

## Anaokuluna Giden 3 - 6 Yaş Grubu Çocukların Süt ve Türevlerini Tüketim Durumu

Doç. Dr. Gülgün ERSOY

H. Ü. Üni. Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Üyesi — ANKARA

### GİRİŞ

Çocukluk çağı büyüme ve gelişmenin hızlı olduğu yaşam boyu sürebilecek davranışların olduğu bir dönemdir. Çocuğun bu yaşlarda kazandığı beslenme alışkanlıkları hayatının daha sonraki dönemlerini etkileyecek ve ileride ortaya çıkacak beslenme sorunlarının temelini oluşturacaktır. Çocuğun kişiliğinin biçimlenmesi ve yetişkinlik çağındaki davranışlarını etkileyecek bu alışkanlıkları edinmesinde anaokullarının da önemi büyüktür. Bu dönemde, çocukların genel sağlık durumlarını etkileyen etmenlerin başında beslenme gelmektedir. Yeterli ve dengeli beslenmenin sağlanmasında doğduğu andan başlayarak insanın tüm yaşamında önemli yeri olan ve besin öğelerini tam ve dengeli bir şekilde sağlayan sütün çok önemli bir yeri vardır (1-2).

Bu araştırma, 3-6 yaş grubu anaokuluna giden çocukların süt ve türevlerini tüketme durumu ve bunu etkileyen etmenleri saptamak amacıyla yapılmıştır.

### ARAŞTIRMA YÖNTEMİ ve ARAÇLAR

Araştırma, Ankara'da Ortadoğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ) ile Hacettepe Üniversitesine bağlı Beytepe ve Gülveren Anaokullarındaki 3-6 yaş grubundan rastgele seçilen 165 çocuk üzerinde Aralık 1989 - Mayıs 1990 tarihleri arasında yapılmıştır.

ODTÜ ve Beytepe anaokullarında çocuklara hergün süt grubundan bir yiyecek ve içecek verilmektedir. Bu nedenle bu anaokulları süt ve türevleri hergün verilen, Gülveren anaokulunda ise bu yiyecek ve içecekler haftada 1-2 kez verildiği için süt ve türevleri düzensiz verilen anaokulu olarak değerlendirmeye alınmıştır.

Anne ve çocuk ile ilgili bilgileri içeren soru formları çocukların beslenmelerinde birinci derecede sorumlu olduğu düşüncesiyle annelere uygulanmıştır.

Çocukların vücut ağırlıkları ve boy uzunlukları anaokullarında görevli hemşire tarafından ölçülmüştür. Veriler bu yaş grubu erkek ve kız çocuklar için önerilen standartlarla karşılaştırılmıştır (3). Çocukların süt ve türevlerini tüketim durumları, bu yaş grubu için günlük önerilen miktarlarla kıyaslanarak, yeterli ve yetersiz olmak üzere gruplanmıştır (1).

Verilerin değerlendirilmesinde dağılım ve yüzdeler ile Khikare analizi kullanılmıştır.

### BULGULAR

Araştırma, hergün süt ve türevlerinden biri hergün verilen iki ayrı anaokulundaki 108 çocuk ile, düzensiz verilen bir anaokulundaki 57 çocuk olmak üzere 3-6 yaş grubu toplam 165 çocuk üzerinde yürütülmüştür.

Tablo 1. Çocukların Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluklarının Standarda Göre Değerlendirilmesi.

Cinsiyet	Vücut Ağırlığı (kg)							
	Normal üstü		Normal		Normal altı		Toplam	
	S	%	S	%	S	%	S	%
Kız	10	13.3	65	86.7	—	—	75	100.0
Erkek	16	17.8	70	77.8	4	4.4	90	100.0
<b>Toplam</b>	<b>26</b>	<b>15.8</b>	<b>135</b>	<b>81.8</b>	<b>4</b>	<b>2.4</b>	<b>165</b>	<b>100.0</b>
Cinsiyet	Boy Uzunluğu (cm)							
	Normal üstü		Normal		Normal altı		Toplam	
	S	%	S	%	S	%	S	%
Kız	24	32.0	48	64.0	3	4.0	75	100.0
Erkek	30	33.3	49	54.4	11	12.2	90	100.0
<b>Toplam</b>	<b>54</b>	<b>32.7</b>	<b>97</b>	<b>58.8</b>	<b>14</b>	<b>8.5</b>	<b>165</b>	<b>100.0</b>

**Çocuğa Ait Bilgiler :**

Çocukların vücut ağırlıkları ve boy uzunluklarının standarda göre değerlendirilmesi Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo'da görüldüğü gibi, kızların % 86.7, erkeklerin % 77.8 gibi büyük bir çoğunluğu normal ağırlıktadır. Kızların % 64.0 ünün, er-

keklerin ise % 54.4 ünün boy uzunluğu normal sınırlar içerisinde. Normal üstü boy uzunluğuna sahip kızların oranı % 32.0, erkeklerin ise % 33.3'dür.

Çocukların süt, yoğurt ve peyniri sevmeye, tüketme durumu ve sıklıkları Tablo 2'de gösterilmiştir.

**Tablo 2. Çocukların Süt İçme, Yoğurt - Peynir Yemeyi Sevmeye, Tüketme Durumu ve Sıklıkları.**

Sevme Durumu	Süt		Yoğurt		Peynir	
	S	%	S	%	S	%
Çok sever	83	50.3	86	52.1	56	33.9
Verilmezse aramaz	70	42.4	73	44.2	93	56.4
Hiç sevmez	12	7.3	6	3.7	16	9.7
<b>İçme ve Yeme Durumu</b>						
İçer, yer	134	81.2	148	89.7	124	75.2
İçmez, yemez	4	2.4	1	0.6	8	4.8
Zorlayarak içer, yer	27	16.4	16	9.7	33	20.0
<b>İçme ve yeme sıklığı</b>						
Hergün	122	73.9	48	29.1	87	52.7
Günaşırı	30	18.2	76	46.1	46	27.9
Haftada 1	6	3.6	28	16.9	20	12.1
Seyrek	7	4.3	13	7.9	12	7.3

Çocukların yarısı süt-yoğurdu, % 33.9'u peyniri sevdiklerini belirtmişlerdir. Hiç sevmeyenlerin oranı ise oldukça azdır. Çocukların büyük çoğunluğunun süt, yoğurt ve peyniri tükettikleri % 16.4'ünün sütü, % 9.7'sinin yoğurdu, % 20.0'sinin peyniri annelerinin zoru ile yediği saptanmıştır. Sütü % 73.9'unun, yoğurdu % 46.1'inin günaşırı, peyniri % 52.7'sinin hergün tükettikleri belirlenmiştir.

Çocukların süt tüketim şekilleri ve sevdikleri peynir çeşitlerine göre dağılımları Tablo 3 ve 4'de verilmiştir.

Çocukların % 54.5'inin sade-şekerli, % 16.4'ünün sade-şekersiz sütü, % 55.8'inin beyaz, % 55.8 ise kaşar peynir sevdikleri bulunmuştur.

Araştırma kapsamına giren çocukların 94 (% 57.0)'ü süt ve türevlerini bu yaş grubu için günlük öneriler standart değerlere göre yeterli, 71 (% 43.0)'i ise yetersiz miktarda tüketmektedir. Hergün süt grubu yiyecek ve içeceklerin ve-

riildiği anaokuluna giden çocuklardan süt ve türevlerini yeterli tüketenlerin sayısı, yetersiz tüketenlerin sayısından oldukça fazladır. Süt ve

**Tablo 3. Çocukların Sütü Tüketim Şekilleri.**

Tüketim Şekli	Sayı (n = 165)	%
Sade şekerli	90	54.5
Sade şekersiz	27	16.4
Soğuk	9	5.5
Sıcak	15	9.1
Kakaolu - kahveli	16	9.7
Muhallebi - sütlaç	23	13.9
Fark etmez	21	12.7

**Tablo 4. Çocukların Sevdikleri Peynir Çeşitleri.**

Peynir Çeşitleri	Sayı (n = 165)	%
Beyaz peynir	92	55.8
Kaşar peynir	92	55.8
Krem peynir	33	20.0
Tulum peynir	21	12.7
Fark etmez	19	11.5

türevleri düzensiz verilen anaokulunda ise, yetersiz tüketenlerin sayısı yeterli tüketenlerin sayısından önemli ölçüde fazladır. Aradaki farklar istatistik olarak önemlidir ( $p < 0.05$ ) (Tab-

lo 5).

Süt ve türevlerinin yeterli ve yetersiz tüketiminin boy uzunluğu ile ilişkisi Tablo 6'da gösterilmiştir.

**Tablo 5. Çocukların Anaokullarına Göre Süt ve Türevlerini Tüketim Durumunun Değerlendirilmesi.**

Anaokulu	Süt ve Türevlerini Tüketim Durumu					
	Yeterli		Yetersiz		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Hergün süt ve türevli verilen	83	76.9	25	23.1	108	100.0
Süt ve türevleri düzensiz verilen	11	19.3	46	80.7	57	100.0
<b>Toplam</b>	<b>94</b>	<b>57.0</b>	<b>71</b>	<b>43.0</b>	<b>165</b>	<b>100.0</b>
Khi - Kare	$\chi^2 = 50.143$		$p < 0.05$			

Tablo'da görüldüğü gibi, süt ve türevlerini yeterli tüketen çocuklardan boy uzunluğu normal üstü olanlar fazla, yetersiz tüketenlerden

boy uzunluğu normal üstü olanlar ise azdır. Aradaki fark istatistik olarak önemlidir ( $p < 0.05$ ).

**Tablo 6. Süt ve Türevlerinin Tüketim Durumunun Boy Uzunluğu ile İlişkisinin Değerlendirilmesi.**

Süt ve Türevlerini Tüketim Durumu	Boy Uzunluğu							
	Normal altı		Normal		Normal üstü		Toplam	
	S	%	S	%	S	%	S	%
Yeterli	8	8.5	46	49.0	40	42.5	94	100.0
Yetersiz	7	9.9	49	69.0	15	21.1	71	100.0
<b>Toplam</b>	<b>15</b>	<b>9.1</b>	<b>95</b>	<b>57.6</b>	<b>55</b>	<b>33.3</b>	<b>165</b>	<b>100.0</b>
Khi - Kare	$\chi^2 = 8.484$		$p < 0.05$					

**Anneye Ait Bilgiler :**

Annelerin % 92.7'sinin bir işte çalıştığı belirlenmiştir. Çocukların süt ve türevlerini tüke-

timlerinin yeterli ve yetersiz oluşunun annenin eğitim düzeyi ile ilişkisi incelenmiş, aradaki fark istatistik olarak önemsiz bulunmuştur ( $p > 0.05$ ) (Tablo 6).

**Tablo 7. Süt ve Türevlerini Tüketim Durumunun Annenin Eğitim Düzeyi ile İlişkisinin Değerlendirilmesi.**

Annelerin Eğitim Düzeyi	Süt ve Türevlerini Tüketim Durumu					
	Yeterli		Yetersiz		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
İlkokulu bitirmiş	3	50.0	3	50.0	6	100.0
Ortaokulu bitirmiş	2	25.0	6	75.0	8	100.0
Liseyi bitirmiş	47	54.0	40	46.0	87	100.0
Yüksekokulu bitirmiş	42	66.0	22	34.0	64	100.0
<b>Toplam</b>	<b>94</b>	<b>57.0</b>	<b>71</b>	<b>43.0</b>	<b>165</b>	<b>100.0</b>
Khi - Kare*	$\chi^2 = 4.844$		$p < 0.05$			

\*  $\chi^2$  Analizi yapılırken ilk ve orta öğrenim grubu birleştirilmiştir.

Annelerin tümü süt ve türevlerinin çocuk beslenmesinde önemli yeri olduğunu belirtmişlerdir. Yararları konusunda verdikleri yanıtlar Tablo 7'de özetlenmiştir.

**Tablo 7. Süt ve Türevlerinde Bulunan Sağlığa Yararlı Maddeler Konusunda Annelerin Verdikleri Yanıtlar.**

Besin Ögesi	Sayı (n = 165)	%
Protein	112	67.9
Şeker	8	4.8
Yağ	21	12.7
Vitamin	57	34.5
Kalsiyum	90	54.5
Mineral	37	22.4
Hepsini	5	3.0
Bilmiyor	13	7.9

Tabloda görüldüğü gibi annelerin % 67.9'u süt ve türevlerinin protein, % 54.5'i kalsiyum, % 34.5'i vitaminleri, sadece % 3.0'ü tüm besin öğelerini içerdiğini belirtmişlerdir.

#### TARTIŞMA ve SONUÇ

Anaokuluna devam eden 3-6 yaş grubu çocuklar üzerinde yapılan bu araştırmada, çocukların büyük bir çoğunluğunun ağırlığının normal sınırlar içerisinde, boy uzunluklarının ise normal ve normal üstü değerlerde olduğu saptanmıştır.

Çocukların süt, yoğurt, peynir gibi süt grubu besinleri sevmeye ve tüketme durumları incelendiğinde yarısının süt ve yoğurdu, % 33.9'unun peyniri severek yediği, çoğunluğunun (% 73.9) sütü % 52.7'sinin peyniri hergün, % 46.1'inin yoğurdu gınaşırı olmak üzere gerek severek gerekse annelerinin zoruyla tükettikleri saptanmıştır. Hiç tüketmeyenlerin sayısının çok az olması olumlu bir bulgudur. Peynirin en az sevilmesine rağmen, hergün tüketenlerin sayısının fazla olmasının nedeni, kahvaltının temel ve vazgeçilmez besini olmasıdır. Ayrıca çocukların sade süt ile beyaz ve kaşar peyniri severek tükettikleri bulunmuştur. Çocuklar büyüme çağında oldukları için özellikle süt grubu besinlere olan gereksinimleri fazla ve hergün yeterince tüketmeleri gerekmektedir (1,4). Yaşam için gerekli başlıca besin öğelerinin iyi bir kay-

nağı olan sütün tüketimi alışkanlıklarla büyük ölçüde ilgilidir. Toplumumuzda bu alışkanlığın yerleşmesi için, sütün her yaştaki insanın beslenme ve sağlığı açısından önemi küçük yaşlardan itibaren aşılmalıdır.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, öğrencilerin süt ve ürünlerini seyreker olarak tükettikleri saptanmıştır. Bunun nedeni, çocukluk döneminde bu besinleri yeterince tüketmemeleri sonucu alışkın olmamaları ve sevmemeleri olarak belirlenmiştir (5). Yapılan çalışmalara göre; çocukluk ve gençlikte süt içimi, sadece büyüme için değil, kemik yoğunluğunun en yüksek düzeye çıkması ve yaşlılıkta kemik kayıplarının en aza indirilerek kemik sağlığının korunması için de yarar sağlamaktadır (6).

Çocukların % 57.0'si günlük süt ve türevlerini yeterli, % 43.0'ü yetersiz miktarda tüketmektedir. Süt ve türevlerini yeterli miktarda tüketen çocukların büyük çoğunluğunu (% 76.9) hergün süt grubundan bir yiyecek ve içecek verilen anaokulundaki, yetersiz tüketenlerin büyük çoğunluğunu ise (% 80.7) süt ve türevleri düzensiz verilen anaokulundaki çocuklar oluşturmaktadır. Bu sonuç, anaokullarında kahvaltı veya ara öğünlerde hergün süt ve türevlerinden birinin verilmesini, çocukların süt grubuna olan gereksinimlerinin karşılanmasında büyük ölçüde katkısı olduğunu açıkça göstermektedir. Genellikle kadının çalışma hayatına girmesi çocuğuna bakım ve beslenme için ayırdığı zamanın azalmasına neden olmaktadır (7). Bu çalışmada da annelerin tamamına yakın bir bölümünün çalıştığı belirlenmiştir. Bu nedenle, anaokullarında hergün süt grubu besinlerin verilmesi hem çocukların gereksinimlerini karşılamasına, hem de tüketim alışkanlığı kazanmasına yardımcı olacaktır.

Yapılan istatistiksel analiz sonucu, süt tüketimi ile boy uzunluğu arasındaki ilişki önemli bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Boy uzunluğu normal üstü değere sahip olan çocukların büyük çoğunluğu süt ve türevlerini yeterli tüketenlerden oluşmaktadır.

Genel olarak süt ve türevlerinin tüketiminin düşük düzeyde olduğu bilinen ülkemizde yapılan çalışmalarda; çocukların günlük besin tü-

ketimlerinde en göze çarpıcı eksikliğin süt-yoğurt grubunda görüldüğü ve bunun günlük gereksinmelerinin büyük çoğunluğunu karşıladıkları kalsiyumun da yetersiz alınmasına yol açacağı vurgulanmıştır (8-11).

Çocukların özellikle süt grubu besinleri tüketmeye küçük yaşlardan itibaren alışmaları sağlanmalıdır. Kolalı içecek, gazoz gibi sadece enerji veren içecekler yerine süt ve türevlerini tercih etme bilinci uyandırılmalı, bunun için annelere, anaokullarında çocuklara gerekli eğitim verilmelidir. Bu çalışmada, annelerin tümü süt ve türevlerinin çocuk beslenmesinde önemli bir yer olduğunu belirtmiş, fakat sadece % 3.0'ü hayvansal kaynaklı protein, vitamin ve mineraller yönünden zengin, değerli bir besindir yanıtını vermiştir. Yapılan bir başka çalışmada da benzer sonuç bulunmuş, annelerin sütte bulunan sağlığa yararlı maddeler konusunda bilinçli olmadıkları ve büyük çoğunluğunun bu soruyu yanıtlayamadıkları görülmüştür (11). Ayrıca bu çalışmada, annelerin eğitim düzeyi ile çocukların süt ve türevlerini tüketimlerinin yeterli ve yetersiz oluşu arasında istatistiki olarak önemli bir ilişki bulunamamıştır ( $p > 0.05$ ). Bu sonuç, annelerin anaokuluna çocuklarını getirip götürürken onların beslenmeleri ile ilgili olarak birbirleriyle etkileşim halinde olmaları ve çoğunun lise ve yükseköğrenim görmeleri ile açıklanabilir.

Sonuç olarak; tüm yayın organlarından yararlanılarak sürekli olarak her yaştaki bireyin süt ve türevlerini tüketimi konusunda bilinçlen-

dirilmesine ve özellikle çocukların bu konuda eğitimine hız verilmelidir. Ayrıca anaokullarında hergün süt grubu yiyecek ve içeceklerin verilmesine çalışılmalıdır.

#### ÖZET

Hergün süt grubundan bir yiyecek ve içeceğin verildiği iki ayrı anaokulundan 108 çocuk ile düzensiz verilen anaokulundan 57 çocuk olmak üzere rastgele seçilen toplam 3-6 yaş grubu 165 çocuğun süt ve türevlerini tüketim durumu ve bunu etkileyen etmenler araştırılmıştır. Çocukların büyük çoğunluğunun ağırlığı normal, boy uzunlukları normal ve normal üstü değerlerdedir. Boy uzunluğu ile süt ve türevlerinin tüketim düzeyi arasındaki ilişki önemli bulunmuştur. Çocukların yarısı süt-yoğurt, % 33.9'u peyniri severek yemektedir. Fakat hemen hemen tamamının gerek severek gerekse annelerinin zoruyla hergün veya güneşırı bu yiyecek ve içecekleri tükettikleri saptanmıştır. Çocukların % 57.0'sinin günlük süt ve türevlerini tüketim miktarları yeterli, % 43.0'ünün tüketimleri yetersiz bulunmuştur. Anaokullarında süt grubundan bir yiyecek ve içeceğin hergün veya düzensiz verilmesi ile çocukların günlük süt ve türevlerini yeterli ve yetersiz tüketimi arasındaki ilişki önemli bulunmuştur. Süt ve türevlerini yeterli tüketenlerin büyük çoğunluğunu hergün süt grubu yiyecek ve içeceklerden biri verilen anaokullarındaki çocuklar oluşturmaktadır. Annenin eğitim düzeyi ile süt ve türevlerinin yeterli ve yetersiz tüketim arasındaki ilişki ise önemsiz bulunmuştur.

#### KAYNAKLAR

- 1 — Baysal, A.: Beslenme, Hacettepe Üniversitesi Yayınları A - 13, Çağ Matbaası, Ankara, 1983.
- 2 — Güneysu, S.: Anababaların Çocuklara Karşı Tutumları ve Çocuktaki Davranış Problemleri, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Programı Bilim Uzmanlığı Tezi, Ankara, 1982.
- 3 — Tönük, B., Gültürk, H., Güneşli, U., Arıkan, R., Kayım, H., Bozkurt, Ö.: 1984 Gıda Tüketimi ve Beslenme Araştırması Raporu, Tarım Orman ve Köyisleri Bakanlığı/Unicef, Ankara, 1987.
- 4 — Yücecan, S.: Sütün Beslenmemizdeki Yeri ve Kullanılması, Beslenme Diyet Dergisi, 3: 2, 1974.
- 5 — Hasipek, S., Aktay, N., Sürlüoğlu, M.S.: Konya Selçuk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Öğrencilerinin Süt ve Süt Ürünleri Tüketim Sıklığı ve Bunu Etkileyen Faktörler, Gıda, 13: 99, 1988.
- 6 — Sandler, R.B., Slemenda, C.W., La Porte, R., Cauley, J.A., Schramm, M.M., Barresi, M.L.; Kriska, A.M.: Post menopausal Bone Density and Milk Consumption in Childhood and Adolescence, The American Journal of Clinical Nutrition, 42: 270, 1985.

- 7 — Atilla, S.: Çalışan Annelerin 0.36 Yaş Grubu Çocuklarının Bakımı ve Beslenmesi Konusunda Bir Araştırma Hacettepe Üniversitesi, Beslenme ve Gıda Bilimleri Uzmanlık Tezi, Ankara, 1980.
- 8 — Karaağaoğlu, N., Arslan, P., Karaağaoğlu, E.: Okul Öncesi Çocukların Beslenme ve Büyüme - Gelişme Durumları, Beslenme ve Diyet Dergisi, 17: 17, 1988.
- 9 — Güneşli, U.: 4 - 6 Yaş Grubu Çocuklarında Beslenme Alışkanlıkları ve Bunu Etkileyen Etmenler Konusunda Bir Araştırma, Beslenme ve Diyet Dergisi, 17: 37, 1988.
- 10 — Baysal, A., Yücecan, S., Ekinçiler, T., Özbayer, V.: Edirne İlinde Beslenme Araştırması, Beslenme ve Diyet Dergisi, 2: 1, 1973.
- 11 — Töreci, G.: Ankara İlinde Farklı Sosya - Ekonomik Yapıda Ailelerin İçme Sütü ve Yoğurt Tüketimlerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi ve Çeşitli Kaynaklardan Sağlanan İçme Sütlerinin Bileşim ve Hijyenik Kaliteleri, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara, 1983.

## 7. KÜKEM KONGRESİ

**Kültür Koleksiyonları, Endüstriyel Mikrobiyoloji ve Biyoteknoloji (KÜKEM) Derneği**

16 - 18 Eylül 1991; Ç. Ü. Ziraat Fakültesi — ADANA

**Kongre konuları :**

- Tarım Biyoteknolojisi
- Veteriner Biyoteknolojisi
- Tıpta Biyoteknoloji
- Çevre Biyoteknolojisi
- Endüstriyel Biyoteknoloji

**Başvuru adresi :**

**KÜKEM Derneği, PK. 595 Ulus 06043 ANKARA**