

İLKOKUL ÖĞRENCİ VE ÖĞRETMENLERİNİN BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİYLE BUNUN UYGULANMA DURUMU

Dyt. Nevin TEKGÜL* / Dyt. Güzin ÖZER* / Doç. Dr. Meral AKSOY**

Ankara ilinde M.E.G. ve S.B. bağlı altı ilkokulda öğretmenlerin ve öğrencilerinin beslenme bilgileri ve uygulamaları soruşturma yöntemi ile araştırılmıştır. Öğrenciler genellikle harçlıklarını meşrubat, bisküvi ve çikolata almak için harcamaktadırlar. Belki de buna bağlı olarak diş çürüğü sıklığı yüksek bulunmuştur. Kubilay ve Abdi İpekçi İlkokul öğretmenlerinin, öğrencilerinin beslenme bilgileri iyi düzeyde olup, öğretmenlerin kendi bilgilerini öğrencilere yansıtılabilmeleri ve uygulamaları arasındaki ilişki önemli bulunmuştur.

GİRİŞ

Çocuklarda 7 - 11 yaş dönemi ilkokul çağını içermektedir. Ülkemizde bu dönemde on milyonun üzerinde çocuk bulunmaktadır ve bu sayı gittikçe artmaktadır. Beden ve kafa sağlığı özellikle çocuklarda toplumun geleceğini oluşturacakları için son derece önemlidir. Sağlığa olumlu veya olumsuz etki eden birçok etkenin arasında beslenmenin ayrı bir yeri vardır. Çocukluk çağındaki yetersiz ve dengesiz beslenme beraberinde büyüme geriliği, kansızlık, zayıflık, şişmanlık, zekâ geriliği, eğitimde başarısızlık ve sosyal uyumsuzluk getirebilmektedir (1). Ayrıca bu çağda oluşturulan alışkanlıklar ileri yaşlarda da sürdürülmektedir. Bu alışkanlıkların arasında, çocukların meşrubat, çikolata, bisküvi, şeker ve şekerli gıdalar gibi beslenme açısından önerilmeyen yiyecekleri sıklıkla tüketmeleri yer almaktadır.

Çocuğun beslenmesi, çevre koşulları ,ailesinin sosyo-ekonomik durumu ve çocuğa verilen eğitimle yakından ilgilidir. Bu eğitimde

(*) Diyetisyen.

(**) H. Ü. Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Üyesi.

de en büyük katkı evde ailenin, okulda ise öğretmenindir. Bu nedenle öğretmenlerin kendi beslenme bilgilerinin iyi olması ve bunu öğrencisine doğru uygulatarak yansıtabilmesi önem taşır. Buna dayanılarak araştırma; ilkokul çağı çocuklarının ve öğretmenlerinin beslenme bilgi düzeyleri ile bunun karşılıklı etkileşimi ve öğrencilerin okulda tükettikleri yiyecek alışkanlıklarının ne olduğunu kapsamına alacak şekilde düzenlenmiştir.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE ARAÇLARI

Araştırma, Ankara ilinde Yenimahalle semtinde Abdi İpekçi ve Kubilay; Demetevler semtinde Yahyalar ve Oğuzlar, Yenışehir semtinde ise TED Ankara Koleji ilk kısım ile Kavaklıdere ilkokullarında yapılmıştır. Denekler rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiştir. Öğretmenlerin ve öğrencilerin beslenme bilgileri ile öğretmenlerin bu bilgileri öğrencilerine uygulayıp - uygulamadıkları soruşturma yöntemi ile saptanmıştır. Soruların % 80, % 60 ve daha azının doğru olarak cevaplandırılmasına göre de sırayla iyi, orta ve kötü olarak gruplandırılmıştır.

Veriler yüzde alınarak ve «Khi-kare» testi uygulanarak değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Farklı sosyo-ekonomik düzeyde olabileceği ileri sürülen üç değişik bölgede, Millî Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığına (MEB ve SB) bağlı altı okulda öğretmenlere ve öğrencilere genel beslenme bilgilerinin ve uygulamalarını ortaya koyabilecek anket uygulanmıştır. Öğrencilerin günlük aldıkları harçlık Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1 : Öğrencilerin Günlük Harçlık Dağılımı.

Okul Grubu	Günlük Harçlık Miktarı (TL)					
	0 - 50		51 - 100		101 - Daha Fazla	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Karşıyaka - Yahyalar	53	82	8	12	4	6
Abdi İpekçi - Kubilay	34	50	27	40	7	10
Kavaklıdere - Ankara Koleji	17	25	27	39	25	36

En düşük harçlığı (% 82 oranında) Karşıyaka - Yahyalar İlkokulundaki öğrenciler, orta ve yüksek harçlığı da (% 39 - % 36 oranlarında) Kavaklıdere - Ankara Koleji öğrencileri almaktadırlar. Genellikle bütün okullardaki öğrenciler harçlıklarını çikolata, meşrubat, bisküvi gibi yiyecekleri almak için harcamaktadırlar (Tablo 2). Öğrencilerin % 70 oranındaki büyük bir kısmı televizyondaki bu yiyecek maddelerinin reklamlarından etkilendiklerini söylemektedirler. Diş çürüğüne rastlama sıklığı 1 - 3 adet olup, en yüksek yüzdeyi Karşıyaka ve Yahyalar İlkokulları (% 73 oranında) göstermektedir (Tablo 3).

Tablo 2: Öğrencilerin Harçlıklarıyla Genellikle Satın Aldıkları Yiyecek Maddeleri.

Okul Grubu	Öğrenci Sayısı	Satın Alınan Yiyecekler			
		Süt - Ayran - Tost Sayı	%	Meşrubat - Bisküvi - Çikolata Sayı	%
Karşıyaka - Yahyalar	63	7	11	56	89
Abdi İpekçi - Kubilay	68	4	6	96	94
Kavaklıdere - Ankara Koleji	69	12	17	57	83

Tablo 3: Öğrencilerde Diş Çürüğü Görülme Sıklığı.

Okul Grubu	Öğrenci Sayısı	D i ş Ç ü r ü ğ ü D u r u m u					
		Yok		1 - 3		4 - Daha Fazla	
		Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Karşıyaka - Yahyalar	63	4	6	46	73	13	21
Abdi İpekçi - Kubilay	68	12	18	40	59	16	23
Kavaklıdere - Ankara Koleji	69	23	33	36	52	10	15

Öğretmenlerin sorulara verdikleri cevaplara göre Karşıyaka - Yahyalar ilkokulları ile Kavaklıdere - Ankara Koleji ilk kısım öğretmenlerinin beslenme bilgileri orta derecede, Abdi İpekçi - Kubilay ilkokullarının öğretmenlerinin beslenme bilgileri de iyi derecede

de bulunmuştur (Tablo 4). Öğretmenlerin beslenme bilgileri ile bu bilgilerini öğrencilerine yansıtabilmeleri ve öğrencilerin beslenme bilgileri arasındaki ilişki üç ilkökul grubunda da «Khi-kare» testine göre; Karşıyaka - Yahyalar ilkokullarında önemsiz, Abdi İpekçi - Kubilay ve Kavaklıdere - Ankara Kolejinde önemli bulunmuştur (Tablo 4/a, b, c; x^2_1 değerleri).

Öğretmenlerin ve öğrencilerin ayrı ayrı beslenme bilgileri ile, öğretmenlerin kendi beslenme bilgilerini öğrencilere yansıtabilmeleri arasındaki önemli ilişki sadece Abdi İpekçi - Kubilay ilkokullarında görülmüştür (Tablo 4/b; x^2_2 ve x^2_3 değerleri).

Tablo 4 : Öğretmenlerin ve Öğrencilerin Beslenme Bilgi Durumu ve Bunun Etkileşimi.

Sorulara Verilen Cevap Puan	Öğretmenlerin Beslenme Bilgisi		Öğretmenlerin Öğrencilerle İlgili Beslenme Bilgisi		Öğrencilerin Beslenme Bilgisi	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
a) Karşıyaka - Yahyalar İlkokulları						
100 - 80	4	20	1	5	4	6
79 - 60	10	50	13	65	30	47
59 - 0	6	30	6	30	30	47
* $x^2_1 = 6.56$ $p > 0.05$ $x^2_2 = 4.05$ $p > 0.05$ $x^2_3 = 2.18$ $p > 0.05$						
b) Abdi İpekçi - Kubilay İlkokulları						
100 - 80	17	61	6	21	19	28
79 - 60	9	32	20	7	37	54
59 - 0	2	7	3	11	12	18
* $x^2_1 = 13.8$ $p < 0.01$ $x^2_2 = 7.94$ $p < 0.05$ $x^2_3 = 16.0$ $p < 0.001$						
c) Kavaklıdere - Ankara Koleji						
100 - 80	6	27	3	14	27	40
79 - 60	14	64	12	54	33	48
59 - 0	2	9	7	32	8	12
* $x^2_1 = 10.6$ $p < 0.05$ $x^2_2 = 1.05$ $p > 0.05$ $x^2_3 = 3.91$ $p > 0.05$						

* x^2_1 : Öğretmenlerin, öğrencilerin ve öğretmenlerin öğrencilerle ilgili beslenme bilgilerinin karşılaştırılması.

x^2_2 : Öğretmenlerin ve öğrencilerin beslenme bilgilerinin karşılaştırılması.

x^2_3 : Öğretmenlerin beslenme bilgileri ile yine öğretmenlerin öğrencilerle ilgili beslenme bilgilerinin karşılaştırılması.

TARTIŞMA

Çocukların televizyon reklamlarından etkilenmeleri belki de buna bağlı olarak harçlıklarını meşrubat, çikolata ve bisküvi almak için harcamalarına neden olmaktadır. Ankara'daki ilkokullarda birey başına 12.4 gr kolah ve kolasız meşrubat tüketildiği saptanmıştır (2). A.B.D.'de yapılan bir araştırmada da 5 - 18 yaş grubu okul çağı çocuklarında meşrubat tüketiminin % 70 civarında olduğu rapor edilmiştir (3). Diş çürüğü görülme sıklığı üç okul grubunda da yüksektir. Özellikle dişlerin yenilenme çağında fermente olabilen, şekerli yiyecek ve içecek maddelerinin çok tüketilmesi diş çürümelerine veya olumsuz gelişmelerine birinci derecede yol açan etkindir (4). Bu yiyecek maddeleri öğrenciler tarafından okul ve okul haricinde satın alındığı gibi, çoğunun evinde bulunmakta ve ailenin % 75 oranında diğer fertleri tarafından da tüketilmektedir. Bu durumda çocuk ailesi tarafından da olumsuz etkilenmekte, beslenme açısından da boş enerji vermekten başka hiçbir yararı olmayan bu maddeleri tüketme yoluna gitmektedir. Ayrıca rastgele zamanlarda bu maddelerin alınması iştah kapatıcı olarak rol oynamakta (5) ve bunlara katılan kimyasal boyalar çeşitli allerjilere yol açmaktadır (6).

Öğretmenlerin kendi beslenme bilgileri, öğrenciyle ilgili beslenme bilgileri ve bunu öğrenciye yansıtabilmeleri arasındaki ilişki önemli bulunmuştur (Tablo 4). Daha da önemlisi, öğretmen ne derecede bilgili ise bunu öğrencisine verebilmesi ve uygulatabilmesi o derece yüksek olmaktadır. Bu etki Abdi İpekçi - Kubilay ilkokullarında gözlenmiştir. Dış etkenler televizyon reklamları, ailedeki bu konudaki olumsuz alışkanlıklar kısmen de olsa etkisini azaltmaktadır. Eğitim sadece teknik bilginin tanıtılması değil, o bilginin öğretilmesi anlaşılması ve yaratıcı bir şekilde kullanılabilmesidir (7). Robinson (8), beslenme eğitimi materyallerinin bugünkü sağlık problemlerine bağlanmasını, sınıfa getirilmesini ve çocuklar kanalıyla yetişkinlere uzanabilmesinin sağlanabileceğini vurgulamaktadır.

Türkiye 1974 Ulusal Beslenme Sağlık ve Gıda Tüketim Araştırmasına göre ilkokul öğrencilerinin % 7'si kahvaltı etmeden okula gitmekte ve ilkokulların % 35'inde hiçbir beslenme programı uygulanmamaktadır (9). Oysa ki bu konuda ekipler halinde kütüphanelerden yararlanılması, projeler hazırlanması, uygulamalar yapılma-

sı çocukların hem eğitimlerine hem de zihinsel gelişmelerine katkı sağlayacaktır (10). Eğitim için en uygun çağın okul zamanı olması, öğretmenin öğrenci için en yakın ve etkin kişi olması dolayısıyla öğretmenin yeterli beslenme bilgisine sahip olması ve bunu uygulatabilmesi gerekmektedir (11).

SUMMARY

NUTRITIONAL KNOWLEDGE OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS AND STUDENTS AND APPLICATION OF THIS KNOWLEDGE

Tekgöl, N. / Öner, G. / Aksoy, M.

The nutritional knowledge of the teachers and their students in six primary schools of Ministry of Education in Ankara has been investigated. The students usually spent their pocket money to buy soft drinks, biscuits and chocolates. The incidence of dental caries is high, because of consumption of above foods. The nutritional knowledge of the teachers in Kubılay and Abdi İpekçi schools was found to be good. The relationship between the knowledge of teachers and the reflexion of this knowledge to the students was also found to be significant.

KAYNAKLAR

- 1 — Köksal, O. : Türkiye'de Anaokul ve İlkokul Çocukları Arasında Görülen Beslenme Sorunları. Türkiye'de Anaokul ve İlkokul Çocuğunun Beslenme Sorunları ve Çözüm Yolları Semineri, Ankara, 1984.
- 2 — Pekcan, G. : 10-12 Yaş Grubu İlkokul Çocuklarının Beslenme ve Sağlık Durumları Üzerine Bir Araştırma. Beslenme ve Diyet Dergisi, 12 : 43, 1983.
- 3 — Morgan, K. J., Stultus, V. J., Stamplex, G. L. : Soft Drink Consumption Patterns of the U.S. Population. J. Am. Diet. Assoc. 85 (3) : 352, 1985.
- 4 — Usmen, E. : Beslenme ve Dişhekimiği Etkileşmeleri, Beslenme ve Diyet Dergisi, 4 (1) : 1, 1975.
- 5 — Castonguay, T. W., Applegate, E. A., Upton, D. E., Stern, J. S. : Hunger and Appetite: Old Concepts/New Distinctions Nutr. Rev., 41 (4) : 101, 1983.

- 6 — X. Annual Marobou Symposium - Food Sensitivity, Nutr. Rev., 42 (3) : 70, 1984.
- 7 — Özdemir, A.: Kışlacık Sağlıkokağı Bölgesinde İlkokul Çocuklarının Sağlık ve Başarı Durumları Üzerinde Bir Araştırma. H. Ü. Tıp Fak. Top. Hek. Bilim Dalı Halk Sağ. Uz. Tezi, Ankara, 1981.
- 8 — Robinson, C. H. : Nutrition Education - What Comes Next? J. Am. Diet. Assoc., 60 : 126, 1976.
- 9 — Köksal, O. : Türkiye'de Beslenme - Ulusal Beslenme ve Sağlık - Gıda Tüketimi Araştırması Raporu. Hacettepe Üniversitesi, 1977.
- 10 — Türkiye'de Anaokulu ve İlkokul Çağı Beslenme Sorunları ve Çözüm Yolları, Hacettepe Üniv., Ege Üniv., Roche A.Ş. Semineri, 1984.