

Araştırma makalesi / Research article • DOI: 10.48071/sbuhemsirelik.1276615

Altı-12 Aylık Bebeklerin Anne Sütü ile Beslenme Durumlarının ve Tamamlayıcı Beslenme Uygulamalarının Değerlendirilmesi

Evaluation of Breast Milk Nutrition and Complementary Feeding Practices of 6-12 Month-old Babies

Havvanur YOLDAŞ İLKTAÇ¹ , Hilal HIZLI GÜLDEMİR² , Muazzez GARİPAĞAOĞLU³ 

Yazarların ORCID numaraları / ORCID IDs of the authors:

H.Y.İ. 0000-0002-7433-6370; H.H.G. 0000-0002-3951-5023; M.G. 0000-0003-2172-1467

¹Istanbul Medeniyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul

²Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Eskişehir

³Fenerbahçe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul

Sorumlu yazar / Corresponding author: Havvanur YOLDAŞ İLKTAÇ,

E-posta: havvanuryoldas55@hotmail.com

Geliş tarihi / Date of receipt: 12.04.2023

Kabul tarihi / Date of acceptance: 04.06.2023

Atıf / Citation: Yoldaş İlktaş, H., Hızlı Güldemir, H., ve Garipağaoğlu, H. (2023). Altı-12 Aylık bebeklerin anne sütü ile beslenme durumlarının ve tamamlayıcı beslenme uygulamalarının değerlendirilmesi. *SBÜ Hemşirelik Dergisi*, 5(2), 115-122. doi: 10.48071/sbuhemsirelik.1276615

ÖZ

Giriş: Yaşamın ilk yılı büyümenin en hızlı gerçekleştiği dönemdir. Anne sütü ile beslenme süresi ve tamamlayıcı beslenme uygulamaları, annelerin özelliklerine, ülkelere ve bölgelere göre farklılık gösterebilmektedir. Popülasyona özgü stratejiler geliştirmek için toplumun taranması ve değerlendirilmesi önemlidir.

Amaç: Bu araştırma, 6-12 aylık bebeklerin anne sütü ile beslenme durumlarının ve tamamlayıcı beslenme uygulamalarının değerlendirilmesi amacıyla yapıldı.

Yöntem: Tanımlayıcı ve kesitsel olarak planlanan bu araştırma, araştırmayı katılmayı kabul eden 536 anne-bebek çifti ile gerçekleştirildi. Verilerin toplanmasında anne ve bebeğe ait bilgilerin yer aldığı Kişisel Bilgi Formu kullanıldı.

Bulgular: Tek başına anne sütü ile beslenme süresi 4,26 ± 1,97 ay olduğu saptandı. Tamamlayıcı beslenmeye ise 22,62 ± 2,79 haftada başlandığı bulundu. Lise ve lisans-lisansüstü mezunu annelerin ilköğretim mezunu annelere kıyasla istatistiksel olarak daha uzun süre tek başına anne sütü verdikleri belirlendi (p < 0,05). Annelerin %86,5'inin bebeklerine ilk tamamlayıcı besin olarak yoğurt verdikleri, ilk bir yaş içerisinde bebeklerin %42,9'unun tuz, %20,8'inin şeker ve %14,7'sinin ise bal tükettikleri saptandı.

Sonuç: Tamamlayıcı beslenmeye 6 aydan önce başladığı, annelerin eğitim düzeyi arttıkça sadece anne sütü verme süresinin arttığı belirlendi. Annelerin bebek beslenmesindeki eksikliklerinin önlenmesinde, anne sütü ve tamamlayıcı beslenme konusundaki eğitimlerin artırılmasının önemli olduğu düşünüldü. Annelere verilen eğitimlerin, annenin eğitim düzeyi göz önüne alınarak bireysel, uygulamalı ve annelerin soru ve sorunlarına çözüm getirecek nitelikte yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Eğitim; emzirme; sağlık; tamamlayıcı beslenme; toplum sağlığı.

ABSTRACT

Introduction: The period in which growth is most rapid is the first year of life. The duration of breastfeeding and complementary feeding practices may differ according to the characteristics of mothers, countries, and regions. It is important to screen and evaluate the population to develop population-specific strategies.

Aim: This study was conducted to evaluate the breastfeeding status and complementary feeding practices of 6 - 12 month-old babies.

Method: The descriptive and cross-sectional study was conducted with 536 mother-infant couples. The Personal Information Form, which contains information about the mother and baby, was used.

Results: Exclusive breastfeeding was found 4.26 ± 1.97 months, and complementary feeding was started at 22.62 ± 2.79 weeks. Mothers with high school and undergraduate-graduate degrees fed with breast milk for a statistically longer period compared to mothers who graduated from primary school (p < 0.05). It was found that 86.5% of the mothers gave yogurt to their babies as the first complementary food, and 42.9% of the babies consumed salt, 20.8% sugar, and 14.7% honey in the first year.

Conclusion: It was determined that complementary feeding was started before 6 months, and as the education level of the mothers increased, the duration of exclusive breastfeeding increased. It was thought that it is important to increase education on breastfeeding and complementary feeding to prevent the deficiencies of mothers in infant nutrition. It is recommended that the training given to mothers be done individually and practically, taking into account the education level of the mother.

Keywords: Breastfeeding; complementary feeding; education; health; public health.



Bu eser, Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

Giriş

Yaşamın ilk yılı, intrauterin dönemin ardından büyümenin en hızlı gerçekleştiği dönemdir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (United Nations International Children's Emergency Fund-UNICEF) her bebeğin doğumdan itibaren ilk 6 ayda sadece anne sütü ile beslenmesini, ilk 6 aydan sonra tamamlayıcı besinler ile birlikte en az iki yaşına kadar emzirmenin sürdürülmesini önermektedir (World Health Organization [WHO], 2014, 2018). Türkiye'de 2008, 2013 ve 2018 yıllarında için 6 ay süre ile sadece anne sütü verilme oranları sırasıyla %40,4, %30 ve %41 olarak bildirilmiştir (Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması [TNSA], 2008, 2013, 2018). Ülkemizdeki 1 yaşına gelmiş çocukların %66'sı halen emzirilmekte iken bu oran ikinci yaşta %34'e düşmektedir (TNSA, 2018). Dünya'da ilk 6 ay sadece anne sütü verilme oranı %38 olup, 2025 yılı için ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslenme oranının %50'nin üzerine çıkarılması hedeflenmektedir (WHO, 2014).

Tamamlayıcı beslenme anne sütünün tek başına bebeklerin beslenme gereksinimlerini karşılamaya yetmemesiyle başlayan süreç, dolayısıyla anne sütü ile birlikte başka besinlere ihtiyaç duyulduğu süreç olarak tanımlanmaktadır (Fewtrell ve ark., 2017; Lutter, Grummer-Strawn ve Rogers, 2021). Yaşamın ilk yılları, gelişmekte olan bebek ve küçük çocuğun sağlıklı besinleri ve içecekleri kabul etmeyi öğrenmesi ve sağlıklı büyümeyi destekleyen uzun vadeli beslenme kalıpları oluşturması için kritik öneme sahiptir (Black ve ark., 2017). Tamamlayıcı beslenmeye ne zaman başlanacağına ilişkin mevcut kılavuzlarda farklı öneriler bulunmaktadır. DSÖ, tamamlayıcı beslenmeye 6 aydan sonra (180 gün sonrası) başlanmasını, Avrupa Pediatrik Gastroenteroloji, Hepatoloji ve Beslenme Derneği (European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition [ESPGHAN]) ise 17 haftadan önce ve 26 haftadan geç olmamak üzere başlanmasını önermektedir (Fewtrell ve ark., 2017; WHO, 2019). Tamamlayıcı beslenme, yeterli besin alımını sağlamanın ötesinde, aynı zamanda aşırı kalori, tuz, şeker ve sağlıksız yağ alımından kaçınmakla ilgili önemli bir konudur (Lutter ve ark., 2021).

Tamamlayıcı beslenme uygulamalarına ilişkin birçok öneri yapılmasına karşın dünyada ve ülkemizde tamamlayıcı beslenmeye erken başlanması, uygun miktarda başlanılmaması, bebeğin inek sütü ile 12 aydan önce tanışması, bebek beslenmesinde tuz-şekerin olması gibi hatalı uygulamaların yapıldığı bilinmektedir (Schwartz, Scholtens, Lalanne, Weenen ve Nicklaus, 2011; Yılmazbaş ve Gökçay, 2013; Sen Celasin ve Hür, 2014; Yazıcı, 2018). Dört aydan önce başlanılan tamamlayıcı beslenmenin, ileriki dönemde diyare, kolik, karın ağrısı ve obezite riskine yol açabileceği bildirilmiştir (Scott, Binns, Graham ve Oddy, 2009). Bununla birlikte, tamamlayıcı beslenmeye geç başlanması gelişimsel bozukluklara, yetersiz beslenmeye ve ısırma-çiğneme yeteneklerinin sağlıksız gelişimine yol açabilmektedir (Scott, Binns, Graham ve Oddy, 2006).

Ülkemizde 1991 yılı itibarıyla Anne Sütünün Teşviki ve Bebek Dostu Sağlık Kuruluşları Programı başlatılmıştır. Aynı zamanda

ebe, hemşire, diyetisyen ve klinik psikologlardan oluşan, anne sütü ile beslenmeyi destekleyen, optimal beslenme ile ilgili, anne adayları ve annelerin bilinçlendirilmesini amaçlayan Anne Sütü ve Emzirme Danışmanlığı Eğitimleri ve Tamamlayıcı Beslenme Danışmanlık Eğitimleri verilmektedir. Bu amaçla toplum sağlığı hizmeti kapsamında annelerin ve bebeklerin özelliklerine ve ihtiyaçlarına yönelik danışmanlık verilerek optimal büyüme ve gelişmenin sağlanması hedeflenmektedir (Tezel ve Aydın, 2021).

Anne sütü ile beslenme süresi ve tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı, sosyoekonomik durum, anne yaşı, anne eğitim düzeyi, emzirme ve çocuk beslenmesi konusunda eğitim alma durumu gibi özelliklere göre değişkenlik gösterebilmektedir (Zielinska, Rust, Masztalerz-Kozubek, Bichler ve Hamulka, 2019; Kostecka, Jackowska ve Kostecka, 2021). Ayrıca anne sütü ile beslenme süresi ve tamamlayıcı beslenme uygulamalarının ülkeler arasında farklılık gösterdiği bilinmektedir (Schiess ve ark., 2010). Anne sütü verme süresinin kısa olması, tamamlayıcı beslenmeye erken ya da geç başlanması, ayına uygun olmayan besinlerin verilmesi gibi yanlış uygulamalar, bebeklerin sağlığını olumsuz etkileyerek ve ilerideki yaşamlarını etkileyebilmektedir. Popülasyona özgü stratejiler geliştirmek için toplumun taranması ve değerlendirilmesi önemlidir. Bu kapsamda eğitici ve danışmanlık rolü olan sağlık profesyonelleri tarafından annele- re verilecek eğitim içeriğinin oluşturulmasına kaynak olabilecek mevcut durumun ve uygulamaların değerlendirildiği çalışmalara gereksinim duyulmaktadır.

Amaç

Bu araştırma, 6-12 aylık bebeklerin anne sütü ile beslenme durumlarının ve tamamlayıcı beslenme uygulamalarının değerlendirilmesi amacıyla yapıldı.

Araştırma Soruları

1. Çalışmaya katılan bebeklerin anne sütü ile beslenme durumları ve tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanları nedir?
2. Çalışmaya katılan annelere ait özellikler tek başına anne sütü verme süresi ve tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanında farklılığa neden olur mu?
3. Çalışmaya katılan annelerin bebeklerine ilk verdikleri tamamlayıcı besinler nelerdir?

Yöntem

Araştırmanın Tasarımı

Araştırma, kesitsel ve tanımlayıcı tipte yapıldı.

Araştırmanın Yapıldığı Yer

Araştırma, İstanbul ili Beykoz ilçesindeki 11 aile sağlığı merkezinde Ağustos 2019 - Aralık 2020 tarihleri arasında yapıldı.

Araştırma Evreni ve Örneklemi

İstanbul ili Beykoz ilçesindeki 11 aile sağlığı merkezine Ağustos 2019 - Aralık 2020 tarihleri arasında başvuran, 6 - 12 ay arası bebeği olan ve araştırmayı katılmayı kabul eden 550 anne-bebek

Tablo 1: Anne ve Bebeklere İlişkin Özelliklerin Dağılımı (n = 536)

Annelere İlişkin Özellikler	n	%	Ort ± SS
Anne Yaş (yıl)			30,15 ± 5,13
Eğitim durumu			
İlkokul	138	25,7	
Ortaokul	94	17,5	
Lise	162	30,2	
Lisans-Lisansüstü	142	26,5	
Gelir durumu			
Asgari ücret	83	15,5	
Asgari ücret üzeri	453	84,5	
Çocuk sayısı			
1	216	40,3	
2	217	40,5	
3	87	16,2	
4 ve üzeri	16	3	
Doğum şekli			
Normal vajinal doğum	220	40,9	
Sezaryen	316	59,1	
Doğum yapılan hastane			
Özel	254	47,4	
Devlet	282	52,6	
Emzirme eğitimi alma			
Evet	361	67,4	
Hayır	175	32,6	
Tamamlayıcı beslenme eğitimi alma			
Evet	153	28,5	
Hayır	383	71,5	
Bebeklere ilişkin özellikler			
Cinsiyet			
Kız	280	52,2	
Erkek	256	47,8	
İlk 6 ay sadece anne sütü alanlar	236	44,5	
İlk 6 aydan önce tamamlayıcı beslenmeye başlayanlar	118	22	
İlk 6 aydan önce beslenmesine su eklenenler	110	20,5	
Tek başına anne sütü ile beslenme süresi (ay)			4,26 ± 1,97
Su başlama zamanı (hafta)			17,22 ± 8,98
Tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı (hafta)			22,62 ± 2,79
Gestasyon yaş (hafta)			38,89 ± 1,58
Mevcut yaş (ay)			8,91 ± 2,15

Ort: Ortalama; SS: Standart Sapma

çifti araştırmaya dahil edildi. G*Power güç analizi programı ile, %5 yanılğı, %95 güven aralığı ve 0,2 etki büyüklüğü ile minimum örneklem büyüklüğü 436 kişi olarak hesaplandı. Çalışmaya pre-matüre, düşük doğum ağırlıklı doğan ve kronik hastalığı bulunan 14 anne -bebek çifti dahil edilmedi. Çalışma 536 anne -bebek çifti ile tamamlandı.

Verilerin Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında araştırmacılar tarafından oluşturulmuş anne ve bebeğe ait demografik özelliklerin ve bilgilerin yer aldığı Kişisel Bilgi Formu kullanıldı.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından literatür bilgileri doğrultusunda oluşturuldu (Şahin Bilgin ve Cengiz Özyurt, 2017; Altınbaş, Hızlı Güldemir ve Garipağaoğlu, 2020; Yakar, Karaca Azakoğlu ve Tanrıöver, 2020). Formun ilk bölümü, anne, aile ve bebeğe ilişkin sosyo-demografik bilgilerin yer aldığı, annenin doğum tarihi, eğitim durumu, ailenin gelir düzeyi, ailedeki çocuk sayısı, doğum şekli, doğumun nerede yapıldığı, bebeğin cinsiyeti, doğum tarihi, gestasyon yaşı, doğum boyu ve ağırlığını sorgulamak üzere 11 sorudan oluşmaktadır. Formun ikinci bölümünde annelerin anne sütü verme durumları, tek başına ne kadar süre anne sütü verdikleri, emzirmeye devam etme durumları, tamamlayıcı besinlere başlama zamanı, suya başlama zamanı, ilk hangi tamamlayıcı besini tercih ettikleri, emzirme-anne sütü ve tamamlayıcı beslenme ile ilgili eğitim alma durumlarına ilişkin bilgileri sorgulamaya yönelik 8 soru içermektedir. Form toplamda 19 soruyu kapsadı.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmaya başlamadan önce İstanbul Medipol Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alındı (Tarih:19/08/2019 ve Sayı No: 10840098-604.01.01-E.41142). Araştırmaya katılacak bireylere çalışmanın konusu ve amacı hakkında bilgi verildi. Ayrıca verilerin gizliliği ilkesi açıklanmış, sözlü ve yazılı onamları alındı. Araştırma süresince Helsinki Deklarasyonu ilkelerine uyuldu.

Verilerin Toplanması

Araştırmacılar tarafından Ağustos 2019 - Aralık 2020 tarihleri arasında, yüz yüze görüşme yöntemiyle basılı bir anket formu kullanılarak araştırma verileri toplandı.

Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerinin analizinde SPSS 21.0 (Statistical Package for Social Sciences) paket programı kullanıldı. Bulgular, sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma olarak gösterildi. Nicel verilerin karşılaştırılmasında normal dağılım gösteren ikili gruplarda t-test, üç ve daha üzeri gruplarda One Way ANOVA testi kullanıldı. Tüm analizler için istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edildi.

Bulgular

Bebeklerin Anne Sütü ile Beslenme Durumları ve Tamamlayıcı Beslenmeye Başlama Zamanları

Yaş ortalaması $30,15 \pm 5,13$ yıl olan annelerin %25,7'sinin ilkököl, %17,5'inin ortaokul, %30,2'sinin lise ve %26,5'inin lisans-lisansüstü mezunudur.

Ailelerin %84,5'inin aylık geliri asgari ücretin üzerinde olduğu bulundu. Sezaryen doğumun %59,1 oranında ve doğumların da %52,6'sının devlet hastanesinde gerçekleştiği belirlendi. Annelerin %32,6'sının emzirme eğitimi aldığı, tamamlayıcı beslenme eğitimi alan annelerin ise %28,5 olduğu bulundu. Bebeklere ilişkin özelliklerin dağılımı incelendiğinde mevcut yaşları $8,91 \pm 2,15$ ay olan bebeklerin, gestasyon yaşlarının $38,89 \pm 1,58$ hafta olduğu belirlendi. Tek başına anne sütü ile beslenme süresinin $4,26 \pm 1,97$ ay olduğu saptandı. Bebeklere ortalama $17,22 \pm 8,98$ haftada su verildiği, tamamlayıcı beslenmeye ise $22,62 \pm 2,79$ haftada başladığı belirlendi (Tablo 1).

Tek başına Anne Sütü Verme Süresi ve Tamamlayıcı Beslenmeye Başlama Zamanının Annelere Ait Özelliklere Göre Değişimi

Anne eğitim düzeyi ile tek başına anne sütü verme süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu ($p < 0,05$). Asgari ücret üzerinde geliri olan, emzirme eğitimi ve tamamlayıcı beslenme eğitimi alan annelerin tek başına anne sütü verme süreleri daha yüksek bulunsada aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmadı ($p > 0,05$). İlkokul mezunu annelerin tamamlayıcı beslenmeye $22,88 \pm 2,70$ haftada, lise ve lisans-lisansüstü mezunu annelerin ise $22,74 \pm 2,49$ haftada başladığı belirlendi. Annenin eğitim düzeyi ile tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmadı ($p > 0,05$). Geliri düşük, emzirme ve tamamlayıcı beslenme eğitimi almayan gruplarda tamamlayıcı beslenmeye başlama haftasının daha erken olduğu belirlense de aradaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmadı ($p > 0,05$) (Tablo 2).

Bebeklere Verilen Tamamlayıcı Besinler

Bebeklere ilk tamamlayıcı besin olarak yoğurdun verildiği (%86,5), bunu meyve-meyve suyu (%83,9), sebze (%81,1), yumurtanın (%79,8) ve peynirin (%73,6) izlediği bulundu. İlk bir yaş içerisinde bebeklerin %42,9'unun tuz, %20,8'inin şeker ve %14,7'sinin ise bal tükettikleri belirlendi (Tablo 3).

Tartışma

Bu çalışma, bebeklerin anne sütü ile beslenme durumları ve tamamlayıcı beslenme uygulamaları hakkında veriler sunmaktadır. Araştırmamızdaki annelerin yarısından fazlasının (%56,7) lise ve üzerinde eğitime sahip olduğu belirlendi. Ülkemiz verilerine göre 30-34 yaş aralığı kadınların %43,1'i lise ve üzerinde eğitime sahiptir (TNSA, 2018). Araştırmaya katılan annelerin eğitim düzeyi, ülkemiz oranlarının üzerindedir. Türkiye, dünyadaki en yüksek sezaryen doğum oranlarına sahip ülkeler arasındadır (Santas ve Santas, 2018). Sezaryen doğumun anestezi kullanımı, cerrahi müdahale gibi nedenlerle doğumdan sonra emzirmenin başlamasında gecikmeye neden olarak bağlanma ve anne-bebek etkileşiminde olumsuz etkilere sahip olduğu öne sürülmektedir (Prior ve ark., 2012). Ülkemiz verilerine göre sezaryen doğum oranı %48 iken, 2018 yılında %52'ye yükselmiştir (TNSA, 2013, 2018). Araştırma grubumuzdaki sezaryen doğum oranı (%59,1) yüksek olup, ülkemiz verilerine paralellik göstermektedir.

Tablo 2: Tek Başına Anne Sütü Verme Süresi ve Tamamlayıcı Beslenmeye Başlama Zamanının Anneye İlişkin Özellikler ile Karşılaştırılması

Özellikler	Tek Başına Anne Sütü Verme Süresi (ay)		Tamamlayıcı Beslenmeye Başlama Zamanı (hafta)	
	Ort ± SS	p	Ort ± SS	p
	4,26 ± 1,97		22,62 ± 2,79	
Eğitim				
İlkokul	3,92 ± 2,01	0,002*	22,18 ± 2,70	0,362
Ortaokul	3,98 ± 2,19		22,21 ± 3,22	
Lise	4,39 ± 1,89		22,56 ± 2,83	
Lisans-Lisansüstü	4,69 ± 1,77		22,94 ± 2,49	
Gelir				
Asgari ücret ve altı	3,9 ± 2,05	0,069	22,61 ± 2,83	0,961
Asgari ücret ve üzeri	4,33 ± 1,95		22,62 ± 2,79	
Emzirme eğitimi alma				
Evet	4,35 ± 1,93	0,124	22,79 ± 2,60	0,061
Hayır	4,07 ± 2,03		22,27 ± 3,14	
Tamamlayıcı beslenme eğitimi alma				
Evet	4,37 ± 1,94	0,438	22,90 ± 2,34	0,171
Hayır	4,22 ± 1,98		22,51 ± 2,99	

Ort: Ortalama; SS: Standart Sapma; *p < 0,05

Çalışmamızda ilk 6 ay tek başına anne sütü alan bebeklerin oranını %44,5'tir. DSÖ, dünyada ilk 6 ayda tek başına anne sütü ile beslenme oranını %44 olarak bildirmiştir (WHO, 2019). Amerika Birleşik Devletleri'nde ilk 6 ay sadece anne sütü alma oranını %24,9 (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2022) iken, ülkemizde 2013 ve 2018 yılları için sırasıyla %30 ve %41'dir (TNSA, 2013, 2018). Çalışmamızdaki sadece anne sütü alma süresinin dünyadaki oran ile benzer, ülkemiz oranının üzerinde olduğu belirlendi. Bu olumlu sonuçta Anne Sütünün Teşviki ve Bebek Dostu Sağlık Kuruluşları Programı kapsamında anneye verilen eğitimlerin etkili olduğu düşünüldü. Çalışmamızda ilk 6 ay içinde bebeklere anne sütüne ek olarak 17,22 ± 8,98 haftada su verildiği bulundu. İlk 6 ay tek başına anne sütü (exclusively breastfeeding) tanımı bebeğe ilk 6 ay boyunca anne sütü dışında hiçbir besinin (su da dahil) verilmemesidir. Ülkemizde yapılan çalışmalarda ilk 6 ayda anne sütü ve su alan bebeklerin oranı sırasıyla %74,8 ve %60,7 olarak belirlenmiştir (Çatak, Sütlü, Kılınc ve Bağ, 2012; Yoldaş İlktaş, Dinçer ve Garipağaoğlu, 2021). Bu sonuç, annelerin ilk 6 aylık dönemde bebeklerinin su ihtiyaçlarının anne sütü ile karşılanamayacağına inandıklarını göstermektedir. Ülkemizde verilen anne sütü ve emzirme danışmanlığı programlarında ilk 6 ay tek başına anne sütü ile beslenen bebeklerin suya ihtiyaçları olmadığı anlatılıyor olsa da bu hususun tam olarak anlaşılması ve halen üzerinde çalışılması gereken bir konu olduğu düşünülmüştür. Sadece anne sütü alan bebeklere ilk 6 ay içerisinde verilen su, "exclusively breastfeeding" tanımı bozarak, ilk 6 ay sadece anne sütü alan bebeklerin oranlarını aşağıya çeken bir durumdur. Dünya'da olduğu gibi ülkemizde de ilk 6 ay anne sütüyle beslenme oranı, pek çok çalışma olmasına ve eğitimler verilmesine olmasına rağmen, istenen düzeyde değildir.

Tablo 3: Bebeklere Verilen İlk Tamamlayıcı Besinlerin Dağılımı

Besinler†	n	%
Yoğurt	464	86,5
Meyve/Meyve suyu	450	83,9
Sebze	435	81,1
Yumurta	428	79,8
Peynir	395	73,6
Pirinç/Bulgur	337	62,8
Pekmez	328	61,1
Bisküvi	303	56,5
Kırmızı et	291	54,2
Tavuk	278	51,8
Balık	217	40,4
Baklagiller	250	46,6
İnek sütü	159	29,6
Diğer besinler		
Şeker	112	20,8
Tuz	230	42,9
Bal	79	14,7

†: Birden fazla seçim yapılmıştır.

Altı ayını tamamlayan bebeklere, emzirme ile güvenli, hijyenik, yeterli miktarda tamamlayıcı besinlerin başlanması gerekir. Dünya Sağlık Örgütü tamamlayıcı beslenmeye 6'ncı ayda, ESPGHAN ise 17. haftadan erken ve 26. haftadan geç başlanılmamasını önermektedir (WHO, 2014; Fewtrell ve ark., 2017).

Bebeklerimizin %22'sinin tamamlayıcı beslenmeye 6 aydan önce ($22,62 \pm 2,79$ haftada) başladığı saptandı. Altınbaş ve arkadaşlarının (2020) yaptıkları araştırmada tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı $24,7 \pm 4,6$ hafta olarak belirlenmiştir. Ülkemiz verilerine göre 2013'te bebeklerin %12'si ilk 6 ay içerisinde tamamlayıcı beslenmeye başlarken; 2018'de bu oran %15'e yükselmiştir (TNSA, 2013, 2018). Türkiye'nin beş farklı ilinde gerçekleştirilen bir araştırmada bebeklerin %25,6'sına 6 aydan önce tamamlayıcı beslenmeye başladıkları bildirilmiştir (Gümüştakım ve ark., 2017). Yapılan bir başka araştırmada ise tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanının $5,8 \pm 0,85$ ay olduğu ve bebeklerin %23,2'si tamamlayıcı beslenmeye altıncı aydan önce başladığı belirlenmiştir (Küçük ve Göçmen, 2012). Çalışmamızda tamamlayıcı besine başlama zamanı ($24,7 \pm 4,6$ hafta), ESPHGAN önerileri ve ülkemiz verileri ile benzerlik göstermektedir.

Annelerin sosyodemografik özellikleri, bebeklerin emzirme sürelerinde ve tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanlarında farklılıklara neden olabilmektedir. Çalışmamızda annelerin eğitim düzeyi yükseldikçe sadece anne sütü ile besleme süresinin arttığı belirlendi ($p < 0,05$). Çalışmamıza benzer olarak Yakar ve arkadaşlarının (2020), anne sütü verme oranlarını etkileyen faktörleri belirledikleri çalışmada anne eğitimi arttıkça sadece anne sütü alma oranının arttığı bildirilmiştir. Şahin Bilgin ve Cengiz Özyurt'un (2017) 0-24 ay çocuklarda anne sütü alma durumunu incelendikleri çalışmada da benzer şekilde daha yüksek eğitim seviyesine sahip annelerde anne sütü alma oranının yükseldiği saptanmıştır. Çalışmamızda gelir durumu yüksek emzirme eğitimi alan annelerin ilk 6 ay tek başına anne sütü ile besleme sürelerinin daha uzun olduğu, ancak aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlendi. Sadece anne sütüyle beslenme süresi ile ilişkili bu özellikler, dolaylı olarak tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanını ile de ilişkilidir. Bebeklik döneminde başlayan uygun emzirme ve tamamlayıcı beslenme uygulamaları bireyin ileriki yaşlarındaki sağlığını etkilemektedir (WHO, 2019). Tamamlayıcı beslenmeye erken başlanması anne sütü verme süresi ve anne sütü miktarında azalmalara neden olabilmektedir (Yazıcı, 2018). Çalışmamızda eğitim düzeyi yüksek gelir durumu yüksek tamamlayıcı beslenme eğitimi alan annelerin tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanlarının daha geç, optimal zamana (6. ay) daha yakın olduğu belirlense de aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmadı. Çalışmamıza katılan annelerin yaklaşık 1/3'ünün emzirme eğitimi, yarısından fazlasının ise tamamlayıcı beslenme eğitimi almadıklarını belirlendi. Elde ettiğimiz bulgularımıza göre doğum öncesi ve sonrası emzirme eğitimi verilen annelerin eğitim düzeylerinin dikkate alınmasının, eğitimlerin planlanmasında ve sürdürülmesinde önemli olacağı düşünülmektedir. Bebeklerin uygun zamanda tamamlayıcı beslenmeye geçişi, ilk 6 ay tek başına anne sütü ile besleme başarısının artışı ile daha mümkün olabilecektir.

Çalışmamızda bebeklere verilen ilk tamamlayıcı besinlerin sırasıyla yoğurt (%86,5), meyve/meyve suyu (%83,9), sebze (%81,1), yumurta (%79,8) ve peynir (%73,6) olduğu belirlen-

di. Brezilya'da yapılan bir araştırmada tamamlayıcı besin olarak sırasıyla meyve (%84,6), sebze (%63), kurabiye (%38,5) ve et çeşitleri (%33,8) tercih edilmiştir Caetano, Ortiz, Silva, Souza ve Sarni, 2010). Ülkemizde yapılan bir çalışmada ise anneler bebeklerine tamamlayıcı besin olarak sırasıyla yoğurt, çorba suları ve meyve püresi vermiştir (Gümüştakım ve ark., 2017). İstanbul'da yapılan bir başka araştırmada ise çalışmamıza benzer olarak bebeklerin ilk tamamlayıcı besininin yoğurt olduğu bildirilmiştir (Altınbaş ve ark., 2020) Ülkemizde genel olarak annelerin bebeklerine ilk tamamlayıcı besin olarak kendi mayaladıkları yoğurdu verme eğilimlerinin hakim olduğu belirlendi. En çok yoğurdun tercih edilme nedeni, annelerin daha çok kendi hazırladıkları bir besin ile bebeklerini beslemek istemeleri olabilir. Uygun tamamlayıcı beslenme, yeterli besin alımının yanında tuz, şeker ve sağlıksız yağ alımından kaçınmakla ilgili bir konudur (Lutter ve ark., 2021). Dünyada ve ülkemizde bebeğin inek sütü ile 12. aydan önce tanışması, bebek beslenmesinde tuz- şekerin olması gibi pek çok hatalı uygulama yapıldığı bilinmektedir (Schwartz ve ark., 2011; Yılmazbaş ve Gökçay, 2013; Sen Celasin ve Hür, 2014; Yazıcı, 2018). Çalışmamızda bir yaşından önce bebeklerin %29,6'sının inek sütü ve %14,2'sinin bal tükettiği, %42,9'unun tuz, %20,8'inin şeker ile tanıştığı belirlendi. Bu sonuçlara göre tamamlayıcı besine geçme zamanı ve uygun tamamlayıcı besinler konusunda annelerin bilgilendirilmeye ihtiyacı olduğu açıkça görülmektedir. Hem uygun tamamlayıcı besin tercihleri yapılması ve hem de beslenmeye doğru zamanda geçilmesi konusunda Tamamlayıcı Beslenme Danışmanlık Eğitimleri sık aralıklarla planlanmasının, annelerin ve bebeklerin özelliklerine ve ihtiyaçlarına uygun danışmanlık hizmetinin verilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışma örnekleminin İstanbul'un bir ilçesinde yapılması ve kesitsel oluşu sonuçların genellenmesini sınırlamaktadır. Kesitsel çalışmalar doğası gereği belli bir zaman aralığında yapıldığından, çalışmamızdaki değişkenleri sınırlı bir zamanda incelemektedir. Ayrıca bebeklerin anne sütü ile beslenme durumları ve tamamlayıcı beslenme uygulamalarına ilişkin verilerin annelerin beyanlarına dayalı olarak toplanmış olması araştırmanın diğer bir sınırlılığıdır.

Sonuç

Bebeklerin yarısından fazlasının ilk 6 ay tek başına anne sütü ile beslenmediği, tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanlarının 6 aydan önce olduğu saptandı. Annelerin emzirme eğitimi daha yüksek tamamlayıcı beslenme eğitimi daha az oranda aldıkları belirlendi. Eğitim düzeyi arttıkça annelerin daha uzun süre sadece anne sütü verdikleri bulundu. Bebeklere verilen ilk tamamlayıcı besinin yoğurt olduğu, bebeklerin ilk bir yılda inek sütü, bal, tuz ve şeker ile tanıştığı belirlendi. Annelere verilen emzirme eğitiminin, anne eğitim düzeyi göz önüne alınarak bireysel, uygulamalı ve annelerin soru ve sorunlarına çözüm getirecek nitelikte yapılması önerilmektedir. Ayrıca daha fazla anneye ulaşabilmek ve annelere sağlanan desteğin sürekli olabilmesi için emzirme

danışmanı istihdamı düşünülebilir. Anne sütü ile beslemede sadece annenin değil, babanın ve anneye sosyal destek veren diğer kişilerin de katılımının sağlanması önemlidir. Bebek beslenmesi konusunda eğitimler düzenlenmeli, eğitimlerde doğru tamamlayıcı beslenme uygulamalarına değinilmelidir. Sağlıklı nesiller için sağlıklı beslenmenin temellerinin yaşamın ilk yıllarında atıldığı unutulmamalıdır.

Etik Kurul: İstanbul Medipol Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan alınmıştır (Tarih: 19.08.2019 ve Sayı No: 10840098-604.01.01-E.41142).

Yazarların Katkı Düzeyleri: Çalışma Fikri (Konsepti) ve Tasarımı - HYİ, HHG, MG; Veri Toplama / Literatür Tarama - HYİ, HHG, MG; Verilerin Analizi ve Yorumlanması - HYİ; Makalenin Hazırlanması - HYİ, MG; Yayınlanacak Son Haline Onay Verilmesi - HYİ, HHG, MG.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar, çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar, bu çalışma için finansal destek almadıklarını açıklamışlardır.

Kaynaklar

- Altınbaş, Z., Hızlı Güldemir, H., ve Garipağaoğlu, M. (2020). Altı-12 aylık bebeklerin beslenme ve büyüme-gelişme durumlarının değerlendirilmesi. *The Journal of Child*, 20(1), 13-19. doi: 10.26650/jchild.2020.10003
- Black, M.M., Walker, S.P., Fernald, L.C.H., Andersen, C.T., Di Girolamo, A.M., Lu, C., ... Grantham-McGregor, S. (2017). Early childhood development coming of age: science through the life course. *Lancet*, 389(10064), 77-90. doi: 10.1016/S0140-6736(16)31389-7
- Caetano, M.C., Ortiz, T.T.O., Silva, S.G.L., Souza, F.I.S., & Sarni, R.O.S. (2010). Complementary feeding: Inappropriate practices in infants. *Jornal de Pediatria*, 86(3), 196-201. doi: 10.2223/JPED.1994
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2022). Breastfeeding Report Card. Retrieved from (21.02.2023): <https://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/2022-Breastfeeding-Report-Card-H.pdf>
- Çatak B., Sütü S., Kılınç A., ve Bağ, D. (2012). Burdur İlinde Bebeklerin Emzirme Durumu ve Beslenme Örneği. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 5(3), 115 - 122.
- Fewtrell, M., Bronsky, J., Campoy, C., Domellöf, M., Embleton, N., Fidler Mis, N., ... Molgaard, C. (2017). Complementary Feeding: A Position Paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 64(1), 119-132. doi: 10.1097/MPG.0000000000001454
- Gümüştaşım, Ş., Aksoy, H., Cebeci, S., Çakır, L., Yavuz, E., ve Kanuncu, S. (2017). 0-2 Yaş çocuklarda beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi: Çok merkezli çalışma. *Aile Hekimliği ve Palyatif Bakım*, 2(1), 1-8. doi: 10.22391/920.308548
- Kostecka, M., Jackowska, I., & Kostecka, J. (2021). Factors affecting

complementary feeding of infants. A Pilot Study Conducted after the introduction of new infant feeding guidelines in Poland. *Nutrients*, 13(1), 61. doi: 10.3390/nu13010061

Küçük, Ö., ve Göçmen, A. (2012). Çocuk polikliniğine başvuran 6-24 ay arası sağlam çocukların değerlendirilmesi. *Bakirköy Tıp Dergisi* 8(1), 28-33. doi: 10.5350/BTDMJB201208105

Lutter, C.K., Grummer-Strawn, L., & Rogers, L. (2021). Complementary feeding of infants and young children 6 to 23 months of age. *Nutrition Reviews*, 79(8), 825-846. doi: 10.1093/nutrit/nuaa143

Prior, E., Santhakumaran, S., Gale, C., Philipps, L.H., Modi, N., & Hyde, M.J. (2012). Breastfeeding after cesarean delivery: a systematic review and meta-analysis of world literature. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 95(5), 1113-1135. doi: 10.3945/ajcn.111.030254

Santas, G., & Santas, F. (2018). Trends of caesarean section rates in Turkey. *Journal of Obstetrics and Gynaecology: The Journal of the Institute of Obstetrics and Gynaecology*, 38(5), 658-662. doi: 10.1080/01443615.2017.1400525

Schiess, S., Grote, V., Scaglioni, S., Luque, V., Martin, F., Stolarczyk, A., ... Koletzko, B. (2010). Introduction of complementary feeding in 5 European countries. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 50(1), 92-98. doi: 10.1097/MPG.0b013e31819f1ddc

Schwartz, C., Scholtens, P.A.M.J., Lalanne, A., Weenen, H., & Nicklaus, S. (2011). Development of healthy eating habits early in life. Review of recent evidence and selected guidelines. *Appetite*, 57(3), 796-807. doi: 10.1016/j.appet.2011.05.316

Scott, J.A., Binns, C.W., Graham, K.I., & Oddy, W.H. (2006). Temporal changes in the determinants of breastfeeding initiation. *Birth*, 33(1), 37-45. doi: 10.1111/j.0730-7659.2006.00072.x

Scott, J. A., Binns, C.W., Graham, K.I., & Oddy, W.H. (2009). Predictors of the early introduction of solid foods in infants: results of a cohort study. *BMC Pediatrics*, 9(1), 60. doi: 10.1186/1471-2431-9-60

Sen Celasin, N., ve Hür, G. (2014). The importance of transition to complementary foods and assessment of the situation. *International Journal of Family Child and Education*, 2(3), 106-115. doi: 10.17359/ACED.201439234

Şahin Bilgin, B., ve Cengiz Özyurt, B. (2017). Manisa'da yarı-kentsel bir bölgede 0-24 ay çocuklarda anne sütü alma durumu ve beslenme alışkanlıkları. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 15(3), 164-175.

Tezel, B., ve Aydın, Ş. (2021). Sağlık Bakanlığının Kuruluşunun 100. Yılında Türkiye'de Bebek Ölümleri Durum Raporu. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Çocuk ve Ergen Sağlığı Daire Başkanlığı. Erişim tarihi (21.02.2023): https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/cocuk_ergen_db/dokumanlar/yayinlar/Kitaplar/Saglik_Bakanliginin_Kurulusunun_100_Yilinda_Turkiyede_Bebek_Olumlari_Durum_Raporu.pdf

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA). (2008). 2008 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. Erişim tarihi (19.02.2023): https://hips.hacettepe.edu.tr/tr/2008_turkiye_nufus_ve_saglik_arastirmasi-71

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA). (2013). 2013 Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. Erişim tarihi (19.02.2023): https://hips.hacettepe.edu.tr/tr/2013_turkiye_nufus_ve_saglik_arastirmasi-67

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA). (2018). 2018 TNSA - Analiz ve Rapor. Erişim tarihi (19.02.2023): https://hips.hacettepe.edu.tr/2018_tnsa_analiz_ve_rapor-56

United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) (2018). Breastfeeding: A Mother's Gift, For Every Child. Retrieved from (22.02.2023): <https://data.unicef.org/resources/breastfeeding-a-mothers-gift-for-every-child/>

World Health Organization (WHO). (2014). Global Targets 2025. Retrieved from (17. 02. 2023): <https://www.who.int/teams/nutrition-and-food-safety/global-targets-2025>

World Health Organization (WHO). (2019). Infant and Young Child Feeding. Retrieved from (17.02.2023): [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding)