

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARININ FONKSİYONEL/TAKVİYE EDİCİ BESİN KULLANIM DURUMLARI VE YAŞAM KALİTELERİ İLE İLİŞKİSİ: KESİTSEL BİR ÇALIŞMA

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE USE OF SUPPLEMENTARY/FUNCTIONAL FOOD AND THE QUALITY OF LIFE OF PRESCHOOL CHILDREN: A SECTIONAL STUDY

Birgül TUNCAY^{1*}, Selda YÜZER ALSAÇ²

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Erzurum

² Dr. Öğr. Üyesi, Yozgat Bozok Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Yozgat

Özet

Amaç: Tanımlayıcı ve kesitsel olan bu çalışma, okul öncesi dönemdeki çocukların besin takviyeleri, fonksiyonel gıda kullanımını belirlemek ve çocukların yaşam kalitesi ile ilişkisini araştırmak amacıyla yapıldı.

Yöntem: Araştırma, Mart-Kasım 2022 tarihleri arasında Türkiye'nin bir ilçesinde anaokuluna devam eden çocukların 346 ebeveyni ile gerçekleştirildi. Etik kurul ve kurum izni alınarak, Ebeveyn-Çocuk Tanımlayıcı Özellikler Formu, Ek/Fonksiyonel Besin Kullanımı Belirleme Formu ve Küçük Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Aile Formu ile veriler toplandı. Veriler tanımlayıcı istatistikler ve Mann-Whitney U testi kullanılarak analiz edildi.

Bulgular: Ebeveynlerin %80.6'sının okul öncesi dönem çocuklarının beslenmesinde bir veya daha fazla besin takviyesi/fonksiyonel gıda kullandığı belirlendi. Ebeveynlerin %54.0'ı çocuklarını hastalıklardan korumak ve bağışıklık sistemlerini güçlendirmek için çoğunlukla takviye/fonksiyonel gıda kullandıklarını belirtti. Genel Yaşam Kalitesi'nin ortanca değeri, takviye/fonksiyonel gıda grubunda 72.9, kullanmayan grupta ise 75.0 idi. Takviye/fonksiyonel gıda kullanan çocukların Benlik Saygısı alt boyutunda yaşam kalitesi puanları, kullanmayan gruba göre anlamlı olarak daha yüksekti ($p<0.05$).

Sonuç: Araştırmamızda okul öncesi çocuklarda takviye edici gıda ve fonksiyonel gıda kullanımı yüksek oranda bulunmuştur. Takviye ve fonksiyonel besin kullanımı konusunda ebeveynlerin bilinçlendirilmesi çocuk sağlığı ve toplum açısından önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Fonksiyonel besin, Okul öncesi dönem çocuğu, Takviye edici besin, Yaşam kalitesi

Abstract

Objectives: This descriptive, cross-sectional study was conducted to determine the use of supplements and functional foods by preschool children and to investigate its relation with their quality of life based on their parents recall.

Methods: The study was carried out with 346 parents of children attending preschool in a district in Türkiye between March and November 2022. Ethics Committee and institutional permission was obtained, and data were collected with the Parent-Child Descriptive Characteristics Form, Supplementary/Functional Food Use Determination Form, and the Quality of Life Questionnaire for Young Children Family Form-KINDL. Data were analyzed using descriptive statistics and Mann-Whitney U test.

Results: It was determined that 80.6% of the parents used one or more supplements/functional foods in the nutrition of preschool children. 54.0% of the parents stated that they mostly used supplements/functional foods to protect their children from diseases and to strengthen their immune system. The median value of General Quality of Life was 72.9 in the supplement/functional food group, and 75.0 in the non-user group. Children who used supplements/functional food had significantly higher quality of life scores in the Self-Esteem sub-dimension compared to the non-user group ($p<0.05$).

Conclusion: There is a high rate of use of supplementary and functional foods among preschool children in our region. Raising awareness of parents in the use of supplements is important for child health and the society.

Keywords: Functional food, Preschool child, Supplementary food, Quality of life.

ORCID ID: B.T. 0000-0002-1066-5159; S.Y.A 0000-0002-1324-0148

*Sorumlu Yazar: Birgül TUNCAY

Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Erzurum, Türkiye

E-mail: birgul.tuncay@erzurum.edu.tr

Geliş tarihi/ Date of receipt: 14.02.2024

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 23.08.2024

GİRİŞ

Son yıllarda sağlığı geliştirici etkileri olan besinlere olan talep giderek artmakta olup fonksiyonel ve takviye edici besinler dünyanın birçok ülkesinde ilgi görmektedir (1). Fonksiyonel gıdalar, besleyici özelliğinin yanında içerdiği bileşenlere bağlı olarak sağlığı koruyucu, düzeltici ve hastalık riskini azaltıcı etkiye sahip olup, bu etkileri bilimsel olarak ispatlanmış gıdalardır (2). Beslenme ve Diyetetik Akademisine göre, fonksiyonel gıdalar sağlık üzerinde potansiyel olarak faydalı bir etkiye sahip olan takviye edilmiş, zenginleştirilmiş veya geliştirilmiş gıdaların yanı sıra besinin doğal formunda bulunan aktif bir bileşen olarak da tanımlanan gıdalardır (3, 4). Takviye edici ürünler ise vitaminler, mineraller ve diğer doğal maddeler gibi spesifik bileşenlerle zenginleştirilmiştir (1). Beslenme bilimindeki son gelişmeler diyetin sadece optimal sağlığın oluşumu ve gelişiminde değil, bazı hastalık riskini azaltmada, dolayısıyla yaşam kalitesini yükseltmede potansiyel bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (5). Sağlığın geliştirilmesi ve iyileştirilmesine olan katkıları nedeniyle fonksiyonel besinlerin günlük beslenmede yer almasının yaşam kalitesini artıracığı düşünülmektedir (6).

Takviye edici ya da fonksiyonel gıda kullanımı bir maddenin diyetle alınımının yetersiz olduğunda alınması faydalı olacaktır, ancak yüksek riskli gruplar tarafından bu ürünlerin bilinçsiz kullanılması olumsuz etkilere neden olabilir. Özellikle küçük çocuklar, diyet takviyeleri gibi maddelerin olumsuz etkilerine karşı daha savunmasızdır. Bu ürünlerin sağlık profesyonellerine danışılmadan kullanımı önerilmemektedir (1). Amerika Birleşik Devletleri'nde, çocuklar ve bebekler tarafından takviye kullanımının yaygın olduğu bildirilmiştir. Bu çalışmalarda çocukların yaklaşık %30 ila %50'sinin takviye aldığı ve çocuklarda takviye kullanımını etkileyen faktörler arasında yüksek gelirli aileler, tek çocuk, beslenme sorunları, eğitim

düzeyi yüksek ebeveynler olduğu gösterilmiştir (7-9).

Okul öncesi dönemi, 3-6 yaş çocuklarda sayısız değişim ve tüm gelişim alanlarında dönüm noktalarının yaşandığı, aile içinde bir birey olmaya başlanılan bir süreç olarak belirtilmiştir. Bu dönemdeki yeterli beslenme büyüme, gelişme ve sağlığın korunması için vazgeçilmez bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (10). Bu dönemdeki çocuklar gelecekteki sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazanma sürecindedir. Bu nedenle takviye ve fonksiyonel gıdalara güvenmek, sağlıklı günlük yeme alışkanlıklarının önemini göz ardı edilmesine neden olabilir (1).

Okul öncesi dönem çocukları, besin alımlarının düzenlenmesi açısından ebeveynlerine bağımlıdır. Çocuğa rol model oluşturan ve çocuğun besin seçimlerinden sorumlu olan ebeveynlerin çocuk beslenmesinde çocuğa sundukları besinlerin neler olduğunu belirlemek ve besin seçimlerini nelerin etkilediğini bulmak önemlidir (11). Bu çalışmada ebeveynlerin okul öncesi dönemdeki çocukları için kullandıkları takviye edici, fonksiyonel gıdaları kullanma durumlarını belirlemek çocukların ebeveyn görüşlerine göre yaşam kalitesini araştırmak amaçlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar, 3-6 yaş çocukların besin destek ve fonksiyonel gıda kullanma durumlarını, yaşam kalitelerinin ne düzeyde olduğunu, besin destek kullanımı ile yaşam kalitesi arasında ilişkinin belirlenmesi ve alınacak önlemlerle ileriki dönemlerde yanlış takviye besin kullanımı, yaşam kalitesi sorunları üzerinde azaltıcı etkisi olması açısından önemlidir.

Araştırma Soruları:

1. Ebeveynlerin 3-6 yaş çocuklarının beslenmesinde kullandıkları takviye edici ve fonksiyonel gıdalar nelerdir?
2. Ebeveyn görüşlerine göre 3-6 yaş dönemi çocukların yaşam kalitesi düzeyi nedir?

3. Çocuklarda takviye edici ve fonksiyonel gıda kullanımı ile yaşam kalitesi arasında ilişki var mıdır?

GEREÇ YÖNTEM

Araştırmanın Tipi, Zamanı

Kesitsel ve tanımlayıcı tipte olan bu araştırmanın amacı, ebeveynlerin okul öncesi dönemdeki çocukları için kullandıkları takviye edici, fonksiyonel gıdaları kullanma durumlarını belirlemek çocukların ebeveyn görüşlerine göre yaşam kalitelerini değerlendirmektir. Veriler Mart-Kasım 2022 tarihleri arasında toplanmıştır.

Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini, Karadeniz Bölgesi'nde bulunan bir ilçe merkezinde Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı okul öncesi eğitime devam eden 3-6 yaş çocukların anne babaları oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklem büyüklüğünü belirlemek amacıyla, priori güç analizi yöntemi uygulanmıştır. Analiz sonucunda, %95 güç seviyesi ve %95 güven düzeyi gerekliliği gözetilerek, çalışmaya dâhil edilmesi gereken en az 263 ebeveyn sayısı, G-power programı kullanılarak hesaplanmıştır. Araştırmanın örnekleminde herhangi bir örneklem seçim yöntemine gidilmeden evrene ulaşmak hedeflenerek ilçe merkezinde bulunan tüm okul öncesi okul ve ana sınıfları araştırma kapsamına dâhil edilmiştir. Araştırmaya alınma kriterlerini sağlayan, anketi doldurup geri gönderen 346 ebeveyn araştırmanın örneklemini oluşturmuştur (n=346).

Araştırmaya Alınma Kriterleri

- Okul öncesi eğitime devam eden, normal gelişim gösteren 3-6 yaş grubu çocuğa sahip ebeveyn olma
- İletişime açık olma
- Okur yazar olma
- Araştırmaya katılmayı kabul etme

Verilerin Toplanması

Veriler, etik kurul izni ve kurum izninin alınmasının ardından gönüllü ebeveynlerin katılımıyla gerçekleşti. Verilerin toplanmasında, veri toplama araçları öğretmenler ve öğrenciler aracılığıyla ebeveynlere ulaştırılmış ve anketi doldurup geri göndermeleri sağlanmıştır. Veriler Ebeveyn-Çocuk Tanıtıcı Özellikler Formu, Takviye Edici/Fonksiyonel Gıda Kullanımını Belirleme Formu ve Küçük Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Anketi Aile Formu- KINDL ile toplanmıştır.

Ebeveyn-Çocuk Tanıtıcı Özellikler Formu; Ebeveyn ve çocukların sosyo-demografik özelliklerini sorgulayan 13 sorudan oluşmaktadır.

Takviye Edici/Fonksiyonel Gıda Kullanımını Belirleme Formu; Araştırmacılar tarafından oluşturulan form ebeveynlerin çocukları için kullandıkları takviye edici ve fonksiyonel gıdalara ilişkin 6 sorudan oluşmaktadır.

Küçük Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Anketi Aile Formu (Kinder Lebensqualitäts Fragebogen: Children Quality of Life-Questionnaire-KINDL); Çocuk ve ergenler için geliştirilmiş genel amaçlı bir ölçüm aracıdır. Ayrıca çocukların yaşam kalitesinin dolaylı olarak aileleri tarafından değerlendirilebileceği ebeveyn formu bulunmaktadır. Bu çalışmada Küçük Çocuklar İçin Yaşam Kalitesi Anketi Aile Formu aileler tarafından doldurmuştur. Bullinger tarafından 1994 yılında geliştirilmiş olan anketin orijinal dili Almanca olup 29 dile çevrilmiştir (12, 13). Eser ve ark. (14) tarafından 2004 yılında anketin Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. 5'li derecelendirme içeren likert tipi, bedensel iyilik, duygusal iyilik, öz saygı, aile, arkadaş ve okul olmak üzere altı alt boyuttan oluşan 24 maddelik bir ankettir. Her bir boyut için maddelere verilen puanların sayılması, 0-100 arasında ölçeklendirilecek şekilde dönüştürülmesi (5=100, 4=75, 3=50, 2=25, 1=0) ile puan hesabı yapılır. Yüksek puan iyi

yaşam kalitesinin göstergesidir (12-14). Ölçeğin ilk geçerlilik çalışmasında toplam puan için elde edilen Cronbach alfa değeri 0.95' tir (12). Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizlerinde doğrulayıcı yaklaşım kullanılmıştır. Değerlendirmeler sonucunda iki madde değiştirilmiştir. Boyutların Cronbach alfa değerleri bu düzeltme öncesinde 0.35-0.78 arasında iken düzeltme sonrası 0.54-0.78 arasında çıkmıştır (13). Bu çalışmada ölçeğin toplam puan için Cronbach alfa katsayısı 0.851 olarak bulunmuştur.

Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerin (Yüzde, ortalama, standart sapma, ortanca) yanı sıra niceliksel verilerin normal dağılımını test etmek için Kolmogorov-Smirnov testi ve Q-Q grafikleri kullanıldı. Mann-Whitney U testi verilerin analizinde kullanıldı. Sonuçlar %95'lik güven aralığında, anlamlılık $p < 0.05$ düzeyinde değerlendirildi.

Etik Onay

Bir üniversitenin bilimsel araştırma ve yayın etik kurulu (09.11.2021 tarih ve 2021/7 sayı)'ndan etik kurul onayı ve İl Milli Eğitim Müdürlüğünden (20/01/2022 tarih ve 41639664 sayı) izin alındıktan sonra araştırmaya başlanmıştır. Ayrıca veriler toplanmadan önce ebeveynlere çalışmanın amacı açıklanmış, çalışmaya katılmayı kabul eden ebeveynlerden yazılı ve sözlü onam alınmıştır.

BULGULAR

Çalışmaya alınan ebeveynlerin yaş ortalamasının 33.15 ± 5.01 olduğu, %87.6'sının çocuğa olan yakınlığının anne olduğu, %40.2'sinin çalıştığı, %43.9'unun iki çocuğa sahip olduğu ve %60.4'ünün gelirin giderlerine eşit olduğu belirlendi. Ebeveynlerin çocuklarının %58.5'inin erkek olduğu ve %56.1'inin beş yaş grubunda yer aldığı belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 2 incelendiğinde ebeveynlerin %69.1'i okul öncesi çocuklarını normal kiloda, %80.3'ü normal boyda ve %42.2'si az iştahlı olarak algılamaktadır. Ebeveynlerin %80.6'sının okul öncesi dönem çocuklarının beslenmesinde takviye edici veya fonksiyonel gıda kullandığı saptanmıştır. Bu gıdaların büyük oranda bal, keçiyoynuzu pekmezi, üzüm pekmezi, balık yağı ve vitamin takviyeleri olduğu belirlenmiştir.

Ebeveynlerin %67.0'ı daha çok çocuklarını hastalıklardan korumak ve bağışıklık sistemini güçlendirmek, %60.2'si çocuklarının iyi sağlık halini sürdürmek için takviye edici ve fonksiyonel gıda kullandığını belirtmiştir (Tablo 2).

Tablo 3 incelendiğinde çocukların yaşam kalitesi puanları arasında Özsaygı alt boyutu arasında takviye/fonksiyonel gıda kullanan çocukların lehine anlamlı farklılık bulunduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Yaşam Kalitesi Anketi'nin *Bedensel İyilik, Duygusal İyilik, Aile, Sosyal İlişkiler, Anaokulu alt boyutları* ve toplam *Genel Yaşam Kalitesi* ortanca değerleri takviye /fonksiyonel gıda kullanan ve kullanmayan gruplara göre farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$). Takviye /fonksiyonel gıda kullanan grupta Genel Yaşam Kalitesi ortanca değeri 72.9 iken, kullanmayan grupta 75.0 olarak elde edilmiştir.

Tablo 1. Ebeveyn ve Çocukların Tanımlayıcı Özellikleri

Değişkenler	Sayı	%
Çocuğa olan yakınlığı		
Anne	303	87.6
Baba	43	12.4
Ebeveynin Yaş Ortalaması	33.15±5.01	
Ebeveynin Yaşı		
20-30 yaş	113	32.7
30-40 yaş	205	59.2
41 yaş ve üzeri	28	8.1
Eğitim durumu		
İlkokul	48	13.9
Ortaokul	79	22.8
Lise	78	22.5
Üniversite ve üzeri	141	40.8
Çalışma durumu		
Çalışıyor	139	40.2
Çalışmıyor	207	59.8
Gelir durumu		
Gelir giderden az	65	18.8
Gelir gidere eşit	209	60.4
Gelir giderden fazla	72	20.8
Çocuk Sayısı		
1	75	21.7
2	152	43.9
3	87	25.1
4 ve üzeri	32	9.3
Okul öncesi dönem çocuğunun cinsiyeti		
Kız	144	41.6
Erkek	202	58.4
Okul öncesi dönem çocuğun yaş ortalaması (ay)	61.95±8.71	
Okul öncesi dönem çocuğun yaşı (ay)		
36-47 aylık	31	9.0
48-59 aylık	68	19.7
60-71 aylık	194	56.1
72-83 aylık	53	15.2
Toplam	346	100.0

Tablo 2. Ebeveynlerin çocuklarının kilo, boy ve iştah durumlarını algılama ve fonksiyonel/takviye edici besin kullanım durumlarının dağılımı (n=346)

Değişkenler	Sayı	%
Çocuğunun kilosunu algılama durumu		
Zayıf	99	28.6
Normal	239	69.1
Kilolu	8	2.3
Çocuğunun boyunu algılama durumu		
Kısa	28	8.1
Normal	278	80.3
Uzun	40	11.6
Çocuğunun iştahını algılama durumu		
Az iştahlı	146	42.2
Normal	186	53.8
Fazla iştahlı	14	4.0
Çocuğunun beslenmesinde fonksiyonel ya da takviye edici besin kullanma durumu		
Kullanan	279	80.6
Kullanmayan	67	19.4
Kullanılan fonksiyonel ve takviye edici besinler (n=279)*		
Bal	195	69.9
Keçiboynuzu pekmezi	155	55.5
Üzüm pekmezi	140	50.1
D vitamini	74	26.5
Balık yağı	63	22.6
Çoklu vitamin/mineral karışımı	53	19.0
C vitamini	40	14.3
Hurma	38	13.6
Demir şurubu	34	12.1
Propolis	32	11.5
Polen	30	10.7
Bitki çayları	25	8.9
B12	15	5.3
Kefir/yoğurt	14	5.0
Çörek otu	11	3.9
Arı sütü	9	3.2
Takviye edici/fonksiyonel besin kullanım nedenleri (n=279)*		
Hastalıklardan korunma ve bağışıklık sistemini güçlendirmek için	187	67.0
İyi sağlık halini sürdürmek için	168	60.2
Yeterli ve dengeli beslenmediği için	143	51.2
Boy/kilo artışı için	52	18.6
Hastalığının tedavisi için	33	11.8

Yüzdeler (%) n üzerinden değerlendirilmiştir. *Birden fazla yanıt verilmiştir.

Tablo 3. Çocukların takviye/fonksiyonel gıda kullanma durumlarına göre yaşam kalitesi alt boyutlarının karşılaştırılması

KINDL Aile Formu Alt Boyutları	Kullananlar n (%)	Kullanmayanlar n (%)	Test ¹	p
	Ortanca (min-mak.) (Q1-Q3)	Ortanca (min-mak.) (Q1-Q3)		
Bedensel İyilik	62.5(12.5-100) (50.0-81.3)	68.8 (31.3-100) (56.3-87.5)	U=10571.0	0.09
Duygusal İyilik	81.3 (31.3-100) (68.8-87.8)	81.3 (43.8-100) (68.8-87.5)	U=9195.5	0.836
Özsaygı	68.8 (0-100) (56.3-75.0)	62.5 (12.5-100) (50.0-75.0)	U=7758.0	0.03
Aile	75.0 (43.8-100) (68.8-87.5)	75.0 (56.3-100) (62.5-81.3)	U=8348.5	0.17
Sosyal İlişkiler	75.0 (25-100) (62.5-81.3)	75.0 (37.5-100) (62.5-81.3)	U=9244.0	0.888
Anaokulu	81.3 (25-100) (68.8-87.5)	87.5 (37.5-100) (75.0-93.8)	U=10578	0.09
Genel Yaşam Kalitesi	72.9 (35.4-94.8) (66.7-80.2)	75.0 (50-92.7) (65.7-79.2)	U=9474.5	0.862

¹Mann Whitney U testi, ortanca (min-mak)

TARTIŞMA

Besin takviyeleri ve fonksiyonel gıdalar sağlıklı yaşamaya katkıda bulunmak için kullanılan ürünlerdir. Fonksiyonel ve takviye edici gıdalara kolay ulaşılabilir olması ile birlikte bu ürünlerin tüketimi her yaş grubu birey arasında giderek artış göstermektedir (15). Bu çalışmada, besin takviyeleri ve fonksiyonel besinlerin bölgemizdeki okul öncesi çocuk yaş grubunda kullanım sıklığı, en sık kullanılan takviye edici ve fonksiyonel besinler, bu besinleri kullanan ebeveynlerin çocukları için kullanım nedenleri ve çocukların yaşam kalitesi düzeyleri incelenmiştir.

Çalışmamıza 346 ebeveyn katılmış olup, ebeveynlerin çocukları için besin takviyesi ve fonksiyonel gıda kullanım oranının %80.6 olduğu belirlenmiştir. Avustralya'da 2017 yılında yapılan bir çalışmada ergenlik dönemindekilerin %20.1'nin ve çocukların ise %23.5'inin takviye edici gıda kullandığı bildirilmektedir (16). Takviye edici gıda kullanımı konusunda yapılan çalışmalarda çocuklarda kullanım sıklığının %4 ila %85 oranında değiştiği

görülmektedir (17, 18). Özellikle toplumda annelerin, çocukların zihinsel, fiziksel ve motor gelişimi için beslenmeye karşı duyduğu hassasiyet gıda takviyesi ürünlerine ilgiyi daha çok artırmıştır (19).

Çalışmamızda besin takviyesi olarak en sık kullanılan ürünlerin %40.8'i C ve D vitamini, %22.6'sı balık yağı, %19.0'ı multivitamin, %12.1'i demir ve %11.5'i propolis içerikli takviye ürünlerin olduğu saptanmıştır. Ebeveynlerin %69.9'u balı, %55.5'i keçiyoynuzu pekmezini, %50.1'i üzüm pekmezini ve %8.9'u bitki çaylarını fonksiyonel gıda olarak çocukların beslenmesinde yer vermektelerdir. Amerika Birleşik Devletleri'nde bebekler, çocuklar ve ergenler arasında takviye besin kullanımı konusunda yapılan bir çalışma, en sık kullanılan takviyelerin multivitaminler olduğu ve çocukların %20'sinden fazlasının düzenli olarak multivitamin/multimineral kullandığı, tekli vitamin ve mineral takviyesi olarak en çok kullanılan ürünlerin ise C vitamini, kalsiyum, demir, B vitaminleri, D vitamini, E vitamini ve A vitaminleri olduğu tespit

edilmiştir (20). Ülkemizde çocuklarda besin takviyesi kullanım sıklığının değerlendirildiği bir çalışmada, en fazla kullanılan takviye edici ürünün %12.5 oranında multivitamin olduğu, daha sonra pekmez (%8.3), bal (%6.3), balık yağı (%6.3) olduğu belirlenmiştir (21). Dünyada ve ülkemizde takviye edici gıda türlerinden en çok multivitamin/mineral, omega 3 yağ asitleri tercih edilmektedir (22). Bizim çalışmamızda da literatürle benzer oranlarda multivitamin içerikli ürünler kullanılırken, daha çok tekli vitamin ve minerallerin kullanıldığı saptanmıştır.

Çalışmamızda çocukları için takviye edici/fonksiyonel besin kullanan ebeveynlerin kullanım nedenlerinin %67.0'nın bağışıklık sistemini güçlendirmek, %60.2'inin iyi sağlık halini sürdürmek, %51.2'sinin yeterli beslenmesini sağlamak, %18.6'sının kilo/boy arttırmak olduğu belirlenmiştir. Gahche ve ark. (23)'ün çalışmasında besin takviyesi kullanan bebekler ve küçük çocukların ebeveynlerinin takviye kullanım nedenleri; sağlığı korumak, beslenmeyi desteklemek, yiyeceklerin yetersiz olması ve genel sağlığı iyileştirmek şeklinde ifade edilmiştir. Çocuklarda vitamin, mineral ve destekleyici ürün kullanımının araştırıldığı bir çalışmada destekleyici ürün kullanım nedenleri arasında %27.7 oranında büyüme-gelişme için kullanıldığı saptanmıştır (21). 2011-2014 yılları arasında yürüme çağındaki çocuklar üzerine yapılan bir çalışmada, katılımcıların büyük bir bölümünde karışık beslenme düzeni ve yetersiz tüketimden kaynaklı D ve E vitamini ile kalsiyum eksikliği yaşandığı saptanmış ve düzenli bir şekilde multivitamin/mineral tüketiminin, besin yetersizliğini azaltmada önemli bir yere sahip olduğu belirtilmiştir (24).

Çocukların ileriki yaşlarda güçlü, sağlıklı ve verimli bireyler olarak yetişmesi, yaşamı yaşamaya değer bulması ve yaşam amacının oluşması için çocukların yaşam kaliteleri önem arz etmektedir (25). Çalışmamızda takviye /fonksiyonel gıda kullanan grupta Genel Yaşam Kalitesi ortanca değeri 72.9 iken, kullanmayan grupta 75.0 olarak elde edilmiştir. Türkiye'de yapılan bir

çalışmada 4-7 yaş sağlıklı çocukların genel yaşam kalitesi puan ortalaması 79.10 bulunmuştur (26). Çalışmada yaşam kalitesi puanlarının yüksek olması, bu araştırma kapsamında kronik hastalığı bulunmayan sağlıklı çocukların incelenmesinden dolayı olabilir.

Yaşam kalitesinin artırılmasında beslenme bilincinin artırılması ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarının yaşam biçimi haline getirilmesi önemlidir (27). Çocuklarda yaşam kalitesinin incelendiği çalışmalarda sağlıklı çocukların yaşam kalitesi puanlarının, sağlık sorunu olan çocuklara göre yüksek bulunduğu görülmüştür (25, 28, 29). Takviye /fonksiyonel gıda kullanan gruptaki ebeveynlerin büyük oranı takviye/fonksiyonel gıda kullanımını çocuklarını hastalıklardan korumak ve hastalıkları tedavi etmek amaçlı kullanmaktadır. Takviye/fonksiyonel gıda kullanan grupta genel yaşam kalitesi puanının daha düşük olması bu gruptaki çocuklardaki akut hastalık sıklığının fazla olması durumundan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Beslenme alışkanlıkları çocuk yaşta oluşmakta olup bu dönemde doğru beslenme alışkanlığını yerleştirmiş olmak çocuğun tüm yaşamında etkili olacaktır. Besin takviyesi kullanımı tüm Dünya'da giderek artmakta olduğu gibi ülkemizde de artmaktadır. Çalışmamızda da yüksek sayılabilecek oranda takviye ve fonksiyonel besin kullanımı olduğu saptanmıştır. Takviye edici ürünleri önerirken ürünün ne amaçla, hangi dozda ve ne sürede kullanılacağına aileye dikkatlice anlatılması gerektiği unutulmamalıdır. Besin takviyelerinin ilaç olarak değerlendirilmemesi gerektiği ancak doğru kişi tarafından önerildiğinde ve doğru şekilde tüketildiğinde bireyin sağlığını olumlu yönde etkilediği unutulmamalıdır. Takviye edici ve fonksiyonel gıdalardan fayda görüldüğü kadar azımsanmayacak kadar yan etkilerin görüldüğü çocukların olduğu literatürde belirtilmektedir.

Bu besinlerin doğru kullanımı toplum ve çocuk sağlığı açısından önem taşımaktadır. Takviye besin kullanımına yönelik güvenilir bilgiler verilmesi, bu besinlerin kullanımına yönelik yanlış inanışların belirlenmesi ve bu konuda yapılan eğitimlerde ebeveynlerle birebir iletişim kuran hemşireler önemli rol üstlenmektedir. Hemşirelerin çocuklarda takviye kullanımına yönelik düşünceleri, çocuklarda takviye besin kullanımını nedenleri ve takviye besin kullanımı sonrası oluşan etkilerin belirlenmesi amacıyla yapılacak çalışmaların planlanması önerilmektedir.

SINIRLILIKLAR

Araştırma verileri, örneklem grubunda yer alan okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır. Ayrıca bu çalışmada çocuklarda besin takviyesi kullanımının ve yaşam kalitelerinin belirlenmesinde anne babaların beyanlarının esas alınması besin takviyesi kullanımının, yaşam kalitelerinin gerçekte olduğunda düşük ya da yüksek saptanmasına neden olmuş olabilir.

Çıkar çatışması

Yazarlara ait herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek

Çalışmada kurumsal ve finansal destek alınmamıştır.

Yazar Katkıları

Araştırma dizaynı: BT, veri toplama: BT verilerin analizi: BT, SYA, makale yazımı: BT, SYA.

KAYNAKLAR

1. Sato Y, Yamagishi A, Hashimoto Y, Virgona N, Hoshiyama Y, Umegaki K. Use of dietary supplements among preschool children in Japan. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology* 2009; 55(4): 317-325.
2. Resmi Gazete. Gıdaların Üretimi, Tüketimi ve Denetlenmesine Dair Kanun Hükmünde Kararnamenin Değiştirilerek Kabulü Hakkında Kanun, Resmi Gazete (Tarih: 05.06. 2004, Sayı: 25483). <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2004/06/20040605.html> (Erişim Tarihi: 15.03.2023)

3. Crowe KM, Francis C. Position of the academy of nutrition and dietetics: Functional foods. *Academy of Nutrition and Dietetics* 2013; 113(8): 1096-1103.
4. Büyüktuncer Z. Beslenme, fonksiyonel besinler ve mikrobiyota. *Türkiye Klinikleri Beslenme ve Diyetetik-Özel Konular* 2018; 4(2): 9-15.
5. Yücecan S. Fonksiyonel besinler ve bilimsel yaklaşımlar. 8. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi; 23-28 Eylül 2002, Diyarbakır, Türkiye.
6. Özkaya ÖŞ. Yaşam kalitesi ve fonksiyonel besinler. *Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 2021; 1(1): 62-68.
7. Gilmore JME, Hong L, Broffitt B, Levy SM. Longitudinal patterns of vitamin and mineral supplement use in young white children. *Journal of the American Dietetic Association* 2005; 105(5): 763-772.
8. Briefel R, Hanson C, Fox MK, Novak T, Ziegler P. Feeding infants and toddlers study: do vitamin and mineral supplements contribute to nutrient adequacy or excess among US infants and toddlers. *Journal of the American Dietetic Association* 2006; 106(1): 52-e1.
9. Mazurek M, Mól N, Zasada M, Zasada W, Pyznar O, Kwinta P. Dietary supplements use among children from south-eastern Poland. *Pediatrics Polska-Polish Journal of Paediatrics* 2022; 97(1): 13-19.
10. Kutluay Merdol T. Beslenme eğitimi rehberi. Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayın; 2012.
11. Öztürk N, Türker PF. Okul öncesi dönemde çocuklardaki farklı yeme davranışları ve ebeveyn faktörlerinin bu davranışlara etkisi. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi-BÜSBİD* 2021; 6(1): 1-14.
12. KINDL (2017). Kindl. Erişim Adresi: <https://www.kindl.org/english/information/> (Erişim Tarihi: 18.03.2023).

13. Ravens-Sieberer U, Bullinger M. Assessing health related quality of life in chronically ill children with the German KINDL: First psychometric and content analytical results. *Quality of Life Research* 1998; 7(5): 399-407.
14. Eser E, Yüksel H, Baydur H, Erhart M, Saatlı G, Cengiz-Özyurt B ve ark. Çocuklar için genel amaçlı sağlıkla ilgili yaşam kalitesi ölçeği (Kid-KINDL) Türkçe sürümünün psikometrik özellikleri, *Türk Psikiyatri Dergisi* 2008; 19(4): 409-417.
15. Dickinson A, MacKay D. Health habits and other characteristics of dietary supplement users: A review. *Nutrition Journal* 2014; 13(1): 1-8.
16. Kobayashi E, Nishijima C, Sato Y, Umegaki K, Chiba, T. The prevalence of dietary supplement use among elementary, junior high, and high school students: A nation wide survey in Japan. *Nutrients* 2018; 10(9): 1176.
17. Wegener T. Herbal medicinal products in the paediatric population-status quo and perspectives. *Wiener Medizinische Wochenschrift* 2013; 163(3-4): 46-51.
18. Sato Y, Suzuki S, Chiba T, Umegaki K. Factors associated with dietary supplement use among preschool children: Results from a nationwide survey in Japan. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology* 2016; 62(1): 47-53.
19. Budak DN. Takviye edici gıda reklamlarında kadının annelik rolü ve toplumsal cinsiyet bağlamında ünlü desteğinin alınması: Ceyda Düvenci'nin sosyal medyadaki izleyici yorumlarının analizi. *AJIT-e: Academic Journal of Information Technology* 2023; 14(54): 274-297.
20. Picciano MF, Dwyer JT, Radimer KL, Wilson DH, Fisher KD, Thomas PR et al. Dietary supplement use among infants, children, and adolescents in the United States, 1999-2002. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* 2007; 161(10): 978-985.
21. Cansever Akay B, Barutçu A, Evliyaoğlu N, Akay E. Use of vitamin, mineral and supporting products in children in Adana. *Arch Curr Med Res* 2021; 2(1): 51-61.
22. Savlak N, Çağındı Ö, Dedeoğlu M, İnce C, Köse E. Türkiye'de ve dünyada takviye edici gıdalara genel bir bakış. *GIDA* 2022; 47 (4): 576-590.
23. Gahche JJ, Herrick KA, Potischman N, Bailey RL, Ahluwalia N, Dwyer JT. Dietary supplement use among infants and toddlers aged < 24 months in the united states, NHANES 2007–2014. *The Journal of Nutrition* 2019; 149(2): 314-322.
24. Demmer E, Cifelli CJ, Houchins JA, Fulgoni VL. The pattern of complementary foods in American infants and children aged 0-5 years old-a cross-sectional analysis of data from the NHANES 2011-2014. *Nutrients* 2018; 10(7): 827.
25. Desai AD, Zhou C, Standford S, Haaland W, Varni J, Mangione-Smith RM. Validity and responsiveness of the pediatric quality of life inventory (PedsQL) 4.0 generic core scales in the pediatric inpatient setting. *JAMA Pediatrics* 2014; 168(12): 1114-1121.
26. Bekir H, Şahin H, Aydın R. 4-7 yaş arası sağlıklı çocukların ebeveyn görüşlerine göre yaşam kalitelerinin belirlenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks* 2013; 5(3): 7-19.
27. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Beslenme Rehberi TÜBER 2015. TC Sağlık Bakanlığı Yayın, 1031, 172-217.
28. Amiri P, Eslamian G, Mirmiran P, Shiva N, Asghari MJ, Azizi F. Validity and reliability of the Iranian version of the pediatric quality of life inventory™ 4.0 (PedsQL™) generic core scales in children. *Health Qual Life Outcomes* 2012; 10(3):1-9.
29. Akkuş SY, Ayhan AB. Kronik hastalığı olan çocukların davranışlarının ve yaşam kalitelerinin incelenmesi. *Türkiye Çocuk Hast Dergisi* 2020; 14: 129-135.