

ANKARA YUNUS EMRE SAĞLIK OCAĞI BÖLGESİNDE 8-14 YAŞ ÇOCUKLARIN, ANNELERİNİN VE KENDİ İFADELERİNE GÖRE GIDA TÜKETİM SIKLIKLARININ İNCELENMESİ

Dr. A. Tülay BAĞCI*, Dr. Mahmut YARDIM*, Dr. Dilek ASLAN*, Prof. Dr. Zafer ÖZTEK*,
Dr. İlknur CAN*, Dr. Nurcan TOKEL*, Dr. Fatma TURGUT*, Dr. Berna YİNANÇ*

ÖZET

Ankara Yunus Emre Mahallesi'ndeki 8-14 yaş grubu çocukların, gıda tüketim sıklıklarını annelerin ve çocukların kendi ifadelerine göre saptamak ve karşılaştırmak amacıyla yapılmış bir tanımlayıcı araştırmadır. Tanımlanan yaş grubu ev dışında da gıda tüketmek olanağına sahiptir. 8-14 yaş grubu çocuklar için günlük alınması gereken gıda maddesine 1 puan, önerilen miktarda tüketilmiyor ise 0 puan verilerek gıda tüketim sıklığı puanları hesaplanmıştır. Çocukların kendi ifadelerine göre ortalama gıda tüketim sıklığı puanları 15.2 ± 2.1 , annelerinin ifadelerine göre 15.4 ± 1.9 ' dur. Gıda tüketim sıklığı 11 puan ve altında ise yetersiz, 12-15 puan orta yeterlilikte ve 16 puan ve üzeri yeterli olarak gruplandırılmıştır. Bu gruplandırmaya göre annelerin ve çocukların kendi ifadelerinin arasında istatistiksel yönden farklılık saptanmamıştır. Anneler ve çocuklardan tüketim sıklıklarını hergün, günde bir, haftada bir veya nadiren olarak belirtmeleri istendiğinde uyumluluk boyutu %96.3 ile %19.3 arasında değişmektedir. Çikolata, bisküvi dondurma gibi dışarıda tüketilebilen gıdaların tüketim sıklıkları için anneler ve çocukların ifadeleri arasında uyumlu olma boyutu diğer evde tüketilen maddeler için hesaplanan değerden daha düşüktür. Annelerin, çocuklarının gıda tüketim alışkanlıklarını detaylı olarak bilemeyebilecekleri ve araştırmalarda bu durumun göz önüne alınması gerektiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Gıda tüketim sıklığı, anne, çocuk

ABSTRACT: A Comparison of Food Consumption Frequency Reports of 8-14 Years Old Children (Self and Mother Reports) in Yunus Emre District in Ankara

This is a descriptive study on the food consumption frequency of 8-14 years old children and the dimension of agreement between mothers and children on the consumption frequency reports. This age group children are able to get foods also out of home. A food consumption frequency score is calculated for each food item by giving one point for nonappropriate appropriate con-

sumption frequencies and zero point for nonappropriate frequencies. The mean of food consumption frequency score calculated according to the expressions of children and mothers were 15.2 ± 2.1 and 15.4 ± 1.9 respectively. Then frequency points are separated into three groups; 11 points and below are accepted as an insufficient food consumption, 12-15 points accepted as a borderline and 16 and above points accepted as a sufficient food consumption. There is no statistically meaningful difference between mothers' and children's expressions according to this grouping. The rates of agreement between mothers and children on consumption frequencies changed in a range from 96.3% to 19.3%, when they asked to specify the frequencies as in everyday, in every other day, once in a week or rarely. Another finding is that the foods like ice-cream and chocolate which can be eaten out of home, have lower agreement rates than the others. These suggest that mothers may not know the food consumption pattern of their children in detail and researchers must pay attention to this fact.

Key Words: Food consumption frequency, mother, child

GİRİŞ

Yetersiz ve dengesiz beslenme; kronik hastalıklara yol açması ve enfeksiyon hastalıklarına eğilimi artırması nedeniyle önemli bir halk sağlığı sorunudur. Toplumun beslenme durumunun saptanması, gıda ve beslenmeye bağlı etiyolojik faktörlerin ortaya çıkarılması amacıyla çeşitli gıda tüketim araştırmaları yapılmaktadır. Bu araştırmalarda, kolay uygulanması nedeni ile sıklıkla soruşturma-anket yöntemi kullanılmaktadır. Aile bireylerinin gıda tüketim durumunun genelde annelerden sorularak öğrenilmesi, ev dışında tüketilen yiyeceklerle ilgili bilgilerin atlanmasına neden olabilmektedir. Özellikle son yıllarda medyada çıkan reklamların etkisi ile çocuklar arasında sağlığa ve büyümeye katkısı olmayan, bol enerji, iştah kesici, boyalı, "abur cubur" diye tarif edilen gıdaların tüketiminin hızla arttığı görülmektedir.

Bu çalışmada, belirli gıdaların, ev dışında gıda tüketme olanakları fazla olan okul çağı çocuklarda, ne sıklıkta tüketildiği ve annelerinin bu yaş grubundaki ço-

* Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı

cukların gıda tüketim alışkanlıklarını ne oranda bildiklerinin saptanması amaçlanmıştır.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE ARAÇLARI

1. Araştırmanın yeri ve zamanı:

Araştırma, Ankara Yunus Emre Sağlık Ocağı (YESO) Bölgesi'nde yapılmıştır. 1980 yılında kurulan YESO, Gülveren grup başkanlığına bağlı olarak çalışmalarını sürdürmektedir. Sağlık Ocağı dört mahalleye hizmet vermektedir. Bölgenin yıl ortası nüfusu 1995 yılında yapılan Evhalkı Tespit Fişi (ETF) çalışmaları ile 35 326 olarak tespit edilmiştir. Nüfus piramidi, gelişmekte olan ülkeler ve Türkiye nüfus piramitlerine benzemektedir. 8-14 yaş çocukları nüfusu 6095; hane sayısı 8017'dir. Araştırma, 15 Temmuz - 29 Ağustos 1996 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

2. Araştırmanın evreni ve örneklem seçimi:

Sağlık Ocağı bölgesinin hizmet verdiği dört mahallede sadece Yunus Emre Mahallesi'nin kayıtları tamamlanmış olduğundan, çalışmanın bu mahallede yapılması planlanmıştır. Yunus Emre Mahallesi'nin hane sayısı 1045 ve 8-14 yaş grubu çocuk sayısı 1026 olarak tespit edilmiştir. Daha önce yapılmış çalışmalara göre, 12 yaş grubu çocuklarda et ve ürünlerinin tüketiminin %24 olduğu tespit edilmiştir. Örneklem büyüklüğü bu orana göre hesaplanarak, sistematik örnekleme yöntemi ile 220 hane ziyaret edilmiştir. Bu tanımlayıcı tipte bir çalışmadır.

3. Veri toplama yöntemi ve analizi:

Araştırma, yüzyüze anket yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Sistematik örnekleme yöntemine göre tespit edilen haneler kapı kapı dolaşarak toplam 218, 8-14 yaş grubu çocuk ve anneleri ile görüşülüp anket uygulanmıştır. Araştırma kapsamına alınan çocuklara ve annelerine aynı anda ve değişik yerlerde anket uygulanmıştır. Çocukların kendilerine sorulan gıda tüketim sıklığı annelere de karşılaştırma ve annelerin çocuklarının gıda tüketim sıklıklarını ne oranlarda bildiklerini saptamak amacıyla sorulmuştur. Toplanan verilerin analizi Epi-Info bilgisayar programı ile yapılmıştır. Belirli gıdaların çocuklar tarafından ne kadar sıklıkla tüketildiği hem çocukların kendilerine hem de annelerine sorularak; her gıda için, 8-14 yaş grubuna önerilen tüketim sıklığına uyumlu tüketim sıklıklarına bir puan, uyumlu olmayan tüketim sıklıklarına sıfır puan verilmiştir. Gıda tüketim sıklığı 22 türde yiyecek tüketilmiş olduğundan toplam 22

puan üzerinden hesaplanmıştır. 11 puan altı yetersiz, 12-15 puan orta yeterli, 16 puan ve üzeri ise yeterli tüketim sıklığı olarak değerlendirilmiştir. Uyumlu olma boyutu toplam tutarlılıktan hesaplanmış, çocuk ve annenin ifadesinin karşılaştırılmasında ise T-test ve ikiyüzde arasındaki farkın anlamlılık testi uygulanmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırma kapsamına alınan çocukların yaş ve cinsiyetlerine göre dağılımları Tablo 1'de sunulmuştur. Anket uygulanan çocukların %42.2'si erkek ve %57.8'i kızdır. Yaşlarına göre cinsiyet dağılımı arasında istatistiki yönden fark bulunamamıştır. Yaş ve cinsiyet yönünden araştırma grubu homojendir. Çocukların kendi ifadelerine göre gıda tüketim sıklıkları (Tablo 2) incelendiğinde; çocukların %27.1'inin eti ve %29.8'inin sütü nadir olarak tükettiği veya hiç tüketmediği saptanmıştır. Çocukların %99.1'i ekmeği, %82.1'i peyniri ve %80.9'u sebze meyveyi hergün tüketirken eti her gün tüketen çocuklar araştırma grubunun ancak %14.2'sini oluşturmaktadır. Çocukların günlük tüketimlerinde yeri olmaması gereken kolayı ise ancak %17.4'ü nadiren tüketmekte veya hiç tüketmemektedirler. Çocukların %65.6'sı tost ve sandviç vb. şeyleri nadiren tüketmekte veya hiç tüketmemektedirler ki bununda okul ve ev çevresinde bu tür satış yerlerinin olmaması veya az olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Anne ve çocukların gıda tüketim sıklığı ile ilgili ifadeleri uyumluluk boyutu ile test edilmiş ve en yüksek uyumluluğa göre sıralanmıştır (Tablo 3).

Anneler ile çocukların belirttikleri tüketim sıklığı en yüksek oranla ekmek tüketiminde uyumlu (%96.3) bulunurken, dışardan alınabilecek veya temin edilebilecek yiyeceklerde anne ile çocuğun aynı sıklıkta tüketim söyleme boyutları azalmıştır. Çocukların kuruyemiş tüketiminde ise anne ile çocukta aynı tüketim sıklığını belirtme boyutu %19.2 olarak saptanmıştır. Çocukların büyüme döneminde daha dikkatli olarak tüketmeleri gereken süt grubu yiyecekler ise anne ile çocuğun aynı tüketimi belirtme sıklığı %33.4 olarak saptanmış ve hergün süt tükettiğini söyleyen çocuk oranı %18.8 iken, anneler çocuklarının daha yüksek oranlarda süt tükettiklerini ifade etmişlerdir. Bu uyumsuzluğun annelerin çocuklarının daha sıklıkla süt tüketmelerini istemelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Gıda tüketiminin anne ve çocuk ifadesine göre puanlanması incelendiğinde (Tablo 4); yetersiz puan alan

Tablo 1. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan 8-14 Yaş Grubundaki Çocukların Yaşa ve Cinsiyete Göre Dağılımları (Ankara, 1996).

YAŞ (Yıl)	CİNSİYET					
	Erkek		Kız		Toplam	
	Sayı	%*	Sayı	%*	Sayı	%**
8	11	33.3	22	66.7	33	15.1
9	16	50.0	16	50.0	32	14.7
10	14	46.7	16	53.3	30	13.8
11	12	40.0	18	60.0	30	13.8
12	14	45.1	17	54.9	31	14.1
13	13	43.3	17	56.7	30	13.8
14	12	37.5	20	62.5	32	14.7
Toplam	92	42.2	126	57.8	218	100.0

p> 0.05; * satır yüzdesi, ** sütun yüzdesi

Tablo 2. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Çocuklarda Kendi İfadelerine Göre, Bazı Gıdaların Tüketim Sıklığının Dağılımı (Ankara, 1996)

Gıdalar	Gıda Tüketim Sıklığı									
	Hergün		Günaşırı		Haftada bir		Seyrek-Hiç		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Et	31	14.2	43	19.7	85	39.0	59	27.1	218	100.0
Yumurta	84	38.5	79	36.2	41	18.8	14	6.4	218	100.0
Süt	45	20.6	54	24.8	53	27.1	65	29.8	218	100.0
Peynir	179	82.1	18	8.3	8	3.7	13	6.0	218	100.0
Ekmek	212	97.2	1	0.5	-	-	5	0.5	218	100.0
Kola,vs.	38	17.4	57	26.1	85	39.0	38	17.4	218	100.0
Sebze-meyve	177	81.2	24	11.0	16	7.3	1	0.5	218	100.0
Şeker	44	20.1	40	18.3	57	26.1	77	35.3	218	100.0
Tost-sandviç	13	6.0	26	11.9	36	16.5	143	65.6	218	100.0
Simit	41	18.8	29	13.3	63	28.9	85	39.0	218	100.0
Çikolata, gofret	42	19.3	49	22.5	69	31.7	58	26.6	218	100.0
Ciklet	111	50.0	42	19.3	27	12.4	38	17.4	218	100.0

Yüzdeler toplam çocuk sayısı üzerinden, satır yüzdesi olarak hesaplanmıştır (n= 218).

çocuk oranının çocuğun ifadesine göre alındığında daha yüksek olduğu anne ifadesine göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Çocukların gıda tüketimlerinin yeterli olma oranı anne ve çocuk ifadesinde yakın bulunmuş ancak yeterli gıda tüketimi olan çocuk oranının %50'nin altında olduğu saptanmıştır. Araştırma grubunda incelenen çocukların gıda tüketimlerine aileler tarafından daha fazla dikkat edilmesi ve önem verilmesi gerektiği bu sonuçlar ile de desteklenmektedir. Çocukların yaşlarına göre gıda tüketim sıklığı puanları incelendiğinde (Tablo 5) ise yeterli tüketimi

%52 olan sadece 8 yaş grubu çocuklar bulunmuştur. Diğer yaş gruplarındaki çocukların %50'sinden daha azının yeterli gıda tüketimine sahip oldukları saptanmıştır.

Araştırma kapsamında incelenen çocukların kola - süt, sandviç - et ve şekerleme - bal, reçel, pekmez tüketimleri karşılaştırılmış, Tablo 6,7 ve 8'de sunulmuştur. Çocukların kola tüketimlerinin süt tüketimlerinden daha sık olduğu ve bu farkın istatistiki yönden de önemli olduğu bulunmuştur. Süt ile kola tüketiminin aynı sıklıkta tüketilme boyutu %35.7 olarak

Tablo 3. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Ailelerde Çocukların Gıda Tüketim Sıklıkları ile Annelerinin İfadelerinin Uyumlu Olma Boyutu (Ankara, 1996)

Gıdalar	Uyumlu Olma Boyutu (%)
Ekmek	96.33
Barbunya	75.23
Sandviç-Tost	64.67
Nohut	53.66
Kuru Fasülye	49.03
Mercimek	48.16
Makarna	44.95
Bulgur	44.49
Cips	44.49
Peynir	42.66
Simit	41.74
Şehriye	41.28
Bal-Reçel-Pekmez	39.93
Meyve suyu	39.91
Meyve	39.45
Et	39.40
Yumurta	38.99
Mısır	38.99
Pilav	38.53
Sebze	38.53
Kola	38.07
Süt	33.48
Dondurma	32.57
Bisküi	31.65
Gofret-Çikolata	30.73
Yoğurt	29.35
Ciklet	27.52
Kuruyemiş	19.26

hesaplanmış ve bu sonucun süt tüketiminin artırılması yönünde ailelere bilgi verilmiştir. Sandviç ve et tüketiminin aynı sıklıkta tüketilme boyutu %31.2 ve şekerleme ile bal pekmez reçel tüketiminin aynı olma boyutu da %37.2 olarak bulunmuştur. Sandviç ile et ve şekerleme ile bal, pekmez, reçel, tüketim sıklıkları arasında istatistiki yönden fark olmadığı saptanmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Yunus Emre Mahallesi'ndeki 8-14 yaş grubundaki çocukların gıda tüketim sıklıkları ve annelerin çocuklarının gıda tüketim sıklıklarını hangi ölçüde bildiklerini belirlemeye yönelik bu çalışmanın sonuçları ve bu konudaki öneriler aşağıda özetlenmiştir.

- Protein içeriği yönünden önemli gıdalardan olan et ve sütün tüketimi çocukların yaklaşık üçte biri tarafından seyrek olarak belirtilmiş (sırasıyla %27.1 ve %29.8); ancak yumurta, yoğurt ve peynirin yüksek oranda hergün veya gınaşırı tüketildiği (sırasıyla %74.4, %72.4 ve %90.4) saptanmıştır.

- Ekmek tüketimi Türk toplumunun geleneksel yapısına da uygunluk göstermektedir. Araştırma kapsamına alınan çocukların %99.1'i hergün ekmek tüketmektedir, sebze ve meyve tüketim sıklığının da %80.9 olduğu görülmektedir.

- Çocukların yaşları ile gıda tüketim sıklıkları arasında bir ilişki bulunamamıştır.

- Kolalı içecekleri hergün tüketenlerde, sütün seyrek içilmesinin, kolalı içecekleri haftada bir tüketenlere göre daha fazla olduğu görülmektedir. Tost sandviç yenme sıklığının et tüketim sıklığını etkilemediği saptanmıştır. Yine aynı şekilde şekerleme yeme sıklığı ile bal-reçel-pekmez tüketim sıklığı arasında bir ilişki saptanamamıştır.

- Anne ile çocuğun uyumluluk boyutuna bakıldığında, ciklet (%27.5), çikolata (%30.7) bisküi (%31.7), dondurma (%32.6) gibi çocukların daha çok ev dışında tükettikleri gıdaların, uyumluluk boyutlarının, evde tükettikleri gıdalardan daha düşük olduğu görülmüştür.

- Tek tek gıdalar ele alındığında, anne ve çocuk arasındaki uyumluluk boyutunun düşüklüğü, gıda tüketim sıklığı puanlandırıldığında ortadan kalkmaktadır. Bunun nedeni, gıda tüketim sıklığı puanı hesaplanırken, hergün, gınaşırı, haftada bir, seyrek ve hiç seçeneklerinin gruplandırılarak puanlandırılmış olmasıdır. Örneğin: etin hergün veya gınaşırı tüketilmesine 1 puan verilmiştir. Çocuğun gınaşırı, annenin ise hergün seçeneklerini belirtmeleri durumunda, tüketim sıklığı puanı olarak aynı puanı alacaklar ancak tüketim seçeneklerinin birebir karşılaştırılmasında iki ifade birbiriyle uyumsuz olacaktır.

- Anneler, çocuklarının gıda tüketim sıklıklarını kabaca doğru bilmektedirler, ancak beslenme araştırmalarında daha detaylı bilgi elde etmek için sadece annenin ifadesiyle yetinilmemelidir.

Tablo 4. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Çocukların Puanlandırılmış Gıda Tüketim Sıklıklarının; Çocukların ve Annelerinin İfadelerine Göre Yüzde Olarak Karşılaştırılması (Ankara, 1996)

Puanlandırılmış Gıda Tüketim Sıklığı	Çocuğun İfadesi(%)	Annenin İfadesi(%)
Yetersiz (11 puan ve altı)	6.0	3.3
Orta yeterlilikte (12-15 puan)	50.0	47.7
Yeterli (16 puan ve üzeri)	44.0	49.0
Toplam	100.0	100.0

p> 0.05 (İki yüzde arasındaki farkın önemlilik testi)

Tablo 5. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Ailelerde Çocukların Kendi İfadeleriyle Yaşa Göre Gıda Tüketim Sıklıklarının Dağılımı (Ankara, 1996)

Çocukların Yaşları(yıl)	Gıda Tüketim Sıklığı							
	Yetersiz		Orta		Yeterli		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
8	1	3.0	15	45.0	17	52.0	33	15.1
9	2	6.25	20	62.5	10	31.2	32	14.7
10	5	16.7	13	43.3	12	40.0	30	13.8
11	1	3.3	16	53.3	13	43.3	30	13.8
12+	4	4.3	45	48.4	44	47.3	93	42.6
Toplam	13	5.9	109	50.0	96	44.0	218	100.0

p > 0.05 (İki yüzde arasındaki farkın önemlilik testi)

Tablo 6. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Çocukların Kola ve Süt Tüketim Sıklığının Dağılımı (Ankara, 1996).

Kola Tüketim Sıklığı	Süt Tüketim Sıklığı							
	Hergün / Günaşırı		Haftada Bir		Seyrek / Hiç		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Hergün / Günaşırı	40	42.1	19	20.0	36	37.9	95	43.6
Haftada Bir	32	37.6	31	36.5	22	25.9	85	39.0
Seyrek / Hiç	22	57.9	9	23.7	7	18.4	38	17.4
Toplam	94	18.8	59	27.1	65	29.8	218	100.0

Ki-kare=11.40, p=0.022 Uyumluluk Oranı: %35.7

Tablo 7. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Çocukların Sandviç Tost ve Et Tüketim Sıklığının Dağılımı (Ankara, 1996)

Sandviç Tost Tüketim Sıklığı	Et Tüketim Sıklığı							
	Hergün / Günaşırı		Haftada Bir		Seyrek / Hiç		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Hergün/Günaşırı	15	38.4	12	30.8	12	30.8	39	17.9
Haftada Bir	18	50.0	12	33.3	6	16.7	36	16.5
Seyrek / Hiç	41	28.7	61	42.6	41	28.7	143	65.6
Toplam	74	33.9	85	39.0	59	27.1	218	100.0

Ki-Kare=7.37, p=0.11 Uyumluluk Oranı: %31.2

Tablo 8. Yunus Emre Mahallesi'nde Araştırma Kapsamına Alınan Çocukların Şekerleme ve Bal-Reçel-Pekmez Tüketim Sıklığının Dağılımı (Ankara, 1996)

Şekerleme Tüketim Sıklığı	Bal-Reçel-Pekmez Tüketim Sıklığı							
	Hergün / Günaşırı		Haftada Bir		Seyrek / Hiç		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Hergün / Günaşırı	70	83.3	6	7.2	8	9.5	84	38.6
Haftada Bir	48	84.2	4	7.0	5	8.8	57	26.1
Seyrek / Hiç	67	87.0	3	3.9	7	9.1	77	35.3
Toplam	185	84.8	13	6.0	20	9.2	218	100.0

Ki-Kare=0.94, p=0.92 Uyumluluk Oranı: %37.2

KAYNAKLAR

1. Yurtal J. Türkiye'de Gelir Dağılımı-Beslenme İlişkisi, Hacettepe Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Uzmanlık Tezi, 1982.
2. Yazıcıoğlu R. Sadece Erzincan'da kolalı içecekler için 1.4 trilyon harcadığımızı düşünebilirmisiniz, Hacettepe Üniversitesi Tıp Dergisi, 13:120,1996.
3. Andreoli C, Plum Smith. Cecil Essentials of Medicine, Second Edition, Saunders International Edition, 1990.
4. Hunter, Beatrice T, Consumer B. Your Food and What's been done do it, New York, Simon, 1971.
5. Barne H R, Moore V A, Bond G.W. Behavioural Abnormalities in young adult individuals caused by malnutrition in early life, J Nutr. 100; 149, 1970.
6. Pekcan G. İlkokul çocuklarında demir yetersizliği anemisi, enfeksiyon ve okul başarısı arasındaki etkileşim üzerine araştırma. Beslenme ve Diyet Dergisi, 13:51, 1984.
7. Manav N. Erken Yaşlardaki Yetersiz ve Dengesiz Beslenmenin Davranış ve Gelişme Üzerine Etkisi, Beslenme ve Diyetetik Programı-Doktora Tezi, H.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 1975.
8. Mazariegos-Ramos et all. Consumption of soft drinks with phosphoric acid as a risk factor for the development of hypocalcemia in children. A Case Control Study; Journal of Pediatr, 126:940, 1995.
9. Topal B. "Soft Drink" içecekler hipokalsemiye yol açıyor mu? Yeni Tıp Dergisi, 13:38, 1996.
10. Aksu B F, Öztek A Z. Göçmen türk işçi ailelerinin ve çocuklarının beslenme durumu üzerinde karşılaştırmalı bir araştırma. Beslenme ve Diyet Dergisi, 8-9:41, 1979-1980
11. Okul Çağı Çocuklarında Beslenme, "Türkiye'de Anaokul ve İlkokul Çağı Çocuklarının Beslenme Sorunları ve Çözüm Yolları" Roche, Hacettepe Üniversitesi, Ege Üniversitesi Workshop Raporu, 1984
12. Aygün C. 5-6 Yaş Okul Öncesi Dönemi Çocukları için Geliştirilecek Beslenme Eğitimi Programlarının Çocukların Beslenme İle İlgili Bilgi, Tutum ve Davranışlarına Etkisi, Beslenme ve Diyetetik Programı Bilim Uzmanlığı Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 1994.
13. Taşçı N, Şahin M, Baysal A. Ankara kentinde okula devam eden ve çalışan 12-14 yaş grubu gençlerin beslenme durumu. Beslenme ve Diyet Dergisi, 16:2; 139-152, 1987.