

ANKARA - ETİMESGUT - ÇUBUK KÖYLERİNDE YAŞAYAN 0-36 AY ARASINDAKİ ÇOCUKLARIN BESLENME VE GELİŞİM ETKİLEŞMELERİ - I

Nazan BOZKURT (*)

Ufuk GÜNEYLİ ()**

G İ R İ Ő

Yetersiz ve dengesiz beslenme dünyanın birçok ülkelerinde olduğu gibi memleketimizde de sağlık sorunlarının artmasinin nedenleri arasında önemli bir yer tutmaktadır. Yapılan araştırmalar yetersiz ve dengesiz beslenmenin tüm yaşlarda az veya çok görölmekle beraber 0-5 yaş grubunda konunun giderek önem kazandığını ortaya koymaktadır (1).

Yaşamının ilk yıllarında çocuğun besin gereksiniminin karşılanması doğrudan doğruya anneye bağlıdır. Annenin bilgisi ve sosyal düzeyi, çocuğun yeterli beslenmesinde, buna bağlı olarak sosyal ve duyumotor gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Bu noktadan hareket edilerek Çubuk ve Etimesgut köylerinde 0-36 ay arasında çocuğu olan ailelerin yapıları, çocuk beslenme alışkanlıkları, bu çocukların fiziksel, sosyal ve duyumotor gelişimleri incelenmiştir. Bu yazımızda elde edilen bulgulardan çocukların beslenme durumları ve fiziksel gelişimleri üzerinde durulacaktır.

Araştırma Yöntemi ve Araçları

Araştırmada; Etimesgut ve Çubuk ilçelerinden 10'ar köy ile bu 20 köyde yaşayan ve 0-36 ay arasında çocuğu bulunan toplam 416 aile örnek olarak seçilmiştir.

(*) H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yük. Okulu Beslenme ve Diyet Bölümü Öğretim Görevlisi.

(**) H. Ü. Sağlık Teknolojisi Yük. Okulu Beslenme ve Diyet Bölümü Öğretim Üyesi.

Normal ve malnutrisyonlu çocukların günlük enerji tüketimleri arasındaki farklılıkların belirlenmesi için 5 günlük gıda tüketimlerinin yapılması ve beslenme alışkanlıklarının öğrenilmesi plânlanmıştır. Daha sonra bu bilgilerin toplanabilmesi için gerekli soruları içeren bir anket formu geliştirilmiş ve araştırmacılar bu anket formunu nasıl dolduracakları konusunda eğitilmişlerdir.

Ayrıca araştırmacılara çocukların ağırlıklarını ölçmeleri için birer baskül verilmiştir. Ağırlık ölçümünün değerlendirilmesinde Türkiye için geliştirilmiş standart kullanılmış ve malnutrisyon derecelendirilmesi yapılmıştır (2).

Bulgular

Araştırmaya alınan çocukların fiziksel gelişimlerinin ağırlık yönünden değerlendirilmesi tablo 1 de verilmiştir. Buna göre çocukların ortalama yarısının (% 54.1) normal gelişim gösterdikleri, % 24.1'inin ise malnutrisyonlu olduğu saptanmıştır.

TABLO : 1 — Çocukların Ağırlıklarının Standarta Göre Durumunun Dağılımı

Yaş Grubu	Tartılan Çocuk sayısı	Normal Ağırlıkta olanlar	Normalden fazla ağır. olanlar	Malnutrisyonlular	
				Hafif	Ağır
0— 6	73	57.5	20.5	20.5	1.4
7—12	81	41.9	22.2	32.1	3.7
13—18	108	54.6	14.8	29.6	0.9
19—24	79	49.4	30.4	17.7	2.5
25—36	75	68.0	24.0	5.3	2.7
Toplama göre %	416	54.1	21.9	21.9	2.2

Çocukların diş gelişimleri incelendiğinde 6 aydan önce diş çıkan çocuğa rastlanmamıştır (Tablo : 2). Genellikle 9 ncu aydan sonra dişler çıkmaya başlamakla beraber iki yaşına geldiği halde hiç dişi çıkmamış çocuklarda bulunmaktadır.

TABLO : 2 — Çocukların Sahip Oldukları Diş Sayısına Göre Dağılımı (%)

Yaş Grubu	İncelenen Çocuk Say.	Hiç dişi çıkmayan	Diş Sayısı					
			1-4	5-8	9-12	13-16	17-20	21 ve +
0— 5	57	100.0	—	—	—	—	—	—
6— 8	46	82.6	13.0	—	2.2	—	2.2	—
9—10	20	60.0	25.0	10.0	5.0	—	—	—
11—14	64	20.3	28.1	35.9	10.9	3.1	1.5	—
15—23	137	0.7	2.9	16.1	28.5	17.5	30.7	3.6
24—36	92	2.2	—	—	4.3	8.7	72.8	12.0
Toplama göre %	416	29.5	7.9	11.3	12.5	8.2	26.7	3.9

İncelenen çocukların büyük çoğunluğu ilk aylarda anne sütü ile beslenmekte bunlardan % 46.9 u 6 aya kadar emzirilmektedir. Bir yaşından sonra ise emzirilme oranı giderek azalmaktadır (Tablo 3-4)

TABLO : 3 — Doğumdan Sonraki İlk 3 Ayda En Fazla Verilen Besin

Verilen Besin	Çocukların	
	Sayı	%
Anne sütü	358	86,1
İnek sütü	35	8.4
Süt tozu	2	0.5
Hazır mama	21	5.0
Toplam	416	100.0

TABLO : 4 — Anne Sütünün Verilme Süresine Göre Çocukların Dağılımı

<i>Emzirme süresi</i>	<i>Çocukların</i>	
	<i>Sayı</i>	<i>%</i>
0- 6 ay	195	46.9
7-12 »	109	26.2
13-18 »	81	19.5
19-24 »	26	6.3
25-30 »	4	0.9
31-36 »	1	0.2
Toplam	416	100.0

Ailelerin büyük bir çoğunluğu ek besinlere genellikle 4-12 nci aylar arasında başlamaktadırlar (Tablo : 5). Nişasta ve lokum gibi, ek besin olarak önerilmeyen besinleri kullanan ailelerin sayısının ise azınlıkta kaldığı belirlenmiştir. Yumurta, yoğurt, peynir, sebze ve meyve gibi ek besinlerin ailelerin büyük çoğunluğu tarafından çocuklara hergün verilmekte olduğu gözlenmiştir (Tablo : 6).

TABLO : 5 — Besinlerin Çocuklara Verilmeye Başladığı Aylara Göre Dağılımı (%)

<i>Besin Türü</i>	<i>Hiç veril-meyen</i>	<i>25 ay ve üstü</i>						
		<i>1-3</i>	<i>4-6</i>	<i>7-9</i>	<i>10-12</i>	<i>13-18</i>	<i>19-24</i>	
Yoğurt	9.1	32.0	33.9	8.2	12.0	3.8	1.0	—
Peynir - Çök.	37.9	4.8	14.7	8.6	26.2	5.6	2.2	—
Yumurta	20.9	14.2	27.0	12.7	17.8	5.7	1.4	0.3
Et	33.7	1.9	13.5	13.0	23.3	11.3	3.3	—
K. Baklagil	37.7	1.2	12.3	12.0	24.3	10.6	1.9	—
Sebzeler	15.1	9.1	32.2	18.3	20.0	4.0	1.0	0.3
Meyve ve su.	11.8	29.3	26.9	12.7	15.1	3.6	0.5	—
Ekmek	17.8	1.9	31.3	22.6	23.3	2.6	0.5	—
Pirinç - Mak.	26.7	4.0	15.4	19.1	27.3	6.8	0.7	—
Bulgur	30.3	0.9	8.6	17.6	30.8	10.1	1.7	—
Buğday unu	26.9	21.8	21.4	11.1	16.9	1.4	0.5	—
Pekmez-Bal	50.0	4.3	12.8	11.1	16.1	4.3	1.4	—
Yağ	20.9	7.7	29.5	16.4	20.7	4.3	0.5	—
Hazır mama	62.7	28.9	6.8	1.4	0.3	—	—	—
Nişasta	82.5	12.4	4.0	0.5	0.2	—	0.3	—
Lokum	57.9	28.2	4.7	2.2	4.8	1.8	0.4	—

TABLO : 6 — Ek Besinlerin Veriliş Sıklığına göre Çocukların Dağılımı (%)

Ek Besinler	Hergün		Gün aşırı	3 gün- de bir	Haftada bir	15 günde bir	Ayda bir	2-3 ayda bir	Hiç
	bir defa	1 den fazla							
Yoğurt	34.6	18.5	20.0	8.9	5.8	1.7	—	—	10.5
Peynir-Çök.	20.0	7.2	7.0	8.9	7.0	3.6	2.6	2.1	41.6
Yumurta	27.2	1.7	13.5	14.4	9.6	5.3	2.1	1.7	24.5
Et	4.1	1.0	2.2	2.6	9.4	13.7	15.6	13.9	37.5
K. Baklagil	1.4	0.2	4.8	9.1	23.1	13.2	5.8	5.0	37.2
Sebzeler	42.3	26.0	9.6	4.6	2.4	—	—	—	15.1
Meyve ve su	34.3	29.8	10.3	5.3	5.8	1.0	—	0.5	13.0
Ekmek	10.1	70.7	0.5	0.5	—	—	—	—	18.3
Pirinç - Mak.	1.4	3.1	10.1	16.6	26.5	9.4	4.8	1.2	26.9
Bulgur	1.7	0.2	11.8	13.5	25.2	10.6	4.8	1.2	31.0
Buğday unu	7.2	21.6	4.3	5.1	13.0	9.4	6.0	1.4	32.0
Pekmez - Bal	12.3	1.9	4.3	7.0	7.9	5.3	5.5	4.3	51.5
Yağ	27.2	45.5	3.1	1.4	1.2	—	0.2	—	21.4
Hazır mama	2.9	7.0	0.5	—	0.7	—	0.5	0.2	88.2
Nişasta	1.2	3.4	—	—	0.2	0.5	1.0	0.2	93.5
Lokum	3.4	3.8	1.7	2.6	3.6	3.4	3.4	5.5	72.6

Normal ve malnutrisyonlu çocukların ortalama günlük besin tüketim miktarları Tablo 7 de verilmektedir. Bu çocukların tüketim düzeyleri karşılaştırıldığında malnutrisyonlu çocukların 2 nci aydan sonra günlük besin tüketim miktarlarında azalmalar olduğu göze çarpmaktadır. Buna bağlı olarak bu besinlerden sağlanan günlük enerji ve protein miktarları da aynı yaş gruplarındaki normal ve malnutrisyonlu çocuklar arasında dikkate değer farklılıklar göstermektedir (Tablo : 8).

TABLO : 7 --- Normal ve Malnutrisyonlu Çocuklara Verilen Ek Besinlerin Ortalama Günlük Tüketim Miktarları (g.)

Besin Türü	0 - 6 ay		7 - 12 ay		13 - 24 ay		25 - 36 ay	
	Normal	Malnutris	Normal	Malnutris	Normal	Malnutris	Normal	Malnutris
Süt - yoğurt	186.7	238.5	247.9	189.1	213.9	286.2	202.7	175.4
Peynir - Çökelek	0.7	1.9	3.8	2.3	10.5	1.3	10.5	6.8
Yumurta	4.2	2.6	11.6	3.5	20.2	13.7	20.7	17.2
Et	1.4	—	3.1	0.9	7.0	2.2	12.0	4.3
K. Baklagil	1.1	—	2.9	0.4	4.7	2.2	8.3	—
Yeşil, sarı sebzeler	11.5	5.9	51.4	31.1	89.5	63.7	120.4	109.8
Diğer sebzeler	3.8	6.3	9.4	3.7	37.2	20.6	63.8	40.7
Meyvalar	26.9	8.9	60.9	33.4	129.0	125.7	82.3	215.8
Ekmek - Biskitit	14.2	0.9	51.4	26.7	147.8	111.3	144.7	164.1
Pirinç - Mak. Bul.	10.6	12.9	27.9	9.0	37.8	26.2	44.2	31.7
Şeker	13.2	11.0	15.6	12.1	20.5	16.8	16.9	24.9
Pekmez - Bal	0.4	—	1.8	0.3	1.5	2.6	2.3	21.9
Sıvı, kau yağ	2.4	0.3	6.5	3.3	11.9	6.5	11.4	13.9

TABLO : 8 — Normal ve Malnutrisyonlu Çocukların Günlük Tüketikleri Besinlerle Aldıkları Ortalama Enerji ve Protein Değerleri :

<i>Yaş Grupları (ay)</i>	<i>Çocuğun Durumu</i>	<i>Günlük Enerji (Kal)</i>	<i>Tüketilen Protein (g)</i>
0- 6 ay	Normal	294	10.8
	Malnut.	257	11.1
7-12 ay	Normal	597	21.9
	Malnut.	334	12.3
13-24 ay	Normal	1033	35.7
	Malnut.	812	27.9
25-36 ay	Normal	1040	38.6
	Malnut.	1149	32.8

Tartışma

Sürekli büyüme ve gelişme süreci içinde olan bebek ve çocuklar, beslenme yetersizliğinden en çok zarar gören kesimi oluşturmaktadır. Bilindiği gibi sıfır yaş grubundaki bebeklerde, beslenme bozuklukları ve buna bağlı olarak meydana gelen ölümler de daha az olmaktadır. 1-3 yaş grubu çocuklarda ise emzirmeye son verildiği ve günlük beslenmelerinde yeterli ek besin sağlanamadığı için beslenme bozuklukları hızla artmaktadır (3,4). Araştırmaya aldığımız 0-36 ay arasındaki çocuklarda da aynı özellikler belirlenmiş olup 0-6 ay arasında malnutrisyon daha düşük düzeyde görülürken, 7-18 aylarda bu oran giderek artmaktadır.

Araştırma yaptığımız bölgelerde aileler genellikle çocuklarını 6 ay süreyle emzirmekte, bu arada çeşitli ek besinlere de başlanmaktadır. Ek besinlerden ilk 6 ayda en fazla süt grubunun tüketildiği, verilen diğer besinlerin çeşitli ve nispeten yeterli ölçülerde kullanıldığı görülmektedir. Nitekim bu besinlerden sağlanan enerjinin 250-300 kalori proteininde 10 gr. civarında olduğu saptanmıştır. Böylece bu aylardaki çocuğun günlük enerji ve protein ihtiyacının ortalama yarısı ek besinlerle karşılanmakta, geriye kalan ihtiyacının anne sütü ile tamamlanabilmesi mümkün olmaktadır. Altı aydan sonra

çocukların büyük çoğunluğunun (% 47) anne sütünden kesildiği, 7-12 aylık çocuklarda ise ek besinlerden sağlanan enerjinin (300-600 kal) ortalama günlük 700-1000 kalori ihtiyacı olan çocuğa yeterli gelmediği belirlenmiştir (5). Günlük enerji ve protein ihtiyacı karşılanmadığı için bu çocuklarda malnutrisyon oluşmaktadır.

Araştırma yaptığımız bölgelerde, özellikle 7-24 aylar arasındaki çocuklarda ortalama % 29 oranında malnutrisyon görülmektedir. Veriler, bu çocukların günlük enerji ve protein tüketimlerinin de ihtiyaçlarının altında bulunduğunu göstermektedir.

İncelediğimiz çocuklarda 2 yaşından sonra malnutrisyon % sinin 5,3'e düştüğünü görmekteyiz. Çünkü artık çocuk büyümüş ve bir dereceye kadar anneye bağımlılıktan kurtulmuştur.

Bu bölgelerde genel malnutrisyon dağılımı % 21.9 oranında bulunmakta ve daha çok malnutrisyonun hafif şekli görülmektedir. Ağır malnutrisyona ancak % 2,2 oranında rastlanılmaktadır. Çubuk ve Etimesgut bölgesinde yapılan çeşitli malnutrisyon taramalarında beraber bulgulara raslanılmaktadır (6. 7. 8). Aynı şekilde veriler, 1974 Ulusal beslenme ve sağlık araştırmasındaki malnutrisyon oranına paralellik göstermektedir (9).

Çocukta dişlerin kalsifikasyonu fetal hayatın son devrelerinde başlamakta ve doğumdan sonraki diğer etmenlerin yanısıra çocuğun beslenmesine de bağlı olarak devam etmektedir. Genellikle beslenme ve büyüme bozukluklarında süt dişlerinin çıkması gecikmektedir. Bununla beraber bazı çocuklarda kalıtımsal olarak erken veya geç diş çıkarmaya da rastlanılmaktadır (10). İncelediğimiz çocuklar 9 ve 10 ncu aydan sonra diş çıkarmaya başlamakta 11-24 ay arasında dişler çıkmaya devam etmektedir. Bu aylardaki çocukların ancak % 7 sinde hiç diş çıkmadığı saptanmıştır. İki yaşından sonraki çocukların ise gelişimlerine bağlı olarak yeterli sayıda diş çıkardıkları belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda Etimesgut ve Çubuk köylerindeki çocuklarda ağır malnutrisyona rastlanmamıştır. Bazı yaş gruplarında ortaya çıkan hafif malnutrisyonun ise belirli besinlerin sağlanamamasından çok annenin çocuk beslenmesi konusundaki bilgisizliğinden ileri geldiği ve annelere yapılacak eğitimle bu soruna büyük ölçüde çözüm getirilebileceği belirlenmiştir.

Ö z e t :

Çocukların beslenme durumları ile gelişmeleri arasındaki etki-leşmeyi ortaya koymak amacıyla, Çubuk ve Etimesgut köylerinden 416 aile üzerinde araştırma yapılmıştır.

Araştırma verileri, bu bölgelerde % 21.5 oranında hafif, % 2.2 oranında ağır malnutrisyon bulunduğunu ortaya koymuştur. Malnutrisyon özellikle 7-24 aylar arasında daha yaygın olarak görülmektedir. Bu aylardaki çocukların günlük besin tüketimleri çeşit olarak değişiklik göstermemekte, ancak miktar olarak farklı tüketilmektedir.

S u m m a r y :

This survey was carried out 416 families in the villages of Etimesgut and Çubuk with the purpose of finding out the interaction between nutritional status and physical developments of the children.

According to the findings; 21,9 % of the children was mildly malnourished and 2,2 % was heavily malnourished. Malnutrition was found spesificly between 7-24 months of ages. In this age group of children the food patterns showed no difference but the amounts of consumed was different.

KAYNAKLAR :

- 1 — Köksal, O. : Türk Halkının Beslenme Durumu Sorunları ve Nedenleri, Türkiye Tıp Akademisi Mecmuası, Rapor III-2, İstanbul 1972.
- 2 — Köksal, O. : Türkiye Koşullarına göre Hazırlanmış Normal Ağırlık ve Boy Uzunluğu Değerleri, Mimograf, 1972.
- 3 — Etimesgut Sağlık Bölgesinin 1970-1972 yılları Faaliyet Raporu, H. Ü. Tıp Fakültesi Toplum Hekimliği Bölümü, Ankara, 1973.
- 4 — Çubuk Bölgesi 1977 yılı Çalışma Raporu, H. Ü., Tıp Fakültesi Toplum Hek. Bilim Dalı, Ankara, 1978.

- 5 — Arslan, P., Beygo, M.: Çocuk Beslenmesi 1, Beslenme ve Diyet Dergisi, 3. 8, 1974.
- 6 — Uzel, A., Baykan S., Güneyli, U. Biliker, T.: Ankara Etimesgut Köysel Bölgede Beslenme Araştırması, Beslenme ve Diyet Dergisi, 2: 97, 1973.
- 7 — Güneyli, U.; Ankara-Çubuk ilçe Merkezi ve Köylerinde Ailelerin Beslenme Durumlarını Saptamada Uygulanan Değişik Araştırma Yöntemlerinin Değerlendirilmesi, Doçentlik Tezi, H. Ü. Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, 1977.
- 8 — Bağcı, A. : Çubuk Bölgesinde 0-36 aylık çocuklarda Malnutrisyon Prevalansı ve A vitaminozlarla ilgili bir Araştırma, Uzmanlık Tezi H. Ü., Toplum Hekimliği Enstitüsü, Ankara, 1976.
- 9 — Köksal, O. : Türkiyede Beslenme, Türkiye 1974, Beslenme-Sağlık ve Gıda Tüketimi Araştırması, Ankara 1977.
- 10 — Vaughan, V., Mc Kay, J., Nelson, W. (Çeviri), Nelson Çocuk Hastalıkları, Gedikoğlu, G. (Çeviri Ed.), Güven Kitabevi yayınları, Ankara.