İSTANBUL UNIVERSITY PRESS

Çocuk Dergisi - Journal of Child 2023;23(1):8-15
DOI: 10.26650/jchild.2023.1111070

ARAŞTIRMA MAKALESİ / *RESEARCH ARTICLE*

Annelerin, 6-12 Aylık Bebeklerinin Tamamlayıcı Beslenmesine Yönelik Davranışları*

Behaviors of Mothers in Complementary Feeding of their 6-12-month-old Babies

Seval Cambaz Ulaş[1], Seçil Köken Durgun[2], Selda İldan Çalım[3]

[1]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Manisa, Türkiye
[2]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Manisa, Türkiye
[3]Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Manisa, Türkiye

ORCID ID: S.C.U. 0000-0002-1580-850X; S.K.D. 0000-0002-0426-0139; S.İ.Ç. 0000-0001-8500-4251

Atıf/Citation: Cambaz Ulas S, Koken Durgun S, Ildan Calim S. Annelerin, 6-12 aylık bebeklerinin tamamlayıcı beslenmesine yönelik davranışları. Çocuk Dergisi - Journal of Child 2023;23(1):8-15. https://doi.org/10.26650/jchild.2023.1111070

ÖZ

Amaç: Bu çalışma, annelerin 6-12 aylık bebeklerinin tamamlayıcı beslenmesine yönelik davranışlarının belirlenmesini amaçladı.
Gereç ve Yöntem: Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tiptedir. Araştırmanın örneğini, Manisa İl merkezinde bulunan amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen iki aile sağlığı merkezine kayıtlı 6-12 ay bebeği olan anneler oluşturdu (n:190). Veriler araştırmacılar tarafından hazırlanan 65 sorudan oluşan Veri Toplama Formuna kaydedildi. Verilerin değerlendirilmesinde, kategorik değişkenler sayı ve yüzde olarak, sürekli değişkenler ise ortalama ve standart sapma olarak gösterildi.
Bulgular: Araştırmaya katılan annelerin yaş ortalaması 28,74±4,55'tir. Annelerin %53,2'sinde bebekler, 6-9 aylıktı, annelerin %80,5'i emziriyordu. Annelerinin %22,6'sı beşinci ay ve öncesinde tamamlayıcı gıdaya başladığı, %33,2'sinin her gün yeni bir besin denemesi yaptığı ve yaklaşık %20'sinin bebeğine üç öğünden fazla tamamlayıcı gıda verdiği belirtildi. Bebeklerin %83,4'üne düzenli kahvaltı verildiği bildirildi. Bu dönemde en sık kullanılan tamamlayıcı besinler, sırası ile yoğurt (%68,4), çorba (%51,6), meyve püresi (%48,4) ve sebze püresi (%36,3) olarak bulundu.
Sonuç: Annelerin tamamlayıcı beslenmeye doğru zamanda başlama, besinleri bebeğin ayına uygun miktarda verme ve yeni bir besini uygun ara ile başlama konusunda hatalı davranışları olduğu belirlendi. Tamamlayıcı beslenme konusunda bilgi eksikliklerinin giderilmesi ve annelerin desteklenmesi önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Tamamlayıcı beslenme, anne davranışı, beslenme davranışı, 6-12 ay

ABSTRACT

Objective: This study aimed to determine the behaviors of mothers in the complementary infant feeding of their 6-12-month-old babies.
Materials and Methods: The research is descriptive and cross-sectional. The sample of the study consisted of mothers with 6-12-month-old babies registered in two family health centers selected by using the purposive sampling method in the city center of Manisa (n:190). The data were collected with a data collection form consisting of 65 questions prepared by the researchers. In the evaluation of the data, categorical variables were shown as numbers and percentages, and continuous variables as mean and standard deviation.
Result: The mean age of the mothers participating in the study was 28.74±4.55 years. It was determined that 53.2% of them had 6-9-month-old babies and 80.5% of them continued to breastfeed. It was stated that 22.6% of the mothers started giving complementary foods to their babies at the fifth month and before, 33.2% of them tried a new food every day, and about 20% of them gave complementary foods to their babies for more than three meals. 83.4% gave their babies a regular breakfast. In this period, the most frequently used complementary foods were yogurt (68.4%), soups (51.6%), mashed fruit (48.4%), and mashed vegetables (36.3%).
Conclusion: It was determined that mothers exhibit faulty behaviors in starting complementary feeding at the right time, giving nutrients in amounts appropriate to the baby's age, and starting new foods at appropriate intervals. It is important to educate mothers about complementary feeding and to support them.

Keywords: Complementary feeding, feeding behaviors, mothers' behaviors, 6-12 months

*Ebe Nihan Şengüler Arık'a araştırmaya katılan annelere ulaşmamız için sağladığı destek adına teşekkür ederiz.

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Seçil Köken Durgun **E-mail:** secil_koken_@hotmail.com

Başvuru/Submitted: 29.04.2022 • **Revizyon Talebi/Revision Requested:** 07.09.2022 • **Son Revizyon/Last Revision Received:** 17.09.2022 • **Kabul/Accepted:** 09.12.2022 • **Published Online/Online Yayın:** 00.00.0000

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

GİRİŞ

Bebeklerin sağlıklı büyümesi ve gelişmesi açısından anne sütü en iyi besin kaynağıdır (1). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Amerikan Pediatri Akademisi (APA) ve Sağlık Bakanlığı bebeklerin ilk altı ay boyunca yalnız anne sütü ile beslenmesini, altıncı ayda tamamlayıcı besinlere başlanılmasını, iki yaşına kadar uygun tamamlayıcı besinlerle birlikte emzirilmenin sürdürülmesini önermektedir (2-5). Anne sütü tek başına bebeğin enerji ve besin gereksinimini karşılamada yetersiz olduğunda, anne sütü ile birlikte diğer gıda ve sıvıların bebeğe verilmesi, "tamamlayıcı beslenme" olarak adlandırılmaktadır (6). Bu süreç büyüme, gelişme ve sağlık açısından etkileri olan besin gereksinimlerini desteklemeyi amaçlamaktadır (7). Bebeklerin beslenme gereksinimlerinin doğru bir şekilde karşılanabilmesi için tamamlayıcı beslenmeye doğru zamanda başlanması, güvenli, temiz besinlerle yeterli miktarda ve uygun aralıklarla verilmesi önerilmektedir. Tamamlayıcı beslenme süreci uygun şekilde yürütülebilirse çocukluk çağı malnütrisyon oranlarının düşürülmesi, uygun büyüme gelişmenin sağlanması ve birçok süreğen hastalığın önlenmesi olasıdır (8-10). Erken dönemde özellikle 4.aydan önce tamamlayıcı beslenmeye başlamak ise; bebeklerde ishal ve ishale bağlı ölüm riskini arttırmaktadır (4,11). Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2018 verilerine göre; ülkemizde altı aydan küçük bebeklerde sadece anne sütü alma oranı %41 iken, 4-5 ayık bebeklerde bu oran %14'e düşmektedir. Ayrıca altı aydan küçük bebeklerde anne sütüyle birlikte tamamlayıcı besin (en az bir besin türü) verilme oranı %37'dir (12).

Tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı kadar önemli olan diğer bir konu ise bebeklere hangi besinlerin verildiğidir. Tamamlayıcı besinlerin erken ya da geç sunulması, seyrek beslenme, düşük diyet çeşitliliği, düşük meyve ve sebze tüketimi ve işlenmiş ürünlerin sık tüketimi de içinde, uygun olmayan beslenme, uygulamaları dünya genelinde oldukça yaygındır (13). Yapılan çalışmalar bağırsakların fizyolojik olarak henüz hazır olmadığı zamanda, uygun olmayan besinlerin bebeklere tamamlayıcı besin olarak verilmesinin akut ve süreğen bazı hastalık risklerini artırdığını vurgulamaktadır (7,14-16). Özellikle tamamlayıcı besinlere başlandığında gereğinden fazla beslemek çocukluk çağı obezitesi için risk etkenleri arasındadır. Aşırı tuz alımı böbreklerin yükünü artırmakta, ileri dönemlerde bebeğin tuzlu tatları daha fazla yeğlemesine ve arteriyel basıncın artmasına neden olabilmektedir (14). Her gün yeni bir gıdaya başlamak ise; bebeklerde alerjik reaksiyonları tetikleyebilir (16). Bu bağlamda, tamamlayıcı besinlere başlanma zamanı, hangi besinlerin verildiği, nasıl hazırlandığı ve tüketildiği sağlığın korunması ve geliştirilmesi açısından oldukça önemlidir.

Bu çalışma, 6-12 ay bebeği olan annelerin tamamlayıcı bebek beslenmesine yönelik davranışlarını belirlemek amacıyla yapıldı.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tiptedir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Manisa İl merkezinde kentsel bölgede bulunan amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen iki aile sağlığı merkezine kayıtlı 6-12 ay bebeği olan anneler oluşturdu. Araştırmanın etik kurulu ve kurum izni alındıktan sonra üç ay (Ocak-Mart 2019) içinde, belirtilen aile sağlığı merkezlerine başvuran, araştırma kriterlerine uyan ve katılım için onay veren anneler araştırmanın örneğini oluşturdu (n:190).

Veri Toplama Aracı

Katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilerek, katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu bildirildi. Katılmayı kabul eden annelerden sözlü ve yazılı onam alındı. Bilimsel tıp yazını taranarak oluşturulan, annelerin sosyodemografik verileri ile tamamlayıcı gıdalarla ilgili davranışlarını içeren toplam 65 sorudan oluşan Veri Toplama Formu (VTF) kullanıldı. Araştırmada kullanılan VTF, yüz yüze görüşme yöntemiyle araştırmacılar tarafından uygulandı.

İstatistiksel Değerlendirme

Tüm veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences), Version 15.0 (SPSS, Inc., Chicago, IL, USA) ile analiz edildi. Kategorik değişkenler sayı ve yüzde olarak, sürekli değişkenler ise ortalama ve standart sapma olarak gösterildi.

BULGULAR

Araştırmaya katılan annelerin %51,6'sının 28 yaş ve altında olduğu görüldü. %64,2'sinin eğitim düzeyinin lise ve üzeri olduğu, %59,5'inin ev hanımı olduğu bulundu. %85,3'ünün çekirdek aile yapısında olduğu saptandı. %51,1'inin iki ve üstü gebelik yaşadığı, %58,9'unun yaşayan çocuk sayısının bir olduğu bulundu. Annelerin en küçük bebekleri ile ilgili verdiği yanıtlar incelendiğinde %53,2'sinin 6-9 aylık bebeğe sahip olduğu, bebeklerin doğum kilosu ortalamaları 3,15±0,37, doğum boyu ortalamaları 49,65±2,33 olarak bulundu (Tablo 1).

Annelerin %84,7'si bebeğine ilk olarak anne sütü verdi. Bebeğine ilk altı ay sadece anne sütü veren annelerin oranı %31,1 ve ilk 6 ay içinde anne sütüne ek olarak bebeğine su veren annelerin oranı %39,5'ti. Annelerin %19,5'i emzirmeyi bıraktı. %41,7'si sütünün kesilmesi nedeniyle emzirmeyi bıraktığını bildirdi. Emzirmeye devam eden annelerin %66,0'ı iki yaşına kadar emzirmeyi planladıklarını belirtti. Annelerin %22,6'sı bebeklerini beşinci ay ve altında tamamlayıcı besinlere başlatmış ve %47,8'i kendisi ya da aile büyüğünün önerisiyle tamamlayıcı beslenmeye geçti (Tablo 2).

Annelerin %22,2'si bebeğine bir günde üç öğünden fazla tamamlayıcı besin verdiğini, %51,1'i ana öğün olarak verdiğini belirtti. Annelerin %33,2'si her gün yeni bir besin denediğini bildirdi. Annelerin %29,1'i bebeğine özel yaptığı yemeklere tuz eklediğini, %21,2'si de baharat eklediğini belirtti (Tablo 3).

Araştırmaya katılan annelerin verdiği tamamlayıcı besinler incelendiğinde; annelerin %83,4'ü bebeğine düzenli kahvaltı yaptırdığını ifade etti. Kahvaltıda en çok kullanılan ilk iki besinin sırası ile yumurta (%77,4) ve peynir (%66,3) olduğu bulundu. %69,5'inin bu dönemde bebeğine aileye yapılan

Tablo 1: Araştırmaya katılan annelerin ve bebeklerinin tanımlayıcı özellikleri

Tanımlayıcı Özellik		n	%
Yaş Ort±Sd:28,74±4,55, Min:19 Max:41	28 ve altı	98	51,6
	29 ve üstü	92	48,4
Eğitim durumu	İlkokul	16	8,4
	Ortaokul	52	27,4
	Lise ve üzeri	122	64,2
Çalışma durumu	Evet	77	40,5
	Hayır	113	59,5
Aile tipi	Çekirdek	162	85,3
	Geniş	28	14,7
Gebelik sayısı	Tek gebelik	93	48,9
	2 ve üstü gebelik	97	51,1
Yaşayan çocuk sayısı	Tek çocuk	112	58,9
	2 ve üstü çocuk	78	41,1
Bebeğin yaşı (ay) Ort±Sd:9,12±2,12, Min:6 Max:12	6-9 ay	101	53,2
	10-12 ay	89	46,8
Bebeğin doğum kilosu (kg) (n:163) Ort±Sd:3,15±0,37, Min:2,1 Max:4,2	3,00 kg ve altı	85	52,1
	3,1 kg ve üstü	78	47,9
Bebeğin doğum boyu (cm) (n:189) Ort±Sd:49,65±2,33, Min:39 Max:53	49 cm ve altı	67	35,4
	50 cm ve üstü	122	64,6
Toplam		**190**	**100,0**

yemeklerden ve %42,5'inin de yemeğin sadece suyunu verdiği belirlendi. Tamamlayıcı beslenme sırasında annelerin %79,5'inin yumurtanın sadece sarısını kullandığı, %95,8'inin evde mayalanan yoğurt verdiği, %86,8'i tamamlayıcı besin olarak çorbayı verdiğini bulundu. Annelerin %40,0'ı bebeğine sebze, %51,6'sı meyve verdiğini bildirdi. Et/tavuk verme oranı %18,4, balık verme oranı ise %2,1'di. Bu dönemde en sık kullanılan tamamlayıcı besinler sırası ile yoğurt (%68,4), çorba (%51,6), meyve püresi (%48,4) ve sebze püresi (%36,3) idi. Annelerin %64,7'si bebeğine tamamlayıcı besin olarak hazır besin vermediğini, hazır besin verenlerin %21,1'inin hazır mama verdiği bulundu. Annelerin %23,7'si bebeğine abur cubur denen besinleri verdiğini, bunların meyveli yoğurt (%6,8), bisküvi (%6,3) ve çikolata (%3,7) olduğunu bildirdi. %27,9'unun pirinç unlu muhallebi, %25,3'ünün çay ile bisküvi karışımını bebeğine verdiği bulundu (Tablo 4).

TARTIŞMA

Yaşamın ilk iki yılında, bireylerin optimal büyüme ve gelişmesinin temelleri atılmaktadır. Bu yaş aralığında yeterli beslenme fiziksel, metabolik ve zihinsel gelişim açısından oldukça önemlidir (17). Aynı zamanda, bu süreçte yetersiz beslenme yetişkinlikte obezite, tip 2 diyabet, hipertansiyon, alerji gibi süreğen hastalıklar için de bir risk etkeni olarak karşımıza çıkmaktadır (10,17). DSÖ'nün önerisine göre; bebek beslenmesi için ilk altı ay sadece anne sütü yeterlidir, altıncı aydan sonra anne sütünün yanında tamamlayıcı besinlere başlanması gerekmektedir (18). Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2018 raporuna göre 4-5 aylık bebeklerde sadece anne sütü ile beslenme oranı %14'tür (12). Çalışmamızda ilk altı ay sadece anne sütü verme oranı ise %31,1'dir. Bu oranın, ülkemizdeki verilerden yüksek olmasının nedeninin verilerin yalnız iki aile sağlığı merkezinden toplanmış olmasından kaynaklandığı düşünülmüştür. TNSA 2018 verileri ve çalışmamızın sonuçları bebeklere tamamlayıcı beslenmeye erken başlandığını göstermektedir. Literatürde, dördüncü aydan önce tamamlayıcı besinlere başlama oranları %5-%43,5 arasında değişmektedir (2,3,11,19-23). Ülkemizde altı aydan küçük bebeklere anne sütüyle birlikte tamamlayıcı bir besin verilme oranı %37'dir (12). Bu çalışmada annelerin %22,6'sının altıncı aydan önce tamamlayıcı beslenmeye başladığı bulunmuştur (Tablo 2). Örneklem grubumuzdaki annelerin tamamlayıcı beslenmeye başlama oranı TNSA verilerine göre düşüktür. Ayrıca, ilk altı ay yalnız anne sütü verme oranının TNSA verilerine göre yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar yalnız anne sütü ile besleme süresi arttıkça tamamlayıcı beslenmeye erken başlama oranlarının düştüğünü göstermektedir. Her yönü ile değerlendirilmesi gereken tamamlayıcı beslenmeye başlama kararında sağlık çalışanına danışmanın önemi büyük iken, bu araştırmada aile büyüğüne danışarak ya da kendi kararıyla tamamlayıcı beslenmeye geçen annelerin oranı araştırma grubunun neredeyse yarısını oluşturmaktadır. Saha uygulamalarında sorgulandığında çevre etkisinin büyüklüğü görülebilmektedir. Tamamlayıcı beslenmenin içeriğinin, zamanlamasının ve uygulanma biçiminin, ailelerin sosyal, ekonomik ve kültürel yapılarıyla yakından ilişkili olduğu

Tablo 2: Araştırmaya katılan annelerin emzirme davranışları ve tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı

Tanımlayıcı Özellik		n	%
Bebeğe verilen ilk besin	Anne sütü	161	84,7
	Formül süt	15	7,9
	Su	7	3,7
	Şekerli su	5	2,6
	Zemzem suyu	2	1,1
İlk 6 ay sadece anne sütü verme durumu	Evet	59	31,1
	Hayır	131	68,9
İlk 6 ay içinde anne sütüne ek verilen besinler (n:131)	Su	75	57,2
	Hazır mama	55	41,9
	Bitki çayı	1	0,9
Halen emzirme durumu	Evet	153	80,5
	Hayır	37	19,5
Emzirmeyi bırakma zamanı (n:37) Ort±Sd:6,05±3,12 Min:0 Max:12	6 ay ve altı	25	67,6
	7-12 ay	12	32,4
Emzirmeyi bırakma nedeni (n:37)	Sütüm kesildi	15	41,7
	Bebeğim memeyi bıraktı	13	36,1
	Yeterli kilo almadı	2	8,4
	İşe başladım	3	5,6
	Gebe kaldım	3	8,4
Planlanan emzirme süresi (n:153)*	Bir yaşına kadar	6	3,9
	İki yaşına kadar	101	66,0
	Emdiği sürece	46	24,2
Tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanı Ort±Sd:5,76±0,69 Min:4 Max:8	5. ay ve altı	43	22,6
	6. ay	136	71,6
	7. ay ve üstü	11	5,8
Tamamlayıcı beslenmeye başlamayı öneren kişi	Doktor	77	41,4
	Aile büyüğü	56	30,1
	Kendi kararı	33	17,7
	Ebe/Hemşire	20	10,8
Toplam		**190**	**100,0**

**Yalnızca emzirmeyi sürdüren annelere soruldu.*

bilinmektedir (24). Evde bebek bakımında bir akrabadan/aile büyüğünden yardım almanın bebek dört aylık olmadan farklı besinler ile karşılaşma olasılığını arttırdığı belirtilmektedir (13). Kültürel yapının normları oluşturduğu ülkemiz gibi geleneksel toplumlarda bu sonuçlar şaşırtıcı değildir.

Tamamlayıcı beslenmeye zamanında başlamak tek başına yeterli değildir. Tamamlayıcı besinlerin bebeğin ayına ve fizyolojik durumuna da uygun olması gerekmektedir. 6-9 ay arasındaki bebekler tamamlayıcı besinlere uyum aşamasındadırlar (25). Tamamlayıcı besinler verilirken öğün sayısı, besin miktarı, tuz kullanımı ve yeni bir besine başlama zamanı sağlık riskleri açısından oldukça önemlidir (14,16). Araştırmada annelerin 6-9 aylık bebeklerde tamamlayıcı besin verdiği öğün sayısının yaklaşık %50'sinin üç öğün ve üzerinde olduğu, %40'nın her gün yeni bir besine başladığı, yapılan yemeklere %25'inin tuz ekledikleri belirlenmiştir (Tablo 3). Sivri'nin (1) çalışmasında altı aylık bebeği olan annelerin tamamlayıcı besin hazırlarken %15,9'unun tuz, %26,8'inin şeker kullandığı belirlenmiştir. Şahin ve arkadaşlarının (28) çalışmasında tamamlayıcı beslenme konusunda eğitim verdikleri annelerin bilgi düzeyinin artmış olması ve şekerli gıdaların erken dönemde verilmemiş olması oldukça dikkat çekicidir. Bu nedenle, tamamlayıcı beslenme konusunda erken dönemde ve başlandıktan sonraki süreçte annelerin bilgi eksikliklerinin giderilmesi ve desteklenmeleri oldukça önemlidir.

Tablo 3: Araştırmaya katılan annelerin tamamlayıcı beslenmeye ilişkin bazı davranışları

Tanımlayıcı Özellik		Yaş (ay)					
		6-9 ay		10-12 ay		6-12 ay	
		n	%	n	%	n	%
Bir günde tamamlayıcı besin verilen öğün sayısı (n:185)	Bir öğün	11	10,9	4	4,5	15	8,1
	İki öğün	38	37,6	19	21,6	56	30,3
	Üç öğün	32	31,7	44	50,0	73	39,5
	Üç öğünden fazla	20	19,8	21	23,9	41	22,2
Tamamlayıcı besinin verildiği öğün	Ana öğün	54	53,5	43	48,3	97	51,1
	Ara öğün	47	46,5	46	51,7	93	48,9
Yeni bir besine başlama zamanı	Her gün	43	42,6	39	43,8	82	33,2
	Gün aşırı	13	12,9	6	6,7	19	10,0
	3-5 gün ara ile	45	44,6	44	49,5	89	46,8
Besine tuz ekleniyor (n:189)	Evet	24	24,0	31	34,8	55	29,1
	Hayır	76	76,0	58	65,2	134	70,9
Besine baharat ekleniyor (n:189)	Evet	11	11,0	29	32,6	40	21,2
	Hayır	89	89,0	60	67,4	149	78,8
Toplam		**101**	**100,0**	**89**	**100,0**	**190**	**100,0**

Tablo 4: Araştırmaya katılan annelerin tamamlayıcı beslenmede verdiği gıdalar

Tanımlayıcı Özellik		6-9 ay bebek		10-12 ay bebek		Toplam	
		n	%	n	%	n	%
Düzenli kahvaltı (n:187)	Evet	76	75,2	80	93,0	156	83,4
	Hayır	25	24,8	6	7,0	31	16,6
Kahvaltıda verilen besinler†	Yumurta	80	79,2	67	75,3	147	77,4
	Peynir	68	67,3	58	65,2	126	66,3
	Pekmez	26	25,7	17	19,1	43	22,6
	Bisküvi	12	11,9	7	7,9	19	10,0
	Ceviz	8	7,9	7	7,9	15	7,9
	Meyve suyu	13	12,9	2	2,2	15	7,9
	Zeytin	10	9,9	5	5,6	15	7,9
	Yoğurt	7	6,9	7	7,9	14	7,4
	Salatalık	6	5,9	8	9,0	14	7,4
	Tereyağı	9	8,9	4	4,5	13	6,8
	Açık çay	6	5,9	3	3,4	9	4,7
	Çorba	3	3,0	3	3,4	6	3,2
	Ekmek	6	5,9	0	0,0	6	3,2
	Yulaf ezmesi	4	4,0	1	1,1	5	2,6
	Bal	1	1,0	1	1,1	2	1,1
Aile için yapılan yemeklerden veriyor (n:187)	Evet	59	61,4	70	78,7	129	69,5
	Hayır	39	38,6	19	21,3	58	30,5
Yemeklerin niteliği*	Yemeğin kendisi	11	18,6	37	52,8	48	37,2
	Yemeğin suyu	48	81,4	33	47,2	81	62,8

Tablo 4: Devamı

Tanımlayıcı Özellik		6-9 ay bebek		10-12 ay bebek		Toplam	
		n	%	n	%	n	%
Yumurta	Sarısı	81	80,2	70	78,7	151	79,5
	Beyazı	12	11,9	5	5,6	17	8,9
	Tümü	3	3,0	11	12,4	14	7,4
	Vermiyorum	5	5,0	3	3,4	8	4,2
Ev yoğurdu	Evet	97	96,0	85	95,5	182	95,8
	Hayır	4	4,0	4	4,5	8	4,2
Çorba	Evet	84	83,2	81	91,0	165	86,8
	Hayır	17	16,8	8	9,0	25	13,2
Sebze	Evet	43	42,6	33	37,1	76	40,0
	Hayır	58	57,4	56	62,9	114	60,0
Meyve	Evet	57	56,4	41	46,1	98	51,6
	Hayır	44	43,6	48	53,9	92	48,4
Et/tavuk	Evet	15	14,9	20	22,5	35	18,4
	Hayır	86	85,1	69	77,5	155	81,6
Balık	Evet	0	0,0	4	4,5	4	2,1
	Hayır	101	100,0	85	95,5	186	97,9
En sık kullanılan tamamlayıcı besinler	Yoğurt	78	77,2	52	58,4	130	68,4
	Çorba	47	46,5	51	57,3	98	51,6
	Meyve püresi	54	53,5	38	42,7	92	48,4
	Sebze püresi	38	37,6	31	34,8	69	36,3
	Yumurta	23	22,8	24	27,0	47	24,7
	Et/tavuk/köfte/balık	15	14,9	20	22,5	39	20,5
	Peynir	10	9,9	14	15,7	24	12,6
	Hazır mama	7	6,9	8	9,0	15	7,9
	Pekmez	8	7,9	6	6,7	14	7,4
	Pirinç	6	5,9	6	6,7	12	6,3
	Kuruyemiş	4	4,0	5	5,6	9	4,7
	Bisküvi	7	6,9	2	2,2	9	4,7
	İrmik	5	5,0	3	3,4	8	4,2
	Muhallebi	2	2,0	5	5,6	7	3,7
Hazır gıda	Evet	43	42,6	24	27,0	67	25,3
	Hayır	58	57,4	65	73,0	123	64,7
Verilen hazır gıdalar (n:67)†	Hazır mama	25	24,8	15	16,9	40	21,1
	Hazır yoğurt	1	1,0	7	7,9	8	4,2
	Hazır meyve suyu	9	8,9	1	1,1	10	5,3
	Hazır yoğurt ve hazır meyve suyu	8	7,9	1	1,1	9	4,7
Abur cubur besinler	Evet	20	19,8	25	28,1	45	23,7
	Hayır	81	80,2	64	71,9	145	76,3
Verilen abur cubur besinler*	Çikolata	0	0,0	7	28,0	7	15,5
	Bisküvi	3	15,0	9	36,0	12	26,6
	Meyveli yoğurt	17	85,0	9	36,0	23	57,9

Tablo 4: Devamı

Tanımlayıcı Özellik		6-9 ay bebek		10-12 ay bebek		Toplam	
		n	%	n	%	n	%
Pirinç unlu muhallebi	Evet	34	33,7	19	21,3	53	27,9
	Hayır	67	66,3	70	78,7	137	72,1
Çay ile bisküvi karışımı	Evet	30	29,7	18	20,2	48	25,3
	Hayır	71	70,3	71	79,8	142	74,7
Toplam		**101**	**100,0**	**89**	**100,0**	**190**	**100,0**

**Yanıt verenler üzerinden değerlendirilmiştir. † Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.*

Tamamlayıcı beslenmede besin çeşitliliğinin sağlanması diğer önemli bir konudur. Dünya Sağlık Örgütü'nün tamamlayıcı beslenmede seçilecek besinlerin çeşitlilik tanımı yedi gruptan oluşmaktadır: Tahıllar, kök ve yumrular; baklagiller, fındık/fıstık; süt, yoğurt, peynir; et, balık, tavuk, sakatat; yumurta; vitamin A'dan zengin meyve ve sebze; diğer meyve ve sebzeler. DSÖ tamamlayıcı beslenmede bu besin gruplarından en az dördünün kullanılmasını önermektedir (26). Bu çalışmada tamamlayıcı beslenmedeki besin çeşitliliği ile ilgili veriler incelendiğinde; %40,0 sebze, %51,6 meyve, %18,4 et/tavuk, %2,1 oranında balık verildiği görülmüştür. Tamamlayıcı beslenme olarak bebeklerin çoğuna düzenli olarak kahvaltı verildiği, kahvaltıda en çok yumurta tüketildiği (yumurta sarısı) belirlenmiştir. En az tüketilen besinler, et grubundadır. Bu dönemde et/tavuk/balık, anne baba tarafından endişe duyarak başlanılan besin grubudur. Bu tip katıların tanıtılması, belirsizlik, stres ve endişe uyandırır (6). Et tüketiminin psikomotor gelişimi desteklediği, hayvansal proteinlerin büyümeyi arttırdığı vurgulanmalıdır (18,27). Çalışmamızda tamamlayıcı beslenmede ilk ve en sık kullanılan besinin yoğurt olduğu belirlenmiştir (Tablo 4). Bu sonuç, Türkiye'de yapılmış bazı çalışmalarla benzer özelliktedir (1,28,29). Yoğurt toplumumuzda sık tüketilen ve ulaşılması kolay bir besindir. Ancak verilecek miktar ve niteliğine dikkat edilmelidir.

Tamamlayıcı beslenme döneminde sebze meyve tüketimi kadar protein, yağ alımının niteliğinin ve miktarının çocuk büyümesi üzerindeki etkisi araştırmacıların dikkatini çekmektedir (10). Bu nedenlerle, tamamlayıcı beslenmeye başlanma dönemi ve bebeklerin ilk iki yaş izleminde beslenme konusunda ailelerin bilgilendirilmesi oldukça önemlidir.

Uygun olmayan tamamlayıcı beslenme uygulamaları önemli bir küresel halk sağlığı sorunudur (13). Yapılan araştırma sonuçlarına göre altı aylıktan büyük bebekler arasında işlenmiş gıda alımı yüksek oranlara sahiptir (13,30). Bu gıdaların yüksek şeker konsantrasyonun olması, diş çürüğü ve aşırı kilo oluşumu ile ilişkilidir. Sparrenberger ve arkadaşları (31) işlenmiş gıdaların tüketimi ile artan yaş arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Çalışmamızda, 10-12 aylık bebeklerde çikolata, bisküvi ve meyveli yoğurt tüketiminin oldukça fazla olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte, bebeklere bir yaşından önce yumurtanın beyazı ve bal gibi alerji riski yüksek, önerilmeyen gıdaların da verildiği belirlenmiştir. Ayrıca, besleyici bir değeri olmayan çayla bisküvi karışımının da araştırma grubundaki annelerin %25'i tarafından verilmesi dikkat çekici bir bulgudur (Tablo 4).

Sonuçlar, annelerin tamamlayıcı beslenme konusunda yeteri kadar bilgilenmediklerini ve geleneksel uygulamaları sürdürdüklerini göstermektedir. Tamamlayıcı beslenmeye başlamadan önce sağlık çalışanları tarafından annelere eğitim/danışmanlık verilmeli, izlemler sırasında olumlu davranışları desteklenmeli, olumsuz davranışları değiştirmek için eğitim pekiştirilmelidir (6,10). Eğitim ve annelerle kurulan olumlu iletişim yoluyla yanlış uygulamaların önüne geçilebildiği görülmektedir (8,28).

Etik Komite Onayı: Bu çalışma, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlığı Sağlık Bilimleri Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (14/11/2018-No:20.478.486).

Bilgilendirilmiş Onam: Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Yazar Katkıları: Çalışma Konsepti/Tasarım- S.C.U., S.K.D., S.İ.Ç.; Veri Toplama- S.K.D.; Veri Analizi/Yorumlama- S.C.U., S.K.D.; Yazı Taslağı- S.C.U., S.İ.Ç.; İçeriğin Eleştirel İncelemesi- S.C.U., S.K.D., S.İ.Ç.; Son Onay ve Sorumluluk- S.C.U., S.K.D., S.İ.Ç.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar finansal destek beyan etmemişlerdir.

Ethics Committee Approval: This study was approved by the ethics committee of Manisa Celal Bayar University Faculty of Medicine (14/11/2018-No: 20.478.486).

Informed Consent: Written consent was obtained from the participants.

Peer Review: Externally peer-reviewed.

Author Contributions: Conception/Design of Study- S.C.U., S.K.D., S.İ.Ç.; Data Acquisition- S.K.D.; Data Analysis/Interpretation- S.C.U., S.K.D.; Drafting Manuscript- S.C.U., S.İ.Ç.; Critical Revision of Manuscript- S.C.U., S.K.D., S.İ.Ç.; Final Approval and Accountability- S.C.U., S.K.D., S.İ.Ç.

Conflict of Interest: Authors declared no conflict of interest.

Financial Disclosure: Authors declared no financial support.

KAYNAKLAR/REFERENCES

1. Sivri BB. 6 aylık bebeği olan annelerin katı gıdaya geçiş süreci ve emzirmeye ilişkin bilgi ve uygulamaları. Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 2014;5(1):59-65.
2. Wang L, Van Grieken A, Van Der Velde LA, Vlasblom E, Beltman M, L'Hoir MP, et al. Factors associated with early introduction of complementary feeding and consumption of non-recommended foods among Dutch infants: The BeeBOFT study. BMC Public Health 2019;19:388.
3. Barrera CM, Hamner HC, Perrine CG, Scanlon KS. Timing of introduction of complementary foods to US infants, national health and nutrition examination survey 2009–2014. J Acad Nutr Diet 2018;118:464-70.
4. Yılmaz G. 0-24 aylık bebeklerin beslenme şekillerinin incelenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi 2019;8(4):343-52.
5. T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk sağlığı genel müdürlüğü, çocuk ve ergen sağlığı daire başkanlığı. Tamamlayıcı beslenme programı. https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/ Erişim tarihi: 17.09.2022
6. Brunet G, Vidal L, Bove I, Girona A, Iragola V, Ceriani F, ve ark. The social representations of complementary feding. Appetite 2021;165:105324.
7. Boswell N. Complementary feeding methods-a review of and risks. International Journal of Environmental Research and Public Health 2021;18:7165.
8. Imdad A, Yakoob MY, Bhutta ZA. Impact of maternal education about complementary feeding and provision of complementary foods on child growth in developing countries. BMC Public Health 2011;11(3):25-38.
9. United Nations Children's Fund. The state of the World's children 2019. Children, food and nutrition: Growing well in a changing world. 2019, New York: UNICEF
10. B´egin F, Aguayo VM. First foods: Why improving young children's diet matters. Maternal and Child Nutrition 2017;13:e12528.
11. Griffiths LJ, Tate AR, Dezateux C, Bartington S, Bedford H, Cole T, et al. Do early infant feeding practices vary by maternal ethnic group? Public Health Nutr 2007;10:957-64.
12. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması. Çocukların ve kadınların beslenme durumu. 2018. http://www.sck.gov.tr/wp-content/uploads/2020/08/TNSA2018_ana_Rapor.pdf Erişim tarihi: 21.02.2022
13. Lopes WC, Pinho LD, Caldeira AP, Lessa ADC. mConsumption of ultra-processed foods by children under 24 months of age and associated factors. Revista Paulista de Pediatria. 2020;38.
14. Edwards DG, Farquhar WB. Vascular effects of dietary salt. Curr Opin Nephrol Hypertens. 2015;24(1):8-13.
15. Karkee R, Lee AH, Khanal V, Binns CW. Infant feeding information, attitudes and practic: A longitudinal survey in central Nepal. Int Breastfeed J 2014;9:1-5.
16. Öztürk M, Besler HT. Besin Alerjileri. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları. 2008. 24 s. Rapor No:727
17. Ortega-Cisneros, CM, Vidaña-Pérez D, Basto-Abreu A, Iglesias-Leboreiro J, Venegas-Andrade A, Rodriguez-Santaolaya P, et al. Complementary feeding practices in Mexican healthy infants: How close are they to the current guidelines?. Boletín médico del Hospital Infantil de México 2019;76(6):265-72.
18. World Health Organization. Guiding principles for feeding non breastfed children 6-24 months of age. Geneva: WHO Publication, 2005:1-42.
19. Zielinska MA, Rust P, Masztalerz-Kozubek D, Bichler J, Hamułka J. Factors influencing the age of complementary feeding—A cross-sectional study from two European countries. International Journal of Environmental Research and Public Health 2019;16(20):3799.
20. Scott JA, Binns CW, Graham KI, Oddy WH. Predictors of the early introduction of solid foods in infants: Results of a cohort study. BMC Pediatr 2009;9:60.
21. Carletti C, Pani P, Monasta L, Knowles A, Cattaneo A. Introduction of complementary foods in a cohort of infants in northeast Italy: Do parents comply with WHO recommendations? Nutrients 2017;9:34.
22. Brekke HK, Ludvigsson JF, Van Odijk J, Ludvigsson J. Breastfeeding and introduction of solid foods in Swedish infants: The All Babies in Southeast Sweden study. Br J Nutr 2005;94:377-82.
23. Ünalan PC, Akgün T, Çiftçili S, Boler İ, Akman M. Bebek dostu bir ana çocuk sağlığı merkezinden hizmet alan anneler neden bebeklerine erken ek gıda vermeye başlıyor? Türk Ped Arş 2008;43:59-64.
24. Beşer ÖF, Çokuğraş FÇ. Zamanında Doğmuş Sağlıklı Çocuklarda Tamamlayıcı Beslenme. Klinik Tıp Pediatri Dergisi 2018;10(6):6-12.
25. Yazıcı B. Tamamlayıcı beslenme. Klinik Tıp Pediatri Dergisi 2018;10(1):7-17.
26. Krasevec J, An X, Kumapley R, Begin F, Frongillo EA. Age-appropriate complementary feeding practices are far from optimal among low and middle-income countries. Matern Child Nutr 2017;13:2.
27. Hörnell A, Lagström H, Lande B, et al. Protein intake from 0 to 18 years of age and its relation to health: A systematic review for the 5th Nordic Nutrition Recommendations. Food Nutr Res 2013:57.
28. Şahin GA, Kaya N, Kondolot M. Annelere verilen eğitimin tamamlayıcı beslenme üzerine etkisi. Bes Diy Derg 2020;48(1):10-9.
29. Uçar B, Şahin ÖÖ. Yedi-24 Aylık Bebeği Olan Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye İlişkin Bilgi ve Uygulamaları: Hastane Tabanlı Bir Araştırma. Çocuk Dergisi 2021;21(1):48-55.
30. Batalha MA, França AK, Conceição SI, Santos AM, Silva FD, Padilha LL, et al. Processed and ultra-processed food consumption among children aged 13 to 35 months and associated factors. Cad Saude Publica 2017;33:e00152016.
31. Sparrenberger K, Friedrich RR, Schiffner MD, Schuch I, Wagner MB. Ultra-processed food consumption in children from a Basic Health Unit. J Pediatr (Rio J.) 2015;91:535-42.