

7204

ANKARA ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ


ISPARTA İLİNE BAĞLI SENİRKENT İLÇESİ VE KÖYLERİNDE
İLKOKUL ÇOCUKLARININ BESLENME DURUMLARI ÜZERİNDE
BİR ARAŞTIRMA

Ayşe Özfer ÖRMECİ

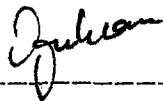
T. C.
Yükseköğretim Kurulu
Dokümantasyon Merkezi

YÜKSEK LİSANS TEZİ
EV EKONOMİSİ ANABİLİM DALI

Bu Tez 6/5/1987 Tarihinde Aşağıdaki Jüri Tarafından Kabul Edilmiştir :



Doç.Dr.
Seniha HASİPEK



Doç.Dr.
Gülden PEKCAN



Yrd.Doç.Dr.
Nevin AKTAŞ

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

ISPARTA İLİNE BAĞLI SENİRKENT İLÇESİ ve
KÖYLERİNDE İLKOKUL ÇOCUKLARININ BESLENME
DURUMLARI ÜZERİNDE BİR ARAŞTIRMA

Ayşe Özfer ÖRMECİ

Ankara Üniversitesi
Fen Bilimleri Enstitüsü
Ev Ekonomisi Anabilim Dalı

Danışman : Doç. Dr. Seniha HASİPEK

1987 ; Sayfa 112

Jüri. Doç. Dr. Seniha HASİPEK

Doç. Dr. Gülden PEKCAN

Yrd.Doç.Dr. Nevin AKTAŞ

Bu araştırma, Isparta iline bağlı Senirkent ilçesi ve köylerinde 6-12 yaş grubundaki ilkokul çocuklarının beslenme durumlarını incelemek amacıyla 244 öğrenci üzerinde yapılmıştır.

Deneklerin annelerinin yaş ortalamaları, ilçe grubunda $32,72 \pm 0,53$, köy grubunda $34,24 \pm 0,47$, babaların yaş ortalamaları ilçe grubunda $37,01 \pm 0,71$ köy grubunda $37,33 \pm 0,59$ olarak saptanmıştır. Deneklerin ailelerindeki ortalama birey sayısı ilçede $5,13 \pm 0,14$, köyde $5,53 \pm 0,13$, kardeş sayısı ise ilçe grubunda $1,91 \pm 0,12$, köy grubunda $2,21 \pm 0,11$ 'dir. Deneklerin ailelerinin aylık gelirleri yerleşim yerine göre farklılık göstermiştir ($P < 0.05$).

Deneklerin ailelerinde yemek servisi durumu yerleşim yerine göre önemli ($P < 0.05$), yemek saatlerinin düzeni, deneklerin günlük tükettikleri öğün sayısı ve yemek seçme durumları önemsiz bulunmuştur ($P > 0.05$). Deneklerin en çok seçtikleri yemekler her iki grupta da sebze yemekleri olup (% 70,5, % 60,5), ikinci derecede sevilmeyen yiyecek grubu ise et yemekleridir. (% 31,8, % 27,3), ilçe grubunda deneklerin % 58,2'si, köy grubunda ise % 55,6'si temel öğünler dışında da yiyecek yemektedirler. İki grup arasındaki fark istatistiksel olarak önemli değildir ($P > 0.05$). Temel öğünler dışında en çok tüketilen yiyecekler ilçede meyve, ekmek-peynir ; köyde ise meyve ve kuruyemiştir.

Genel olarak deneklerin boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri ortalamaları kıyaslandığı zaman iki yerleşim yeri arasındaki fark önemsiz ($P > 0.05$), ancak erkek deneklerinki önemli bulunmuştur ($P < 0.05$). Deneklerin vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçümleri çoğunlukla normaldir (% 86,5, % 96,8).

Her iki yerleşim yerinde de deneklerin süt-yoğurt ve yeşil yapraklı sebze tüketimlerinin çok düşük olduğu belirlenmiştir.

Genel olarak deneklerin günlük enerji, kalsiyum, A vitamini, riboflavin ve niasin tüketim düzeyleri yetersiz, protein, demir, tiamin tüketim düzeyleri ise yeterli bulunmuştur. Enerji, protein, demir, riboflavin ve C vitamini tüketim düzeylerinin yerleşim yerine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır ($P < 0.05$).

ANAHTAR KELİMELEER: Beslenme, çocukların beslenme alışkanlıkları, çocukların beslenme durumları.

ABSTRACT

Masters Thesis

A RESEARCH ON NUTRITIONAL STATUS OF
PRIMARY SCHOOL CHILDREN IN ISPARTA-SENIRKENT
TOWN AND ITS VILLAGES

Ayşe Özfer ÖRMECİ

Ankara University
Graduate School of Natural and Applied Sciences
Department of Home Economics

Supervisor : Assoc.Prof.Dr. Seniha HASİPEK
1987, ,Page: 112

Jury : Assoc. Prof. Dr. Seniha HASİPEK
Assoc. Prof. Dr. Gülden PEKCAN
Asst. Prof. Dr. Nevin AKTAŞ

This research was carried out on 244 children in the 6-12 age group living in Isparta-Senirkent town and its villages, in order to study the nutritional status.

The average ages of the mothers of the children were 32.72 ± 0.53 in the town and 34.24 ± 0.47 in the villages. The average age of the fathers were 37.01 ± 0.71 in the town and 37.33 ± 0.59 in the villages. In the town and villages, average family size of the children were 5.13 ± 0.14 and 5.53 ± 0.13 , respectively. Average number of siblings of subjects was 1.99 ± 0.12 in the town and 2.21 ± 0.11 in the villages. The monthly income of the families varied

between the town and the villages ($P < 0.05$).

The meal services within the families were found significantly according to the locations ($P < 0.05$); the regularity of meal times, number of daily meals of subjects and the non-preferred food were found to be insignificant ($P > 0.05$). The non-preferred food in both groups were vegetables (70.5%, 60.5 %) and the next non-preferred food were meats (31.8 %, 27.3 %), the 58.2 percent of the children in the town group and 55.6 percent of the children in the villages group had some snack between the meal times. The differences between the two groups were insignificant, statistically ($P > 0.05$). The kinds of the most favorably consumed food among the meal times were fruits, bread-and-cheese in the town and fresh and dried fruits in the village.

In general, when the two locations were compared, average height and average weight measurements of the children were found to be insignificant ($P > 0.05$), while average height and average weight measurements of the male children were found significantly ($P < 0.05$). The generally weight and height figures of the children were generally within normal ranges (86.5 % , 96.8 %).

Generally, the daily energy, calcium, vitamin A, riboflavin and niacin consumption levels of the children were lower than expected; and protein, iron, thiamine consumptions were found to be sufficient. The energy, protein, iron, riboflavin and vitamin C consumption levels varied according to the location ($P < 0.05$).

KEY WORDS : Nutrition, children's nutrition habits, children's nutrition status.

TEŞEKKÜR

Tezimin hazırlanmasında değerli yardımlarını gördüğüm Sayın Hocam Doç.Dr. Seniha HASİPEK'e, araştırmayı mali yönden destekleyen Ankara Üniversitesi Araştırma Fonu Müdürlüğüne ; Araştırma bölgesinde yaptığım çalışmalar sırasında yardımlarını esirgemeyen SENİRKENT ilçesi Milli Eğitim Gençlik ve Spor Müdürü Sayın A.İhsan ŞAHİN'e ve ilkokullardaki Müdür ve Öğretmenlere teşekkür ederim.

Ayşe Özfer ÖRMECİ

SİMGELELER

Ca Kalsiyum Minerali
Fe Demir Minerali

Kısaltmalar

cm Santimetre

g Gram

I.U. International Unit

kg Kilogram

kcal Kilokalori

mg Miligram

İÇİNDEKİLER

Sayfa

1. GİRİŞ	1
2. KAYNAK ARAŞTIRMASI	16
3. MATERYAL ve METOD	26
3.1. Araştırma Bölgesinin Seçimi	26
3.2. Örneklem Yöntemi ve Örnek Seçimi	26
3.3. Anket Formunun Düzenlenmesi ve Uygulanması	28
3.4. Verilerin Değerlendirilmesi	32
4. BULGULAR ve TARTIŞMA	33
4.1. Aileye İlişkin Genel Bilgiler	33
4.1.1. Deneklerin Annelerinin Yaşları	33
4.1.2. Deneklerin Babalarının Yaşları	35
4.1.3. Deneklerin Annelerinin Eğitim Durumu	36
4.1.4. Deneklerin Babalarının Eğitim Durumu	37
4.1.5. Deneklerin Annelerinin Meslek Durumu	38
4.1.6. Deneklerin Babalarının Meslek Durumu	39
4.1.7. Deneklerin Ailelerindeki Birey Sayısı	40
4.1.8. Deneklerin Ailelerinin Kaçınıcı Çocuğu Olduğu	41
4.1.9. Deneklerin Kardeş Sayısı	42
4.1.10. Deneklerin Ebeveynlerinin Evlilik Süresi	43
4.1.11. Deneklerin Ailelerinin Aylık Gelirleri	44
4.2. Deneklerin Evleri ile İlgili Bazı Bilgiler	45
4.2.1. Deneklerin Evlerinde Kullanılan Su Kaynağı	45
4.2.2. Deneklerin Evlerindeki Oda Sayısı..	46
4.2.3. Deneklerin Evlerinde Mutfağın Konumu	47
4.2.4. Deneklerin Evlerinde Yemek Pişirilen Ocak Tipi	48
4.2.5. Deneklerin Evlerinde Yemek Pişirilen Tencere Cinsi	49

4.2.6. Deneklerin Evlerinde Pişen Yemeklerin Saklandığı Yer	50
4.3. Deneklerin Ailelerinde Uygulanan Bazı Beslenme Alışkanlıkları	51
4.3.1. Deneklerin Ailelerinde Yemek Servisi Durumu.....	51
4.3.2. Deneklerin Ailelerinde Pişirilen Yemeklerin Tüketilme Durumu	53
4.3.3. Deneklerin Ailelerinde Yemek Saatlerinin Düzeni	53
4.3.4. Deneklerin Ailelerinde Yemek Saatlerinin Düzensiz Olmasının Nedeni.	55
4.4. Deneklerin Bazı Beslenme Alışkanlıkları	56
4.4.1. Deneklerin Günlük Tükettikleri Öğün Sayısı	56
4.4.2. Deneklerin Tükettikleri Öğünler	57
4.4.3. Deneklerin Öğün Atlama Nedenleri	59
4.4.4. Deneklerin Yemek Seçme Durumları	60
4.4.5. Deneklerin Seçtikleri Yemekler	61
4.4.6. Deneklerin Temel Öğünleri Dışında Yiyecek Tüketme Durumları	64
4.4.7. Deneklerin Temel Öğünleri Dışında Tercih ettikleri Yiyecek Çeşitleri.....	65
4.5. Deneklerin Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluğu	66
4.5.1. Deneklerin Vücut Ağırlığı	66
4.5.2. Deneklerin Boy Uzunluğu	70
4.6. Deneklerin Besin Tüketimi	74
4.6.1. Deneklerin Günlük Enerji Tüketimi	82
4.6.2. Deneklerin Günlük Protein Tüketimi	84
4.6.3. Deneklerin Günlük Kalsiyum Tüketimi ...	86
4.6.4. Deneklerin Günlük Demir Tüketimi	87
4.6.5. Deneklerin Günlük A Vitamini Tüketimi..	89
4.6.6. Deneklerin Günlük Tiamin (B ₁ Vitamini) Tüketimi	91
4.6.7. Deneklerin Günlük Riboflavin Tüketimi..	92
4.6.8. Deneklerin Günlük Niasin Tüketimi.....	94
4.6.9. Deneklerin Günlük C Vitamini Tüketimi..	95
KAYNAKLAR	97
EKLER	101

TABLOLAR

	<u>Sayfa</u>
1.1. İlkokul Çocuklarının Günlük Kalori ve Besin Öğeleri Miktarları.....	3
3.1. Deneklerin Yaş, Cinsiyet ve Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	27
3.2.a. Enerji ve Besin Öğeleri Tüketimi Düzeylerinin Değerlendirilmesi (6 ve 7-9 yaş).....	30
3.2.b. Enerji ve Besin Öğeleri Tüketim Düzeylerinin Değerlendirilmesi (10-12 yaş)	31
4.1. Deneklerin Annelerinin Yaşlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	34
4.2. Deneklerin Babalarının Yaşlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	35
4.3. Deneklerin Annelerinin Eğitim Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	36
4.4. Deneklerin Babalarının Eğitim Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	37
4.5. Deneklerin Annelerinin Meslek Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	38
4.6. Deneklerin Babalarının Meslek Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	39
4.7. Deneklerin Ailelerindeki Birey Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	40
4.8. Deneklerin Ailelerinin Kaçınıcı Çocuğu Olduğunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	41
4.9. Deneklerin Kardeş Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	42
4.10. Deneklerin Ebeveynlerinin Evlilik Süresinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	43
4.11. Deneklerin Ailelerinin Aylık Gelirlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	44
4.12. Deneklerin Evlerinde Kullanılan Su Kaynağının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	45
4.13. Deneklerin Evlerindeki Oda Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	46
4.14. Deneklerin Evlerinde Mutfağın Konumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	47
4.15. Deneklerin Evlerinde Yemek Pişirilen Ocağın Cinsinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	48
4.16. Deneklerin Evlerinde Yemek Pişirilen Tencere Cinsinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	49

4.17. Deneklerin Ailelerinde Yemeklerin Saklandığı Yerin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	50
4.18. Deneklerin Ailelerinde Yemek Servisi Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	51
4.19. Deneklerin Ailelerinde Pişirilen Yemeklerin Tüketilme Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.....	54
4.20. Deneklerin Ailelerinde Yemek Saatlerinin Düzenli Olup Olmadığının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	53
4.21. Deneklerin Ailelerinde Yemek Saatlerinin Düzensiz Olma Nedenlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	55
4.22. Deneklerin Günlük Tükettikleri Öğün Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	56
4.23. Deneklerin Günlük Öğünleri Tüketme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	58
4.24. Deneklerin Öğün Atlama Nedenlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	59
4.25. Deneklerin Yemek Seçme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	60
4.26. Deneklerin Seçtikleri Yemek Çeşitlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	61
4.27. Deneklerin Seçtikleri Yemekleri Tüketme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı ...	62
4.28. Deneklerin Sevdikleri Yemekleri Tüketme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı....	63
4.29. Deneklerin Temel Öğünler Dışında Yiyecek Tüketme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	64
4.30. Deneklerin Temel Öğünler Dışında Tercih Ettikleri Yiyecek Çeşitlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	65
4.31. Deneklerin Vücut Ağırlığının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Erkek ve Kız Birlikte)	66
4.32. Yerleşim Yerlerine Göre Deneklerin Vücut Ağırlığı Ölçümlerinin Ortalama (\bar{x}), Standart Sapma (s) ve Standart Hata ($s\bar{x}$) Değerleri (kg) ..	67
4.33. Deneklerin Vücut Ağırlığı Ölçümlerinin Standart İle Değerlendirilmesinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	68
4.34. Deneklerin Boy Uzunluğunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı	70

4.35. Yerleşim Yeriine Göre Deneklerin Boy Uzunluğunun Ölçümlerinin Ortalama (\bar{x}), Standart Sapma (s) ve Standart Hata ($s\bar{x}$) Değerleri (cm)	71
4.36. Deneklerin Boy Uzunluğu Ölçümlerinin Standart İle Değerlendirilmesinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı	72
4.37.a. Birey Başına Düşen Ortalama Besin Tüketim Düzeyi (7-9 yaş Grubu)	75
4.37.b. Birey Başına Düşen Ortalama Besin Tüketim Düzeyi (10-12 yaş Grubu)	76
4.38.a. Birey Başına Günlük Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Tüketim Düzeyleri (7-9 yaş)	80
4.38.b. Birey Başına Günlük Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Tüketim Düzeyleri (10-12 yaş).....	81
4.39. Deneklerin Enerji Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına kalori/gün)	82
4.40. Deneklerin Protein Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına Gram/gün)	84
4.41. Deneklerin Kalsiyum Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına miligram/gün).	86
4.42. Deneklerin Demir Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına miligram/gün).	87
4.43. Deneklerin A Vitamini Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına I.U./gün)	89
4.44. Deneklerin Tiamin Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına miligram/gün).	91
4.45. Deneklerin Riboflavin Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına miligram/gün)	92
4.46. Deneklerin Niasin Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına miligram/gün).	94
4.47. Deneklerin C Vitamini Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey Başına miligram/gün)	95

1. GİRİŞ

Toplumsal kalkınmada temel unsur olarak kabul edilen insan gücünün, fiziksel ve mental fonksiyonlar bakımından üst düzeyde tutulabilmesi ve bunun yaşam boyu sürdürülebilmesi, bireyin ve dolayısıyla toplumun başarısını etkileyen önemli bir etmendir. Bedenen, ruhen ve sosyal yönden gelişmiş ve üretken bir yapıya sahip olma beslenme ile yakından ilişkilidir (Güneyli 1977).

Beslenme; büyüme, yaşamın sürdürülmesi ve sağlığın korunması için besinlerin kullanılmasıdır. Bunun için de enerji ve besin öğelerinin yeterli ve dengeli olarak sağlanması, bireylerin sağlıklı olabilmeleri açısından gereklidir. Sağlıklı bir yaşam için gerekli olan besin öğelerinin, bir veya birkaçı yetersiz alınırsa, vücudun büyümesi, gelişmesi ve normal çalışması bozulur. Yetersiz beslenme, besin öğelerinin vücudun enerji gereksinimi karşılayacak miktarda alınmaması, yani açlık veya yarı açlık, dengesiz beslenme ise vücudun gereksinimi olan enerji sağlandığı halde sağlık için gerekli protein, vitamin ve minerallerin bazılarının yeteri kadar alınmaması durumudur. Yine gereksinimden fazla besin alınarak vücut ağırlığının normalin üstüne çıkması sağlığa zararlı olması bakımından dengesiz beslenmenin bir örneğidir (Pekcan 1984).

Az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerin çoğunda açlık, yetersiz ve dengesiz beslenme, toplumsal kalkınmayı etkileyen en önemli sorun olarak göze çarpmaktadır. Özellikle en fazla risk altında bulunan bebek ve çocuklar ye-

terince beslenemedikleri için fiziksel, sosyal ve mental gelişmeleri geri kalmakta, çeşitli hastalıklara yakalanarak hayatları tehlikeye girmektedir (Güneyli 1977).

Çocuğun yetişkinlikte sağlıklı bir yaşam sürdürebilmesi düzenli bir beslenme alışkanlığı ile mümkündür (Turgay 1974). Bu durum ise ailenin beslenme alışkanlıkları ve çocuğa bebeklikte uygulanan beslenme düzeni ile yakından ilgili olup, çocuğun sağlığını doğrudan etkilemektedir (Bilir 1979).

Okul çağı, büyüme ve gelişmenin hızlı olduğu, yaşam boyu sürebilecek davranışların büyük ölçüde kazanıldığı bir dönemdir (Baysal 1986). Bu nedenle gelişmeleri ve beslenmeleri yönünden özellik gösteren bir yaş grubunu içeren ilkökul dönemi çok önemlidir.

Çocukların yeterli ve dengeli beslenememeleri "eğitim israfına" başka bir deyişle eğitim ve öğretimin maliyetinin artmasına da neden olur. Yetersiz ve dengesiz beslenen çocuk dirençsiz olduğundan sık hastalanır, hastalığı ağır seyreder. Böylece okula devamsızlık artar ve başarı oranı düşer. Bu nedenle, okul çocuğunun başarısını arttırmak, sınıf tekrarlamalarını azaltarak eğitim ve öğretimin maliyetini düşürmek ve gelecek nesillerin daha güçlü ve sağlıklı olmalarına zemin hazırlamak için çocukların beslenmesine önem verilmelidir (Baysal 1986).

Ülkemizde ilkökul çocuğu olarak adlandırılan 6-12 yaş grubundaki çocuk oranı toplam nüfusumuzun % 15.6'sını oluşturmaktadır (Güneyli 1984).

Nüfusumuzun oldukça önemli bir kısmını kapsayan bu yaş grubu çocuklar, sürekli bir büyüme ve gelişme süreci içindedirler. Bu dönemde, enerji harcaması vücut ölçüsünün birimi başına yetişkinlerden fazladır. Çünkü büyüme olayı için önemli miktarda enerji, yeni dokuların yapımı için daha fazla miktarda protein, mineral ve vitamin gereklidir. Tüm enerji ve besin öğelerinin karşılanabilmesi için de çocukların tüketmeleri gereken besinlerin iyi kalitede ve yeterli miktarlarda olması önemlidir (Aksu-Özcan 1981).

İlkökul çocuklarının günlük enerji ve besin öğeleri gereksinimleri Tablo 1.1'de verilmiştir (Baysal-Güneyli 1982).

Tablo 1.1. İlkökul Çocuklarının Günlük Kalori ve Besin Öğeleri Gereksinimleri

Yaş Grupları	Enerji (kkal)	Protein (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	VitA (İ.Ü.)	Tiamin (mg)	Riboflavin (mg)	Niasin (mg)	VitC (mg)
6	1700	31	500	9	2100	0.7	0.9	11.3	30
7-9	2100	38	500	10	2667	0.8	1.2	14.0	40
10-12 E	2500	45	600	10	3843	1.0	1.4	16.7	40
10-12 K	2100	45	600	10	3834	0.8	1.2	14.0	40

Tablo 1.1'den de görüldüğü gibi 6 ve 7-9 yaş grubu kız ve erkek çocukların enerji ve besin ögesi gereksinimleri aynı olmakla beraber, 10-12 yaş grubu kız ve erkek çocuklarda bu değerler farklıdır.

Çocuğun okula başlaması ile beraber bağımsızlık alışkanlıkları başlar. Temel yemeklerini evde yemekle beraber dışarıdan gelişigüzel alışveriş yapar ve yer zamanla kendisi alışverişten zevk aldığı için evde masada yemekten çok, ayakta ve dışarıda yemeği tercih eder (Bilir 1975). Bunun yanında bu çağda besin alımında bazı güçlükler olabilir. Bu güçlükler sırası ile şöyle sıralanabilir (Baysal 1984a).

a) Okulda kalma süresi uzun olabilir ve çocuk uzun süre aç kalmak zorunda kalabilir.

b) Okula gidip gelme zamanları iyi ayarlanmadığı için çocuğun özellikle sabah kahvaltısını düzenli yapması güçleşebilir.

c) Öğlen vakti eve gelmeme durumunda olan çocukların okulda yeterli yemek yemesi gerekebilir:

d) Çocuk evinde yeteri kadar beslenme olanağından yoksun olabilir.

e) Çocuk daha önce düzenli bir beslenme alışkanlığı kazanamamış olabilir.

Okula giden çocuğun uzun süre beslenmeden yoksun kalması onun büyüme, gelişme, sağlık ve başarı durumunu olumsuz olarak etkiler. Özellikle evden erken çıkan çocuklar için sorun daha da önemlidir. Bu çocuklara okulda beslenme olanağı sağlanamadığı zaman çocuklar ya evden yiyecek götürerek yemekte veya okul çevresinde satılan yiyecek ve içeceklerden satın almaktadırlar. Diş çürüklerine neden

olan şekerlemeler, gazozlar, kolalı içecekler, kurabiyeler, simit gibi yiyecek ve içeceklerin tüketilmesi ile sadece açlık duygusu giderilir, fakat yeterli beslenme sağlanamaz (Baysal 1982). Günde 1 veya 2 öğün beslenme ve hatta günde 3 öğün beslenip de, günlük diyetini 3 eşit miktarda tüketmemek de metabolizmayı aksatır (Ünver 1975).

Araştırmalara göre, en çok ihmal edilen öğün kahvaltıdır. Iowa'da yapılan çalışmalar kızların kahvaltıyı erkeklerden daha sıklıkla yapmadığını ortaya çıkarmıştır. Kahvaltılar, çocukların % 50'sinden çoğu için yetersiz olarak sınıflandırılmıştır (Fleck 1971).

İngiltere'de yapılan bir araştırmada da 5 ile 10 yaşları arasındaki çocukların % 8'inin hiç kahvaltı yapmadıkları saptanmıştır. Bu durumda çocuklar öğlene kadar 16-18 saat aç kalmış olmaktadır. Bu da fiziksel rahatsızlıklara neden olabileceği gibi sınıftaki başarıyı da etkileyebilir (Renner 1986).

Beslenme bozukluğu çocuğun öğrenmesini ve okul yaşantısını sürdürebilmesini güçleştirir. Zayıf ve sağlıklı bir vücutla okula giden çocuk, çok az bilgi öğrenebilir. Türkiye'de okul çocuklarında görülen beslenme sorunlarını şöyle sınıflandırabiliriz.

1. Büyüme ve Gelişmede Gerilik: Yetersiz ve dengesiz beslenen çocuklarda büyüme ve gelişme geriliği görülür. Büyüme, enerji gerektiren bir süreçtir. Çocuklarda enerji gereksinmesi karşılanmazsa büyüme yavaşlar, ileri derecede

yetersizlikte ise durur. Gereksinmeden fazla alınan enerji ise şişmanlığa yol açar. Büyümenin hızlı olduğu bebeklik ve çocukluk çağında protein gereksinmesi de yükselir. Vücudun normal büyümesi, gelişmesi, çalışmasını sürdürmesi ve yıpranan hücrelerin yenilenmesi için gereksinim kadar protein alınması zorunludur. Yetersiz protein alınması durumunda zamanla vücut kendi hücrelerini kullanmaya başlar. Bunun sonucunda da önce büyüme durur, sonra vücut ağırlığı azalmaya başlar (Pekcan 1984).

Türkiye Ulusal Beslenme - Sağlık ve Gıda Tüketimi Araştırması (Köksal 1977) verilerine göre 5-17 yaş grubu erkek ve kızların % 16.4'ü ağırlık yönünden yetersiz durumdadırlar. Boy kısalığı ise erkekler arasında % 3.6, kızlar arasında % 4.5 oranlarındadır.

Topçu (1978), Etimesgut Kazan Sağlık Ocağı Bölgesinde 6 ilkokulda yaptığı araştırmada, erkek ve kız öğrencilerin ağırlık ortalamalarını sırasıyla 7 yaşında 21.9 ve 21.7 kg, 8 yaşında 24.8 ve 24.8 kg, 9 yaşında 27.9 ve 25.9 kg, 10 yaşında 28.4 ve 27.2 kg, 11 yaşında 33.9 ve 28.8 kg, 12 yaşında 32.7 ve 31.9 kg olarak saptamıştır.

Kışlacık Sağlık Ocağı Bölgesindeki ilkokullarda yapılan bir çalışmada da çocukların boy uzunluğu, % 77'sinde normal, % 21.8'inde kısa, % 1.2'sinde uzun olarak saptanmıştır (Özdemir 1981).

2. Anemi (Kansızlık): Dengesiz beslenme, kansızlığın başta gelen nedenidir. Bunun yanında toprak yeme, sağlık kurallarına uyulmama sonucu oluşan barsak parazitleri de kansızlığın nedenleri arasındadır (Baysal 1986).

Güneyli'nin (1977), Ankara, Çubuk İlçe Merkezi ve köylerinde 0-14 yaş grubu çocuklarda yaptığı araştırmada, ilçe merkezindeki çocuklarda hemoglobın düzeyi 11.0 g /100 ml'in üzerinde hiçbir çocuk bulunmadığı, köylerde ise çocukların % 7.3 ünün hemoglobın düzeyinin 11.0 g /100 ml'in altında olduğu saptanmıştır.

Pekcan (1982), Ankara'nın Yenışehir semtinde ilkokul çocukları arasında, kansızlığı, % 31.4, Balgat'taki ilkokul çocuklarında ise % 39.1 oranında saptamıştır.

3. Vitamin Yetersizliğine Bağlı Sağlık Sorunları: Vitamin yetersizliği belirtilerinden en sık rastlanana B2 vitamini (Riboflavin) yetersizliğine bağlı olarak dudaklarda oluşan bozukluklardır (Köksal 1978).

Özgür ve Özgür (1968), İzmir bölgesi köylerindeki ilkokul çocukları arasında A ve B-Kompleks vitaminleri yetersizliği belirtisini % 37.8, D vitamini yetersizliği belirtisini % 19.8, C vitamini yetersizliği belirtisini ise % 27.2 oranında saptamışlardır.

Türkiye Ulusal Beslenme - Sağlık ve Gıda Tüketim Araştırmasında en çok B2 (riboflavin) vitamini eksikliğine bağlı dudak ve göz bozukluğu belirtileri saptanmıştır. C

vitamininin az tüketilmesi ile ilgili cilt ve dişeti bozuklukları da Orta ve Doğu Anadolu'da görülmüştür (Köksal 1978).

4- Basit guatr : Ülkemizin özellikle kadın nüfusun önemli sorunlarından olan basit guatr çocukluk çağında başlamaktadır. Okul çocukları arasında basit guatr görülenlerin oranı yörelere göre % 9 ile % 71 arasında değişmektedir (Bay-sal 1986).

5- Diş Çürükleri : Çocuğun yeterli ve dengeli bir şekilde beslenmesi; genel sağlık yanında diş çürüğünün önlenmesinde de önem taşır. Diş sağlığı bakımından 3 ile 14 yaş arasındaki dönem önemlidir. Bu dönem ilkökul çağını da içine alır. Beslenmesinde süt ve sütlü yiyecekler, et, balık, yumurta gibi hayvansal yiyecekler, baklagiller, sebze ve meyveler çocuğa gerektiği kadar yeterli ve dengeli bir biçimde verilmelidir. Okul çağı döneminde, çocuk günde en az iki su bardağı kadar süt, yoğurt veya ayran almalıdır. Bisküvi, çikolata ve şekerli yiyecek ve içeceklerin özellikle öğünler arasında alınmaması da diş çürüklerini önleme bakımından önemli bir etmendir (Aran 1978).

Kırzioğlu ve Demiröz (1983), Erzurum'da 7-12 yaş grubu çocuklarda sosyo-ekonomik durumun diş çürüklerine etkisini 634 kız, 745 erkek toplam 1379 çocukta incelemişler ve sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olanlarda diş çürüğü görülme sıklığını % 49.7, orta düzeyde olanlarda % 61.3 ve düşük sosyo-ekonomik düzeydekilerde % 77.8 oranlarda rapor etmişlerdir.

Nashed ve Bertan (1968), Ankara Etimesgut'da 1152 ilkokul çocuğu üzerinde yaptıkları bir araştırmada erkeklerin % 37.3'ünde ve kızların % 38.9'unda diş çürüğü saptamışlardır.

Ülkemizde beslenme sorunlarının temelinde yatan nedenleri ise şöyle gruplandırabiliriz (Beyazova 1984).

1. Toplumun ve ailenin ekonomik durumu: Genelde toplumun ve özellikle ailenin ekonomik olanakları kişinin beslenme durumunun en güçlü belirleyicilerinden biridir. Beslenme ile ekonomik durum arasında yakın ilişki pekçok araştırma ile gösterilmiştir. Ekonomik olanakları sınırlı aileler özellikle pahalı ve sağlanması güç olan hayvansal protein kaynaklarını tüketememektedirler. Esası bitkisel kaynaklı olan protein ve diğer besin ögeleri de yetersiz alınmakta dolayısı ile çocuğun enerji gereksinimi de tam karşılanamamaktadır. Oysa okul çağı çocuklarının büyüme için enerjiye olduğu kadar proteine de gereksinimleri vardır. Her iki kaynaktaki bu yetersizlik çocuğun zayıf ve kısa boylu kalmasıyla sonuçlanır.

2. Ailenin eğitim düzeyi ve beslenme konusundaki bilgileri : Birçok araştırmada, ailenin hiç okula gitmemiş, ilkokulu bitirmiş yada daha yüksek eğitim görmüş olması ile çocukta malnütrisyon görölmesi arasında ilişki bulunmuştur. Malnütrisyonun görölme sıklığı en yüksek olarak cahil annelerin çocuklarındadır. Kolayca akla gelen bir düşünce de çocuğun malnütrisyonunu etkileyen esas nedenin an-

nesinin ilkokul diplomasından çok beslenme konusundaki bilgi tutum ve davranışları olduğudur.

3. Ailedeki Çocuk Sayısı : Kalabalık ailelerde özellikle ekonomik olanaklar da sınırlı ise belirli miktarda yiyeceğin bölüşümü sırasında kişi başına düşen miktar azalmaktadır. Malnütrisyonlu çocukların sıklıkla kalabalık ailelerin fazla sayıdaki çocukları arasında görülmesi de bu düşünceyi doğrulamaktadır.

4. Çevrenin Sağlık Koşulları : Gerek parazitlerin, gerek hastalık yapan diğer mikropların çocuklara taşınmasını kolaylaştıran başlıca etken çevre koşullarının elverişsizliğidir. Sağlıklı hela sisteminin olmadığı, insan ve hayvan dışkılarının açığa bırakıldığı içme ve kullanma sularının bunlarla kirlendiği toplumlarda su ve besinlerle insanlara bulaşan hastalıklar sık görülmektedir. İshal, kusma, iştahsızlık gibi belirtilerin aniden ya da sinsi ve süregelen bir şekilde geliştiği bu hastalıklar hem çocukların kilo almasını engellemekte hem de var olan kiloların kaybına yol açmaktadır .

Ülkemizde gerek oyun çağı, gerekse ilkokul çağı çocuklarda barsak parazitleri en sık görülen birkaç hastalıktan biridir. Yapılan araştırmalarda barsak paraziti sıklığı % 40-60 arasında değişmektedir. Bu da her iki ya da üç çocuktan birinde parazit olduğu anlamına gelmektedir. Barsaklarda yerleşen parazitler çocuğun aldığı besinleri onunla

paylaşır, kan emer ve barsak duvarında besinlerin emilip kana geçmesini engelliyerek çocukta kilo kaybı, kansızlık gibi beslenme bozukluklarının ortaya çıkmasına neden olurlar.

5. Hastalıklar : Sık sık hastalanma çocuklarda beslenme sorunu yaratmaktadır. Enfeksiyon hastalıkları hem çocuğun iştahını keserek besin alımını güçleştirir, hem de hastalıkla mücadele sırasında fazla enerji gereksinimi yaratarak çocuğun kendi enerji depolarını yakıp harcamasına ve zayıflamasına yol açar. Kötü beslenme ve hastalık, biri diğerini izleyen halkalar şeklinde bir kısır döngü zincirini oluştururlar.

6. İştahsızlık : İştahsızlık, çocuğun besin almak istememesi ile ortaya çıkan bir durumdur. Kansızlık, barsak parazitleri, hastalıklar ve ruhsal sebepler iştahsızlığa yol açabilir (Beyazova 1984).

7. Besinlerin seçimi, hazırlanması, saklanması ve pişirilmesinde yapılan hatalar (Baysal, 1986): Değişik yaş gruplarının besin gereksinimlerinin bilinmemesi; öğün atlama; bazı öğünlerin dengesiz olması; yanlış besin seçimi; besinleri hazırlarken, pişirirken beslenme ve sağlık kurallarına uyulmaması yiyeceklerin besin değerinin azalmasına neden olur. Örneğin çocukların diyetinde yetersiz olan riboflavinin en iyi kaynaklarından biri yeşil yapraklı sebzelerdir. Bu sebzeler halkın önemli bir kısmının yaptığı gibi bol suda haşlanıp suyu döküldüğü takdirde vitaminlerin çoğu

kaybolur.Okullarda verilen yemeklerin uygun şekilde hazırlanmaması ve dengesiz olması bir yönden besin artıklarına, diğer taraftan çocuğun kötü beslenmesine neden olur.

Beslenme sorunlarının çözümünde çocuklara ve ailelerine bebeklik çağından başlayarak verilecek beslenme eğitimi sorunların çözümünde yardımcı olacaktır (Baysal, 1986). Beslenme eğitimi; toplumu yeterli ve dengeli besin tüketme alışkanlıklarının geliştirilmesi, yanlış ve olumsuz beslenme uygulamalarının ortadan kaldırılması, besinlerin sağlık bozucu duruma gelmesinin önlenmesi ve besin kaynaklarının daha etkin ve ekonomik kullanımı konularında eğiterek beslenme durumunun düzeltilmesini amaçlar (Baysal 1982).

Beslenme eğitiminde yer alan temel ilkeler ise şöyle sıralanabilir (Baysal 1984b).

1. Beslenme eğitimine ilk aylarda başlanmalıdır. Çocuk yaşamının ilk 6 ayında anne sütü ile beslenir. Anne sütü yeni doğan çocuğun tüm gereksinmelerini karşılar. Altı aydan sonra anne sütü çocuğa yetmez. Bebek 4-6 aylık dönemde değişik tatlardaki ek besinlere alıştırılırsa ileride yemek seçme veya tatlı şeyleri çok isteme gibi sorunları ortadan kaldırılabilir. Bebek yedi aydan sonra günlük besinleri 4 veya 5 öğüne ayırarak beslenir.

2. Beslenme eğitiminde en etkin yöntem büyüklerin çocuklara iyi örnek olmalarıdır. Çocuk gördüklerini taklit ederek öğrenir. Evde anne, baba ve diğer büyükleri, okulda

öğretmenleri taklit eder. Çocukların çok önemli olmasına karşın en çok atladıkları öğün sabah kahvaltısıdır. Bunun da başlıca nedeni aile bireylerinin bir arada düzenli ve yeterli bir kahvaltı yapmamalarıdır.

Çocuğun yanında aile büyükleri yemeklere karşı olumsuz davranışta bulunmamalıdır. Okullarda ise öğretmenler çocuklara iyi örnek olmalıdırlar. Çünkü bu bireyler çocukların iyi ve kötü yiyecek seçiminde etkili olurlar (Krause-Hunscher 1972). Okullardaki öğle yemekleri eğitim için uygun bir zamandır. Yemek sırasında çocuklara sağlıkla ilgili olumlu alışkanlıklar, masa terbiyesi, beslenme bilgileri öğretilir (Garcia 1979).

3. Çocuğun evde ve okulda beslenmeyle büyüme ve sağlık arasındaki ilişkileri görerek, yaparak ve deneyerek öğrenmesine olanak yaratılmalıdır. Çocuk evde yemeklerin ve sofranın hazırlanmasına yardım etmeli, yapılan yanlış ve doğru uygulamalar nedenleri ile birlikte açıklanmalıdır (Baysal 1984b).

Çocuğun uygun aralıklarla boy ve ağırlığını ölçerek durumu izlenmelidir. Büyüme durumundaki gerileme veya aşırı kilo alma ile beslenme şekli arasındaki ilişki kurma yeteneği geliştirilebilir. Halsizlik, yorgunluk gibi durumların besin yetersizliğinden, çocukta ateş yükselmesinin mikropla savaş sonucu olduğu ve vücudun savunmasını güçlendirmek için süt, yumurta, meyve suyu gibi kolay alınan besleyici değeri

yüksek besinlerin yenmesinin gerektiği öğretilmelidir. Böylece çocuk evde ve okulda büyüme, gelişme ve sağlığı için beslenme şeklini denetleyebilir.

4. Bir çocuğun günlük tükettiği besin miktarları başka çocuklarla karşılaştırılmamalıdır. Her çocuğun vücut çalışması kendine özgüdür. Bazıları, vücudun büyüme ve gereksinmesi için daha çok besin harcarken, bazıları da daha az besinle aynı gereksinimleri karşılayabilirler. Çocukların yediklerini birbirleri ile değil kendi beslenme şekilleri, büyüme standartları ve sağlık durumları ile karşılaştırarak değerlendirmekte fayda vardır. Bir çocuk diğerinden daha az besin tükettiği halde büyümesi standartlara uygun ve sağlık durumu iyi olabilir. Bu durum çocuğun aldığı besinleri vücudunun gereksinimleri için en iyi şekilde kullandığının göstergesidir. Çocuğun yaşına göre olması gereken den daha uzun boylu veya şişman olması istenen bir durum değildir. İstenen, çocuğun vücut yapısının düzgün olması büyüme standartlarına uygun olması ve fiziksel büyümeyle zihinsel gelişim ve ruhsal olgunluğun birlikte oluşmasıdır (Baysal 1984b).

Sonuç olarak diyebiliriz ki; çocuğun sağlıklı ve başarılı olmasında beslenmenin büyük önemi olduğu söylenebilir. Yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı doğuştan başlayan ve yaşam boyu süren etkin bir eğitimle kazandırıla-

bilir. Doğru alışkanlıkların kazanılmasında öğretmen ve ailenin iyi örnek olması en önemli etmendir.

Bu araştırma, Isparta iline bağlı Senirkent ilçesi ve köylerinde ilkokul çocuklarının beslenme durumlarını karşılaştırmak amacı ile plânlanmış ve yürütülmüştür.

Araştırmada, "Giriş" bölümünden sonra, bu konu ile ilgili görülen kaynaklar özetlenerek, kullanılan materyal ve yöntemler verilmiş, bulgular açıklanarak tartışmaları yapılmıştır.



2. KAYNAK ARAŞTIRMASI

Thompson ve Arkadaşları (1962), 1956 yılında Türkiye'de ilkökul çağı çocuklarının beslenme durumunu tesbit etmek amacıyla; coğrafik bakımdan beş değişik bölgedeki 3288 çocuk üzerinde incelemeler yapmışlardır. Bölgelere göre farklı olan yetersiz ve düzensiz beslenme sorunlarının, ilkökul çocukları arasında yaygın olduğu sonucu ortaya çıkarılmıştır. Araştırmada en çok yetersizlik belirtileri görülen vitaminler; riboflavin, A vitamini ve B kompleks vitaminleridir. Ayrıca çocukların okula birşey yemeden veya biraz ekmek yiyerek gittikleri tesbit edilmiş; ailedeki yeme alışkanlıkları özellikle aynı kaptan yemek yeme sonucu çocukların yeteri kadar beslenemedikleri belirtilmiştir.

Gürson ve Neyzi (1966), İstanbul'un Rami gecekondu bölgesinde 0-14 yaş grubundaki bütün çocukların protein ve kalori eksikliğine bağlı bir gelişme geriliği gösterdiklerini, bunun yanında spesifik besin yetersizlikleri olduğunu saptamışlardır. A vitamini, B kompleks vitaminleri, demir eksikliğinin yaygın olarak görüldüğünü, çocuklarda yüksek oranda boy kısalığı ve zayıflık olduğunu bulmuşlardır.

Özgür ve Özgür (1970), Torbalı sosyalizasyon bölgesinde, Merkez İlçede 3 ilkökulda 482 ve 7 köy ilkökulunda 300 öğrenciye beslenme anketi uygulamışlardır. Araştırma sonucunda, köy ve ilçe çocuklarının süt ve meyveyı çok az

tükettikleri belirtilmiştir. Hayvansal protein kaynağı olarak tüketilen başlıca yiyeceğin peynir olduğu; kış sebzele-
rinin özellikle pırasa ve kerevizin sevilmeyen besinler ola-
rak kabul edildiği buna karşılık en çok tüketilen besinle-
rin arasında yer aldığı; et, süt ve yumurtanın herkes ta-
rafından besleyici olarak kabul edildiği fakat az tüketil-
diği ve öğrencilerin başlıca protein kaynağının kuru sebze-
ler olduğu saptanmıştır.

Cook ve Arkadaşları (1973), 1968-1970 yıllarında Kent bölgesindeki 8-11 ve 13-15 yaşlarındaki okul çocuklarının beslenme durumunu saptamışlardır. Araştırma sonucunda enerji alımı bütün gruplarda ve özellikle kızlarda olması gereken altında bulunmuştur. Protein, tiamin, kalsiyum alımının yüksek, vitamin C ve vitamin A alımının çok yüksek, riboflavin ve demir alımının ise düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir. Genel olarak erkek çocukların bütün besin öğelerinin alımının kızlarinkinden yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyal sınıf, ailedeki çocuk sayısı ve annenin çalışma durumu faktörleri için günlük ortalama besin girişlerinde genel olarak önemli farklılıklar olmamasına karşılık, hayvansal protein ve riboflavin alımının sosyal sınıf düştükçe ve ailedeki birey sayısı arttıkça azaldığı görülmüştür.

İpek (1973), Erzurum ve civar köylerinde, ilkokul 1., 2. ve 3. sınıf çocuklarında yaptığı araştırmada; köy çocuklarının ağırlık ortalamasını 29.85 ± 0.42 kg, boy uzunluğu ortalamasını 131.62 ± 0.73 cm; şehirde ise çocuk-

ların ağırlık ortalamasını 28.59 ± 0.27 , boy uzunluğunu 128.26 ± 0.51 olarak bulmuştur. Diyetlerin değerlendirilmesinde şehir ve köy çocuklarının bütün sebzeler, süt ve ürünleri, proteinden zengin gıdalar ve yağlardan yetersiz beslendikleri tahıl grubu yiyecekleri ise gereksinimin çok üstünde tükettikleri saptanmıştır. Köy çocuklarının % 9.40'ının orta diyet, % 90.60'ının zayıf diyet grubuna; şehir çocuklarının ise % 28.06'sinin orta, % 71.94'ünün zayıf diyet grubuna girdiği belirlenmiştir (iyi diyet grubuna girecek örnek bulunamamıştır). Genel olarak beslenme yetersizliği söz konusuysa da şehir çocuklarının beslenmesinin köy çocuklarından daha iyi olduğu saptanmıştır.

Nnanyelugo'nun (1983), Nijerya'da 0-17 yaşlarında toplam 3406 çocuk üzerinde yaptığı araştırmada, elzem besin öğelerindeki eksikliklerin, çok fakir kent sakinleri ve fakir kırsal bölge ailelerinde çok belirgin olduğu saptanmıştır. Düşük yiyecek alımı ve buna bağlı olarak gelişen hastalıkların; çocuklarda yaşa göre ağırlık ve boyda azalmaya yol açtığı gözlenmiş ve çocukların çoğunun okula kahvaltı etmeden gittikleri belirtilmiştir.

Araştırmada 6 yaşındaki çocukların % 21'inin, 7-8 yaş grubu çocuklarda; erkeklerin % 17'sinin, kızların % 14'ünün; 9-10 yaş grubunda ise erkek çocukların % 24'ünün, kızların % 18'inin düşük vücut ağırlığında olduğu saptanmıştır.

Diyetlerin demir yönünden yeterli, fakat bitkisel kaynaklı olduğu, süt, tahıl, kurubaklagiller, et, balık gibi besinlerin yeterince tüketilmemesinden kalsiyum, vitamin A, riboflavin ve niasin alımının da yetersiz olduğu belirlenmiştir.

Pekcan (1983), Ankara'nın sosyo-ekonomik şartları birbirinden farklı iki ilkokulunda, 10-12 yaş grubu toplam 355 ilkokul çocuğunun beslenme durumunu araştırmıştır. Araştırma sonunda çocukların % 16.9'unun zayıf ve çok zayıf olduğu bulunmuştur. Vücut ağırlığı ortalamasının erkeklerde 31.7 ± 4.66 kg, kızlarda 31.5 ± 6.41 kg; boy uzunluğu ortalamasının ise erkeklerde 138.4 ± 6.22 cm, kızlarda ise 138.4 ± 8.03 cm olduğu saptanmıştır. Çocukların diyetinin tahılla dayalı olduğu; süt, yoğurt, kurubaklagil, yeşil yapraklı sebzeler ve yağ tüketimi yetersiz bulunmuştur. Enerji, kalsiyum, A vitamini, riboflavin ve kısmen C vitamini tüketimi yetersiz; ortalama demir tüketiminin ise yeterli olduğu, ancak emilim oranı düşük ve az olan tahıllardan sağlandığı belirtilmiştir.

Foley ve Arkadaşları (1983), beslenme eğitimine olan ihtiyacı saptamak üzere; 1979-80 öğretim yılında Kansas'da yaşları 9.6 - 13.4 arasında değişen çocuklara uyguladıkları birtakım testlerle onların beslenme bilgisini araştırmışlardır. Verilen cevaplarda çocukların yaklaşık olarak % 90'ının unun esas kaynağını doğru olarak bildiği ve yaklaşık 3/4'ünün vitamin ve minerallerin yiyeceklerin

bir grubu olmadığını, 1/3'inden daha azının ise sükrözü bir karbonhidrat çeşidi olarak tanımladıkları belirtilmiştir. Protein enerji üzerine değinilen temel bilginin maddelerini doğru olarak cevaplayan öğrencilerin oranının 1/4'den daha az olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin 2/3 sinin kalsiyum eksikliğinin sonucunu ve çeşitli gıdalar yemenin yeterli beslenmenin bir yolu olduğunu; yarısından çoğunun ise çok miktarda konsantre şeker yemenin veya kola içmenin aşırı kilo ya neden olabileceğine işaret ettikleri vurgulanmıştır. Öğrencilerin çoğunun (3/4 den fazla) gıdaların hazırlanmasında el temizliğine önem verdiği; oda sıcaklığında bırakılan sütün süratle bozulduğunu, ve % 30'unun hamburgerin de çabuk bozulan bir gıda olduğunu bildikleri belirtilmiştir.

Güneyli ve Hacısalihoğlu (1984), yaptıkları araştırmada Ankara'nın sosyo-ekonomik ve kültürel yönden farklı Hasköy ve Çankaya semtlerinde 9 - 13 yaş grubu ilkokul öğrencilerinde beslenmeye bağlı demir eksikliği anemisi oranını karşılaştırmışlardır. Çankaya ilkokulunda bu yaş grubunda anemi oranı % 19.3 iken Ali Ersoy ilkokulunda % 93.5 olarak bulunmuştur. Burada aneminin nedenleri arasında, uygulanan diyetin tahıla dayalı oluşu, proteinin genellikle enerji ihtiyacının karşılanmasında kullanılışı, alınan demir emiliminin diyete bağlı olarak düşük düzeyde oluşu ve öğrencilerde barsak paraziti gibi hususların bulunduğu belirlenmiştir.

Hackett ve Arkadaşları (1984), 1979-1981'de yaptıkları çalışmada sosyo-ekonomik yönden farklı 405 Kuzey İngiliz çocuğunun şeker yeme alışkanlıklarını araştırmışlardır. Erkeklerde günlük ortalama enerji, karbonhidrat ve toplam şeker tüketimi sırası ile 2269.5 kalori, 289 gram, 124 gram; kızlarda ise 2030.6 kalori, 256 gram, 113 gram bulunmuştur. Her cinsteki sosyal sınıflar arasında enerji, karbonhidrat veya şeker tüketiminde istatistiksel olarak bir farklılık görülmemiştir. Cinsler ve sosyal sınıflar arasında şeker kaynakları bakımından bazı küçük farklar bulunmuştur. Düşük sosyo-ekonomik sınıftaki kızlar ve erkekler şeker kaynağı olarak, yüksek oranda tablet şeker ve şekerlemeler tüketirken orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki kız ve erkeklerin laktoz, bisküvi ve kek tükettikleri görülmüştür. Her iki cins ve bütün sosyal sınıf grupları için, ortalama toplam şeker tüketimi karbonhidrat tüketiminin % 43'ü ve enerji tüketiminin % 21'i olarak bulunmuştur.

Güneyli (1984), çeşitli sosyo-ekonomik semtlerdeki 9-11 yaş grubu 889 ilkokul çocuğunun beslenme alışkanlıklarını saptamıştır. Araştırmada günlük öğün sayısının sosyo-ekonomik düzeye paralel olarak arttığı bulunmuştur. Öğrencilerin % 97'sinin sabah kahvaltısını daima yaptığı, % 56.9'unun ise öğle yemeğini her zaman yedikleri saptanmıştır. Öğle yemeğinin düzensiz olmasının nedenleri arasında ilk sıraları canının istememesi ve iştahının olmaması gibi se-

beplerin aldığı belirlenmiştir. Temel öğünler arasında % 53.7 oranında tahıl ürünleri, % 31.7 oranında ise meyve tüketildiği bulunmuştur.

Kocaoğlu ve Köksal (1985), Ankara'da sosyo-ekonomik koşulları yüksek özel bir ortaokul (248 erkek, 259 kız) ile Çubuk'ta bulunan düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ortaokulda (287 erkek-161 kız) öğrenim gören 11-15 yaşlar arasındaki adölesanlar üzerinde yaptıkları araştırmada; gruplar arasında ailelerin eğitim ve gelir düzeyleri arasında önemli farklılıklar bulunmuştur. Tüm yaşlarda iki grubun boy uzunluğu arası fark 10 cm'dir. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların % 22.5'inde hafif şişmanlık ve şişmanlık olduğu belirlenmiştir. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların diyeti hayvansal protein ve yağdan zengin, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların diyeti ise tahıl, şeker ve sebzelere dayalı bulunmuştur.

Güneyli (1986), sosyo-ekonomik düzeyi farklı üç bölgeden seçilen 6 ilkokulda 9-11 yaş grubu toplam 889 ilkokul çocuğunun, evdeki ve okuldaki beslenme durumunu ve sosyo-ekonomik düzey ile beslenme durumunun ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda; çocukların günde ortalama 1750-2000 kalori enerji, 60-70 gram protein, 50-71 gram yağ tükettikleri ve okuldaki beslenmenin günlük beslenme içinde ortalama % 15'lik bir bölümü kapsadığı saptanmıştır. Ayrıca öğrenciler arasında aneminin çok önemli bir sağlık sorunu olduğu (% 43.6), % 25.5 oranında zayıf-

lık ile % 19.5 oranında şişmanlık bulunduğu ve okuldaki başarı oranınının % 58 olduğu ve bu durumların çocuğun beslenme düzeyi ile yakından ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Akal ve Arkadaşları (1986), 3-12 yaş grubunda 93'ü kız ve 107'si erkek 200 çocuğun beslenme alışkanlıklarının diş sağlığı üzerine olan etkisini incelemişlerdir. Yapılan diş muayeneleri sonucunda deneklerin 24 (% 12) ünün dişlerinin sağlam, 176 (% 88)'sının ise dişlerinde dolgu, çürük ve kayıp diş olduğu saptanmıştır. Çocukların tümünün süt-yoğurt, peynir, et-yumurta, sebze-meyve, tahıl grubu yiyecekleri ve şekeri hergün, % 73'ünün reçel, bal, pekmez, gibi yiyecekleri hergün, % 18.5'inin ise gınaşırı tükettikleri belirtilmiştir. Çocukların yemek aralarında da şeker çikolata ve şekerlemeleri tükettikleri tesbit edilmiştir. Deneklerin şekerli yiyecekleri tüketme sıklığı ile çürük dişler arasındaki ilişki incelenmiş ve çürük, dolgu, kayıp diş sayısının çikolata, şeker ve benzeri şekerli yiyecekleri sıklıkla tüketenlerde daha fazla olduğu bulunmuştur.

Black ve Arkadaşları (1986), 1980'de Utah'da ortalama yaşı 7.5 olan 355 erkek ve 382 kız okul çocuklarının bir günde tükettikleri besin maddelerinin % 10'unu ayak üstü yenen yiyeceklerden aldıklarını belirtmişlerdir. Et, balık ve kümes hayvanlarından gelen demirin yaklaşık % 36'sının öğlen, % 54'ünün ise akşam öğünlerinden geldiği, ara öğünlerde ise et, balık ve kümes hayvanlarından gelen demirin % 5'inin tüketildiği saptanmıştır. Günlük tüketilen de-

mirin % 29.3'ünün kahvaltıda, % 28.3'ünün öğle, % 33.5'inin akşam ve % 8.9'unun ara öğünlerde alındığı belirlenmiştir. C vitamini tüketimi ise kahvaltıda % 32.6, öğle yemeğinde % 23.6, akşam yemeğinde % 32.3 ve ara öğünlerde % 11.5 olarak bulunmuştur.

Eid ve Arkadaşları (1986), 1983-84 öğretim yılında Kuveyt'de 6-17 yaşlar arasındaki 4174 okul çocuğunun beslenme durumlarını belirlemek için boy, ağırlık, kol çevresi ve deri kıvrım kalınlığı ölçümlerini almışlardır. Araştırma Kuveyt'deki okul çocuklarının normal bir gelişme gösterdiğini ortaya koymuştur. Beslenme durumunun tesbiti çalışmalarında çocukların aşağı yukarı % 65'inin normal, % 13'ünün yetersiz, % 22'sinin aşırı beslendiği saptanmıştır. Bununla beraber beslenme hikâyeleri, çocukların, % 19'unun yetersiz beslenmiyorlarsa bile kronik bir yetersizlik olduğunu meydana çıkarmıştır. Yetersiz beslenenlerin (% 13) % 10'unun yetersiz beslenmenin akut, % 31'ünün ise kronik şekline sahip oldukları tesbit edilmiştir.

Farris ve Arkadaşları'nın (1986), makrobesin ögesi alımını saptamak için 4 periyotta yaptıkları araştırmada toplam 871 çocuk yer almıştır. Çocukların yaş ortalamaları 10.5 dir. Araştırma periyodlarında enerji, protein, yağ, karbonhidrat alımları sırası ile şöyle bulunmuştur: 1973-74'de; 2141 kalori, 69.1 gram, 93.1 gram, 261.5 gram, 1976-77'de; 2136 kalori, 79.8 gram, 100.5 gram, 280.5 gram,

1978-79'da; 2145 kalori, 72.1 gram, 96.1 gram, 253.1 gram,
1981-82'de; 2054 kalori, 67.4 gram, 87.3 gram, 255.6 gram.

Ortalama enerji alımı erkeklerde 2150 kalori, kızlarda ise 1827 kalori olarak bulunmuştur. Enerjinin % 13 ünün proteinlerden, % 38'inin yağlardan ve % 49'unun karbonhidratlardan geldiği belirlenmiştir. Beyaz çocukların boy uzunluğu ortalaması 142.8 cm siyahlarınkı ise 140.6 cm'dir ve aradaki 2 cm'lik fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur.

3. MATERYAL ve METOD

Araştırmanın bu bölümü; "Araştırma Bölgesinin Seçimi", "Örnekleme Yöntemi ve Örnek Seçimi", "Anket Formunun Düzenlenmesi ve Uygulanması", "Verilerin Değerlendirilmesi" başlıkları altında verilmiştir.

3.1. Araştırma Bölgesinin Seçimi

Araştırma evrenini, Isparta iline bağlı Senirkent ilçesi ve ilçeye bağlı tüm köylerde (Büyük Kabaca, Gençali, Yassıören, Uluğbey, Karip, Ortayazı, Akkeçili, Başköy) (Anonymous 1985), öğrenim gören 6-12 yaşlarındaki ilkokul çocukları oluşturmuştur.

Araştırmanın bu bölgede yapılmasının nedenleri; araştırmacının bu bölge hakkında bilgi sahibi olması, çevreyi tanınması dolayısıyla, çalışma ve doğru veri elde etme kolaylığının yanısıra daha önce bölgede benzer bir araştırmanın yapılmamış olmasıdır.

3.2. Örnekleme Yöntemi ve Örnek Seçimi

Araştırmanın esas birimi olan denekler, Senirkent ilçesi ve köylerinde okuyan ilkokul çocuklarından % 15 örnekleme seçilmiştir. Bunun için önce araştırmaya alınan ilçe ve köylerdeki okulların sınıf listelerindeki her öğrenciye bir sıra numarası verilmiştir. Sıra numarası verilen öğrencilerin araştırmaya alınacak olanlarını saptamak için, Tesadüfi Sayılar Tablosundan (Düzgüneş ve Arkadaşları 1983)

yararlanılarak araştırmaya girecek olan denekler belirlenmiştir. Yine bu tablodan faydalanılarak yedek denekler de saptanmıştır.

İlçedeki üç ilkokuldan 91 ve köylerdeki okullardan 153 olmak üzere toplam 244 deneye anket uygulanmıştır. Anket uygulanan deneklerin yaş, cinsiyet ve yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 3.1 de verilmiştir.

Tablo 3.1. Deneklerin Yaş, Cinsiyet ve Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Yaşlar	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek		Kız		Erkek		Kız		S	%
	S	%	S	%	S	%	S	%		
6	1	2.2	2	4.4	5	6.0	5	7.1	13	5.3
7	11	23.9	11	24.5	9	10.8	14	20.0	45	18.5
8	9	19.6	5	11.1	13	15.7	6	8.6	33	13.5
9	7	15.2	10	22.2	14	16.9	17	24.2	48	19.7
10	10	21.7	8	17.8	15	18.1	10	14.3	43	17.6
11	5	10.9	6	13.3	18	21.7	16	22.9	45	18.4
12	3	6.5	3	6.7	9	10.8	2	2.9	17	7.0
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

Tablo 3.1 den de görüleceği gibi deneklerin genel olarak % 5.3'ü 6, % 7'si 12, % 13.5'i 8, % 19.7' si 9, % 17.6'sı 10, % 18.4'ü 11, % 18.5'i 7 yaşındadır.

3.3. Anket Formunun Düzenlenmesi ve Uygulanması

Anket formu, denekler tarafından anlaşılabilir şekilde, konu ile ilgili kaynaklar ve daha önce yapılmış bazı araştırmalardan yararlanılarak düzenlenmiştir. Araştırmada kullanılan anket formu örneği EK-A'da verilmiştir. Anket formu "Aileye İlişkin Genel Bilgiler", "Deneklerin Evleri ile ilgili Bazı Bilgiler", "Deneklerin Ailelerinde Uygulanan Bazı Beslenme Alışkanlıkları", "Deneklerin Bazı Beslenme Alışkanlıkları", "Deneklerin Boy Uzunluğu ve Vücut Ağırlığı" ile "Günlük Besin Tüketiminin Saptanması" gibi bölümlerden oluşmuştur.

En çok kullanılan ve pratik olan Antropometrik Yöntem'lerden, ağırlık ve boy ölçümleri yapılarak çocukların büyüme ve gelişmeleri izlenebilir (Neyzi-Kocaoğlu 1982; FAO 1982).

Vücut ağırlığının ölçülmesinde deneğin üzerinde hafif ve az giysi olmasına dikkat edilmiş, fazla görülen hırka, kazak gibi eşyalar ve ayakkabılar çıkarılmıştır. Ölçüm elde taşınabilir, Form Marka 130 kg. kapasiteli banyo terazisi ile yapılmıştır.

Boy uzunluğunun ölçülmesi ise, kuralına uygun olarak ayakta ve ayaklar kapalı dik duruşta yapılmıştır. Çocuk düz dikey bir duvara dayandırılmış, baş, gövde, kalça ve topuklar duvara dayalı iken boy uzunluğu cm. cinsinden başın en üst noktasından yere kadar olan mesafeden ayakkabısız olarak yapılmıştır. Ölçümlerde mezur kullanılmıştır.

Elde edilen vücut ağırlığı ve boy uzunluğu değerleri 6-12 yaş grubu erkek ve kız çocuklar için önerilen standartlarla karşılaştırılmış; vücut ağırlığı zayıf, normal, normal üstü, boy uzunluğu kısa, normal, normal üstü olarak değerlendirilmiştir (Baysal 1984a Ek B-C).

Günlük besin tüketimi, 24 saati hatırlatma yöntemi ile belirlenmiştir (Nnanyelugo 1983; Burr 1985). Deneklerin annelerinden, evde son 24 saat içinde yenilen besinler, miktarları ve öğünlerde evde bulunan aile bireyleri sorularak, günlük tüketilen besinler tüketici ünite başına bulunmuş ve çocuğun tüketim birimi standardı ile çarpılarak birey başına düşen yiyecek miktarı hesaplanmıştır (Baysal-Güneyli 1982 Ek D).

Yiyeceklerin içerdikleri enerji ve besin ögelerini hesaplamak için Gıda Kompozisyon Cetvelleri kullanılarak (Baysal ve Arkadaşları 1983; Baysal ve Arkadaşları 1985) birey başına düşen günlük ortalama enerji ve besin ögeleri ile besin grupları bulunmuş ve Türkiye'ye özgü tüketim standartları ile karşılaştırılmıştır (Baysal 1984a EK-E) (6 yaş grubunda denek sayısı ilçe grubunda 3, köy grubunda ise 10 olduğu için bu yaş'a ilişkin besin ögesi ve besin grupları ortalamaları hesaplanamamıştır.)

Her çocuğun enerji ve besin ögeleri tüketimi; yetersiz, sınırdaki, yeterli ve fazla olarak değerlendirilmiştir (Baysal ve Güneyli 1982) (Tablo 3.2, a-b).

Tablo 3.2.a : Enerji ve Besin Ögeleri Tüketim Düzeylerinin
Değerlendirilmesi (6 ve 7-9 yaş)

	Yetersiz (-den az)	Sınırdaki	Yeterli	Fazla (-den fazla)
Enerji (kcal)				
6 Yaş	1376	1377-1529	1530-1870	1871
7-9 Yaş	1700	1701-1889	1890-2310	2311
Protein(g.)				
6 Yaş	24	25-27	28-34	35
7-9 Yaş	30	31-33	34-42	43
Kalsiyum (mg)				
6 Yaş	404	405-449	450-550	551
7-9 Yaş	404	405-449	450-550	551
Demir (mg)				
6 Yaş	7.2	7.3-8.0	8.1-9.9	10.0
7-9 Yaş	8.0	8.1-8.9	9.0-11.0	11.1
Vitamin A (I.U.)				
6 Yaş	1700	1701-1889	1890-2310	2311
7-9 Yaş	2159	2160-2399	2400-2934	2935
Tiamin (mg)				
6 Yaş	0.56	0.57-0.62	0.63-0.77	0.78
7-9 Yaş	0.64	0.65-0.71	0.72-0.88	0.89
Riboflavin (mg)				
6 Yaş	0.72	0.73-0.80	0.81-0.99	1.00
7-9 Yaş	0.96	0.97-1.07	1.07-1.32	1.33
Niasin (mg)				
6 Yaş	9.1	9.2 -10.1	10.2-12.4	12.5
7-9 Yaş	11.2	11.3 -12.5	12.6-15.4	15.5
Vitamin C (mg)				
6 Yaş	23	24 - 26	27-33	35
7-9 Yaş	31	32 - 35	36-44	45

Tablo 3.2.b Enerji ve Besin Ögeleri Tüketim Düzeylerinin Değerlendirilmesi (10-12 Yaş)

	Yetersiz (-den az)	Sınırdaki	Yeterli	Fazla (-den fazla)
Enerji (kkal)				
Erkek	2024	2025-2249	2250-2750	2751
Kız	1700	1701-1889	1890-2310	2311
Protein(g.)				
Erkek	36	37-40	41-50	51
Kız	36	37-40	41-50	51
Kalsiyum (mg)				
Erkek	485	486-539	540-660	661
Kız	485	486-539	540-660	661
Demir (mg)				
Erkek	8.0	8.1-8.9	9.0-11.0	11.1
Kız	8.0	8.1-8.9	9.0-11.0	11.1
Vitamin A(I.U)				
Erkek	3112	3113-3458	3459-4227	4228
Kız	3112	3113-3458	3459-4227	4228
Tiamin (mg)				
Erkek	0.80	0.81-0.89	0.90-1.10	1.11
Kız	0.64	0.65-0.71	0.71-0.88	0.89
Riboflavin (mg)				
Erkek	1.12	1.13-1.25	1.26-1.54	1.55
Kız	0.96	0.97-1.07	1.08-1.32	1.33
Niasin (mg)				
Erkek	13.4	13.5-14.9	15.0-18.4	18.5
Kız	12.4	12.5-13.8	13.9-15.4	15.5
Vitamin C(mg)				
Erkek	31	32-35	36-44	45
Kız	31	32-35	36-44	45

Araştırma verileri "Ailelerle Karşılıklı Görüşme (Mülakat) Tekniği" kullanılarak; araştırma kapsamına alınan deneklere ve deneklerin annelerine, araştırmacının kendisi tarafından uygulanan anket formları ile toplanmıştır. Materyalin toplanması işlemi 9 Nisan - 12 Mayıs 1986 tarihleri arasında yapılmıştır.

3.4. Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin değerlendirilmesinde her soru ile ilgili mutlak ve yüzde değerleri gösteren tablolar hazırlanmış, gerekli aritmetik ortalamalar alınmış ve ilçe ile köy sonuçları karşılaştırılmıştır.

İstatistiksel yöntemler olarak; iki ortalama arasındaki farkın önemlilik testi (t), Khi Kare analizleri kullanılmıştır (Sümbüloğlu 1978).

Ayrıca önem sırasına göre tercih belirtilmesi istenen bazı soruların değerlendirilmesinde karşılaştırmanın daha belirgin olması için $P = 3A + 2B + C$ formülünden yararlanılmıştır (Aktaş 1979).

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular; "Aileye İlişkin Genel Bilgiler", "Deneklerin Evleri ile İlgili Bazı Bilgiler", "Deneklerin Ailelerinde Uygulanan Bazı Beslenme Alışkanlıkları", "Deneklerin Bazı Beslenme Alışkanlıkları", "Deneklerin Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluğu", "Deneklerin Besin Tüketimi" başlıkları altında verilmiş ve tartışmaları yapılmıştır.

4.1. Aileye İlişkin Genel Bilgiler

Bu bölüm deneklerin anne ve babalarının yaşları, eğitim durumları, meslekleri, ailedeki birey sayısı, kardeş sayısı, deneğin ailede kaçınıcı çocuk olduğu, ebeveynlerin evlilik süresi ve ailenin aylık geliri gibi konuları içermektedir.

4.1.1. Deneklerin annelerinin yaşları

Deneklerin annelerinin yaşlarının yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 4.1'de verilmiştir.

Tablo 4.1. Deneklerin Annelerinin Yaşlarının Yerleşim Yeri-
ne Göre Dağılımı

Yaşlar	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
23 - 27	13	14.3	12	7.9	25	10.3
28 - 32	42	46.2	58	38.1	100	41.2
33 - 37	23	25.3	45	29.6	68	27.9
38 - 42	10	10.9	22	14.5	32	13.2
43 - 47	1	1.1	10	6.6	11	4.5
48 - 57	2	2.2	4	2.6	6	2.5
53 - +	-	-	1	0.7	1	0.4
Toplam	91	100.0	152*	100.0	243	100.0

* Köydeki deneklerden birisinin annesi vefat etmiştir.

Tablo 4.1 den de görüldüğü gibi, ilçe ilkokuluna giden deneklerin annelerinin % 46.2'si 28-32, % 25.3 ü 33-37 yaş gruplarında; köy ilkokuluna giden deneklerin annelerinin ise % 38.1 i 28-32, % 29.6'sı 33-37 yaş gruplarında bulunmuştur.

Annelerin yaş ortalamaları; ilçede 32.72 ± 0.53 , köyde ise 34.24 ± 0.47 olarak saptanmıştır.

4.1.2. Deneklerin babalarının yaşları

Deneklerin babalarının yaşlarının yerleşim yerine göre dağılımının mutlak ve % değerleri Tablo 4.2'de olduğu gibidir.

Tablo 4.2. Deneklerin Babalarının Yaşlarının Yerleşim Yeri-
rine Göre Dağılımı.

Yaşlar	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
23 - 27	-	-	4	2.7	4	1.7
28 - 32	23	25.6	39	26.5	62	26.2
33 - 37	39	43.3	42	28.6	81	34.2
38 - 42	14	15.5	32	21.8	46	19.4
43 - 47	8	8.9	15	10.2	23	9.7
48 - 52	1	1.1	6	4.1	7	2.9
53 - +	5	5.6	9	6.1	14	5.9
Toplam	90 *	100.0	147*	100.0	237	100.0

* İlçede deneklerden birisinin köyde altısının babası vefat etmiştir.

Tablo 4.2 genel olarak incelendiğinde babaların çoğu 33-37 yaş grubundadır. İlçe ilkokuluna giden deneklerin babalarının % 43.3'ü, köy ilkokuluna giden deneklerin babalarının ise % 28.6'sı 33-37 yaş grubundadır. Genelde ikinci sırayı % 26.2 oranla 28 - 32, üçüncü sırayı ise % 19.4 oranla 38-42 yaş grubu almıştır.

Denek babalarının yaş ortalamaları; ilçede 37.01 ± 0.71 , köyde ise 37.33 ± 0.59 'dur.

4.1.3. Deneklerin annelerinin eğitim durumu

Deneklerin annelerinin eğitim durumunun yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 4.3'de görülmektedir.

Tablo 4.3. Deneklerin Annelerinin Eğitim Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Eğitim Durumu	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Okur-yazar değil	7	7.7	49	32.2	56	23.0
Okur yazar	5	5.5	19	12.5	24	9.9
İlkokul	61	67.0	81	53.3	142	58.5
Orta-Lise	18	19.8	3	2.0	21	8.6
Toplam	91	100.0	152*	100.0	243	100.0

* Köydeki deneklerden birinin annesi vefat etmiştir.

Tablo 4.3'den de görüldüğü gibi ilçedeki denek annelerinin % 7.7'si okuma-yazma bilmemektedirler. Köyde okuma yazma bilmeyen anne oranı ise % 32.2 olarak bulunmuştur. İki grupta da annelerin yarısından çoğu ilkokul mezunu olup, bu oranlar ilçede % 67.0, köyde ise % 53.3'dür.

4.1.4. Deneklerin babalarının eğitim durumu

Deneklerin babalarının eğitim durumunun yerleşim yerine göre dağılım % leri Tablo 4.4'de olduğu gibidir.

Tablo 4.4. Deneklerin Babalarının Eğitim Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Eğitim Durumu	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Okur-yazar değil	4	4.4	7	4.8	11	4.6
Okur-yazar	1	1.1	9	6.1	10	4.2
İlkokul	36	40.0	109	74.1	145	61.2
Ortaokul-lise	35	38.9	20	13.6	55	23.2
Yüksek okul	14	15.6	2	1.4	16	6.8
Toplam	90 [*]	100.0	147 [*]	100.0	237	100.0

* İlçede deneklerden birinin, köylerde deneklerden altısının babası vefat etmiştir.

Tablo 4.4 incelendiğinde, ilçede yüksek okul mezunu denek babaları % 15.6, köyde ise % 1.4 oranındadır. İlçedeki babaların % 40'ı, köydekilerin ise % 74.1'i ilkokul mezunudur. Denek babalarının yüksekokul ve ortaokul-lise mezuniyet durumlarında ilçe ve köy düzeyinde sırasıyla % 14.2 ve % 25.3 oranlarında farklılık vardır.

4.1.5. Deneklerin annelerinin meslek durumu

Denek annelerinin meslek durumunun yerleşim yerine göre dağılımına ilişkin mutlak ve % değerleri Tablo 4.5 de görülmektedir.

Tablo 4.5. Deneklerin Annelerinin Meslek Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Meslekler	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Ev Kadını	76	83.5	124	81.6	200	82.3
Memur	8	8.8	2	1.3	10	4.1
İşçi	5	5.5	6	3.9	11	4.6
Çiftçi	-	-	2	1.3	2	0.8
Serbest Meslek	2	2.2	18	11.9	20	8.2
Toplam	91	100.0	152*	100.0	243	100.0

* Köydeki deneklerden birinin annesi vefat etmiştir.

Tablo 4.5'den de görüldüğü gibi her iki yerleşim yerinde de annelerin çoğunluğu (ilçede % 83.5, köyde % 81.6) ev kadınıdır. Memur olarak çalışan denek annelerinin % 8.8 i ilçede, % 1.3 ü ise köyde bulunmaktadır. Köy grubundakilerin % 11.9'u serbest meslek sahibi olmalarına karşın bu oran ilçede % 2.2'dir.

Serbest meslek grubunda ilçede yorgan dikme ve halı işleme, köyde ise halı işleme yer almaktadır.

4.1.6. Deneklerin babalarının meslek durumu

Deneklerin babalarının meslek durumunun yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 4.6 da olduğu gibidir.

Tablo 4.6. Denek Babalarının Meslek Durumunun Yerleşim Yeri-
rine Göre Dağılımı

Meslekler	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Memur	48	53.3	14	9.5	62	26.2
İşçi	12	13.3	25	17.0	37	15.6
Çiftçi	5	5.6	52	35.4	57	24.1
Serbest Meslek	25	27.8	55	37.4	80	33.7
İşsiz	-	-	1	0.7	1	0.4
Toplam	90 [*]	100.0	147 [*]	100.0	237	100.0

* İlçedeki deneklerden birisinin, köyedeki deneklerden altısının babası vefat etmiştir.

Tablo 4.6 incelendiğinde; memur olan denek babalarının oranı ilçede % 53.3, köyde % 9.5'dir. Çiftçi olan denek babaları ise ilçede % 5.6 iken köyde % 35.4'dür. Serbest meslek sahibi olan babalar % 9.6 oranında köy lehine çoğunluktadır. Köyedeki serbest meslek sahibi babaların 26'sı balıkçılık yapmaktadırlar.

4.1.7. Deneklerin ailelerindeki birey sayısı

Deneklerin ailelerinde bulunan birey sayılarına ait mutlak ve % değerler Tablo 4.7 de verilmiştir.

Tablo 4.7. Deneklerin Ailelerindeki Birey Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Ailedeki Birey Sayısı	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
3 ve altı	3	3.3	9	5.9	12	4.9
4	27	29.7	29	18.9	56	23.0
5	36	39.6	49	32.0	85	34.8
6	16	17.6	27	17.7	43	17.6
7- +	9	9.8	39	25.5	48	19.7
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.7'den de görüldüğü gibi 5 kişilik ailelerin oranı ilçede % 39.6, köyde % 32.0'dir. 7 ve daha fazla sayıda bireylerden oluşan ailelerin oranı ise ilçede % 9.8 köyde % 25.5'dir.

Deneklerin ailelerindeki birey sayılarına ilişkin ortalama değerler ilçe grubunda 5.13 ± 0.14 , köy grubunda ise 5.53 ± 0.13 olarak bulunmuştur.

4.1.8. Deneklerin ailelerinin kaçınıcı çocuğu olduğu

Deneklerin ailelerinin kaçınıcı çocuğu olduğuna ilişkin değerler Tablo 4.8'de gösterilmiştir.

Tablo 4.8. Deneklerin Ailelerinin Kaçınıcı Çocuğu Olduğunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Kaçınıcı Çocuk	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
1	38	41.8	53	34.6	91	37.3
2	27	29.6	33	21.6	60	24.6
3	17	18.7	35	22.9	52	21.3
4	5	5.5	14	9.1	19	7.8
5-6	4	4.4	18	11.8	22	9.0
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.8'den de anlaşılacağı gibi, ilçedeki denekler % 41.8 oranla ailelerinin birinci çocuğudurlar. Ailelerinin 5-6. çocuğu olma oranı ise ilçede % 4.4 iken köyde % 11.8 olarak bulunmuştur.

4.1.9. Deneklerin kardeş sayısı

Deneklerin kardeş sayılarıyla ilgili sorunun cevaplarından alınan değerlere ilişkin değerler Tablo 4.9'da olduğu gibidir.

Tablo 4.9. Deneklerin Kardeş Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Kardeş Sayısı	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Kardeşsiz	1	1.1	8	5.2	9	3.7
1	36	39.6	42	27.5	78	32.0
2	37	40.7	49	32.0	86	35.2
3	9	9.8	30	19.6	39	16.0
4	4	4.4	14	9.2	18	7.4
5 +	4	4.4	10	6.5	14	5.7
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.9'dan da görüldüğü gibi 2 kardeşi olan deneklerin oranı ilçede % 40.7 köyde % 32'dir. Bir kardeşi olan çocuklar ilçede daha fazladır. 3 ve daha fazla kardeş sayısı oranı ilçede % 18.6 iken köyde % 35.3'e yükselmiştir.

Ortalama kardeş sayısı, ilçe grubunda 1.91 ± 0.12 , köy grubunda ise 2.21 ± 0.11 olarak bulunmuştur.

4.1.10. Deneklerin Ebeveynlerinin Evlilik Süresi

Araştırmaya alınan deneklerin ebeveynlerinin evlilik süresine ilişkin mutlak ve % değerler Tablo 4.10'da verilmiştir.

Tablo 4.10. Deneklerin Ebeveynlerinin Evlilik Süresinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Evlilik Süresi	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
7 - 9	13	14.6	12	8.3	25	10.7
10 - 12	28	31.5	36	25.0	64	27.5
13 - 15	28	31.5	34	23.6	62	26.6
16 - 18	9	10.1	22	15.3	31	13.3
19 - 21	7	7.8	21	14.6	28	12.0
22 - +	4	4.5	19	13.2	23	9.9
Toplam	89*	100.0	144*	100.0	233	100.0

* İlçedeki deneklerden birinin babası ölmüş, birisinin babası ayrı yaşamakta, köydekilerin ise altısının babası, birisinin annesi ölmüş ve ikisinin babası da ayrı yaşamaktadır.

Tablo incelendiğinde deneklerin ebeveynlerinin evlilik sürelerinin her iki grupta da 10-12 ve 13-15 yılda yoğunlaştığı görülmektedir. Bu oranlar 10-12 yılda ilçede % 31.5 köyde % 25, 13-15 yılda ilçede % 31.5 köyde % 23.6'dır. 22 yıl ve daha uzun süredir evli olan ebeveynler ilçede % 4.5 iken köyde % 13.2 olarak bulunmuştur.

4.1.11. Deneklerin ailelerinin aylık gelirleri

Araştırma kapsamına giren deneklerin ailelerinin aylık gelirleriyle ilgili veriler Tablo 4.11 de olduğu gibidir.

Tablo 4.11. Deneklerin Ailelerinin Aylık Gelirlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Aylık Gelir (T.L.)	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
40 binden az	7	7.7	33	21.6	40	16.4
40 - 59 bin	18	19.8	61	39.9	79	32.3
60 - 79 bin	28	30.8	20	13.0	48	19.7
80 - 99 bin	10	10.9	20	13.0	30	12.3
100 - 119 bin	3	3.3	3	2.0	6	2.5
120 - 139 bin	9	9.9	5	3.3	14	5.7
140 bin +	16	17.6	11	7.2	27	11.1
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

$$\chi^2 = 33.51$$

$$P < 0.05$$

Tablo 4.11.'den de görüldüğü gibi aylık gelirleri 40 bin liradan az olan aileler ilçede % 7.7, köyde % 21.6; gelirleri 140 bin liranın üzerinde olan aileler ise ilçede % 17.6, köyde % 7.2 olarak bulunmuştur.

İlçedekilerin aylık gelirleri % 30.8 oranla 60-79 bin lira, köyedekilerin ise aylık gelirleri % 39.9 oranla 40 - 59 bin lira arasında yoğunlaşmıştır. Deneklerin ailelerinin aylık gelirlerinin yerleşim yerleri arasında farklılık gösterdiği ve bu

farkın istatistiksel olarak önemli olduğu yapılan χ^2 kontrolünde saptanmıştır ($P < 0,05$).

Ailelerin aylık gelir ortalamaları, ilçede 93.500 ₺ 2247.0 TL. köyde 61.535 ₺ 3380.8 TL. olarak bulunmuştur.

4.2. Deneklerin Evleri İle İlgili Bazı Bilgiler

Bu bölüm; deneklerin, evlerinde kullanılan su kaynağı, evlerdeki oda sayısı, mutfağın konumu, yemek pişirilen ocak tipi, yemek pişirilen tencere cinsi, pişen yemeklerin saklandığı yer konularını kapsamaktadır.

4.2.1. Deneklerin evlerinde kullanılan su kaynağı

Her iki yerleşim yerinde ailelerin kullandıkları su kaynağı çeşmedir. Çeşmelerin bulunduğu yerlerin yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 4.12'de görülmektedir.

Tablo 4.12. Deneklerin Evlerinde Kullanılan Su Kaynağının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Çeşme Yeri	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Evin İçinde Yukarıda	82	90.1	93	60.8	175	71.7
Evin İçinde Aşağıda	7	7.7	30	19.6	37	15.2
Evin Dışında	2	2.2	30	19.6	32	13.1
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.12 den de görüldüğü gibi su kaynağı olarak kullanılan çeşmenin evin içinde olması, ilçe grubunda % 97.8 köy grubunda ise % 80.4 oranındadır. Çeşmesi evin dışında olan denek evlerinin oranı ise köy grubunda % 19.6'dır. İlçedeki denek evlerinden sadece 2'sinin çeşmesi evin dışındadır.

4.2.2. Deneklerin evlerindeki oda sayısı

Yerleşim yerlerine göre deneklerin evlerindeki oda sayısının mutlak ve % değerleri Tablo 4.13'de verilmiştir.

Tablo 4.13. Deneklerin Evlerindeki Oda Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Oda Sayısı	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
1	-	-	4	2.6	4	1.6
2	12	13.2	29	18.9	41	16.8
3	40	43.9	56	36.6	96	39.4
4	36	39.6	55	36.0	91	37.3
5	3	3.3	9	5.9	12	4.9
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.13'den de görüldüğü gibi her iki grupta da 3 ve 4 odalı evler çoğunluktadır. Tek odalı evler köy grubunda % 2.6 oranında olup ilçe grubunda tek odalı eve rastlanmamıştır. Buna karşın 5 odalı evlerin oranı köy grubunda % 5.9, ilçe grubunda ise % 3.3 olarak saptanmıştır.

Grupların her ikisinde de oda sayısına ilişkin ortalama değerler birbirine yakın bulunmuştur (ilçe 3.32 ± 0.078 , köy 3.24 ± 0.074).

4.2.3. Deneklerin evlerinde mutfağın konumu

Deneklerin evlerinde mutfağın konumuna ilişkin değerlerin dağılımı Tablo 4.14 de olduğu gibidir.

Tablo 4.14. Deneklerin Evlerinde Mutfağın Konumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Mutfanın Konumu	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Evin içinde Müstakil	83	91.2	114	74.5	197	80.7
Yemek Yenilen Yer ile Beraber	4	4.4	9	5.9	13	5.3
Çeşitli Kullanma Yeri ile Beraber	3	3.3	28	18.3	31	12.7
Evin Dışında	1	1.1	2	1.3	3	1.3
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.14'den de görüldüğü gibi evlerin çoğunda mutfak müstakildir (ilçede % 91.2, köyde % 74.5). Mutfanın oturma odası ya da yatak odası gibi çeşitli amaçlar için kullanılan yer ile birlikte olması ilçe grubunda % 3.3, köy grubunda ise % 18.3 oranlarındadır. Mutfak evin dışında olan denek evleri ise ilçe ve köy grubunda hemen hemen aynıdır (% 1.1, % 1.3).

4.2.4. Deneklerin evlerinde yemek pişirilen ocak tipi

Deneklerin evlerinde yaz ve kış mevsimlerinde yemek pişirmede kullanılan ocak tiplerine ilişkin değerler Tablo 4.15'de görülmektedir.

Tablo 4.15. Deneklerin Evlerinde Yemek Pişirilen Ocak Cinsinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Ocak Tipi	İLÇE				KÖY				TOPLAM			
	YAZ		KIŞ		YAZ		KIŞ		YAZ		KIŞ	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Bütangaz	86	94.5	82	90.1	131	85.6	78	51.0	217	88.9	160	65.6
Soba	-	-	9	9.9	-	-	69	45.1	-	-	78	31.9
Bütangaz ve Yer ocağı	4	4.4	-	-	17	11.1	5	3.3	21	8.6	5	2.1
Bütangaz ve Soba	1	1.1	-	-	5	3.3	1	0.6	6	2.5	1	0.4
TOPLAM	91	100.0	91	100.0	153	100.0	153	100.0	244	100.0	244	100.0

Tablo 4.15'den de görüldüğü gibi yemekler çoğunlukla bütangaz ocağında pişirilmektedir. Bütangaz ocağının kullanılmasına ilişkin bulgular yaz ve kış ilçe grubunda pek değişmemekle beraber (% 94.5, % 90.1) köy grubunda % 23.3 oranında yaz lehine bir fazlalık vardır (% 85.6; % 51.0) . Bunun nedeni, bu grupta kışın yemeği sobanın üstünde pişirenlerin (% 45.1) çok olmasından kaynaklanmaktadır.

4.2.5. Deneklerin evlerinde yemek pişirilen tencere cinsi

Araştırmaya alınan deneklerin evlerinde yemek pişirilen tencere cinslerine ait değerlerin dağılımları Tablo 4.16'da verilmiştir.

Tablo 4.16 Deneklerin Evlerinde Yemek Pişirilen Tencere Cinsinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Yerleşim Yeri	TENCERE												CINSİ												
	Alüminyum				Bakır				Emaye				Çelik				Basıncılı								
	Tercih			Toplam Puan	Tercih			Toplam Puan	Tercih			Toplam Puan	Tercih			Toplam Puan	Tercih			Toplam Puan					
1	2	3	1		2	3	1		2	3	1		2	3	1		2	3							
İLÇE	55	11	6	72	193	5	15	6	26	51	15	19	3	37	86	15	9	2	26	65	5	14	1	20	44
KÖY	125	16	1	142	408	6	45	3	54	111	10	39	8	57	116	8	1	3	12	29	3	2	1	6	14
TOPLAM	180	27	7	214	601	11	60	9	80	162	25	58	11	94	202	23	10	5	38	94	8	16	2	26	58

Tablo 4.16'ya göre ilçede en çok kullanılan tencere cinsi tercihlere göre sırasıyla ; alüminyum (193), emaye (86), çelik (65) ; köyde, alüminyum (408), emaye (116), bakır (111) olarak belirlenmiştir. Her iki yerleşim yerinde de en az tercih edilen tencere basıncılı tencedir (ilçede 44 , köyde 14 puan).

4.2.6. Deneklerin evinde pişen yemeklerin saklandığı yer

Piştirilen yemeklerin, yeme zamanına kadar ya da kalan yemeklerin nerede saklandığına ilişkin alınan cevapların mutlak ve yüzde değerleri Tablo 4.17'de verilmiştir.

Tablo 4.17 Deneklerin Evlerinde Pişen Yemeklerin Saklandığı Yerin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Saklama Yeri	İLÇE				KÖY				TOPLAM			
	KIŞ		YAZ		KIŞ		YAZ		KIŞ		YAZ	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Hemen Tüketilir	3	3.3	2	2.2	6	3.9	4	2.6	9	3.7	6	2.5
Tel Dolapta	25	27.5	6	6.6	80	52.3	21	13.7	105	43.0	27	11.1
Buz Dolabında	62	68.1	33	91.2	58	37.9	126	82.4	120	49.2	209	85.6
Açıkta	1	1.1	-	-	9	5.9	2	1.3	10	4.1	2	0.8
TOPLAM	91	100.0	91	100.0	153	100.0	153	100.0	244	100.0	244	100.0

Tablo 4.17 incelendiğinde, yemeklerini yazın buzdolabında saklayan denek ailelerinin oranları ilçede % 91.2 köyde % 82.4 ; kışın ise ilçede % 68.1, köyde % 37.9'dur. Kışın yemeklerin buzdolabı dışında da kolay saklanabilmesi nedeniyle her iki yerleşim yerinde de tel dolap kullanımını artırmakla beraber, bu artış köy grubunda daha fazladır(% 52.3)

4.3. Deneklerin Ailelerinde Uygulanan Bazı Beslenme Alışkanlıkları

Araştırma kapsamına alınan deneklerin ailelerinde uygulanan bazı beslenme alışkanlıkları adlı bölümde ; ailelerde uygulanan yemek servisi durumu, pişirilen yemeklerin tüketilme durumu, yemek saatlerinin düzeni, yemek saatlerinin düzensiz olma nedenleri ile ilgili konular incelenmiştir.

4.3.1. Deneklerin ailelerinde yemek servisi durumu

Deneklerin ailelerinin yemek servisine ilişkin uygulamalarının yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 4.18' de mutlak ve % değerleri ile verilmiştir.

Tablo 4.18 Deneklerin Ailelerinde Yemek Servisi Durumunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Servis Durumu	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Tek Kap	62	68.1	144	94.1	206	84.4
Bazen Tek Kap	10	11.0	4	2.6	14	5.8
Ayrı Kap	19	20.9	5	3.3	24	9.8
TOPLAM	91	100.0	153	100.0	244	100.0

$$\chi^2 = 27.91$$

$$P < 0,05$$

Tablo 4.18'den de görüldüğü gibi yemeklerini tek kaptan yiyen aileler ilçe grubunda % 68.1, köy grubunda ise % 94.1 oranındadır. Sofrada herkese ayrı tabak içinde yemek servisi yapan ailelerin oranları ilçede %20.9, köyde % 3.3'dür. Araştırma kapsamına alınan ailelerin çoğu (% 84.4) ortaya konan tek kaptan yemek yedikleri için yiyeceklerin bireyler arasında eşit ya da bireyin gereksinimini karşı - layacak şekilde tüketilme olanağı olmayabilir. Deneklerin ailelerinde yemek servisi durumu yerleşim yerlerine göre önemli bulunmuştur ($P < 0.05$) .

1974 Türkiye Ulusal Beslenme Araştırması Bulgularında da, ailelerin % 69.9'unun yemeklerini ortaya konan tek kaptan, % 36.1'inin ise herkese ayrı bir yemek tabağı koyarak tüketmekte oldukları belirtilmiştir(Baykan, 1978).

Araştırma kapsamına giren ve ortaya konan tek kaptan yemek yiyen ailelere, "tek kaptan yemek yemenin sizce bir sakıncası var mı" diye sorulmuş, alınan cevapların tümü "hayır" olarak belirlenmiştir.

4.3.2. Deneklerin ailelerinde pişirilen yemeklerin tüketilme durumu

Et yemekleri , sebze yemekleri, pilav-makarna, kurubaklagiller, hamur işleri gibi yemek çeşitlerini pişirildikten sonra tüketilme durumu Tablo 4.19'da olduğu gibidir. Buna göre, deneklerin ailelerinin % 92.2'sinde piav-makarnanın , % 57.4'ünde hamur işlerinin, % 47.9'unda et yemeklerinin, % 47.1'inde sebze yemeklerinin, % 21.3'ünde ise kurubaklagillerin pişirildikleri gün tüketildiği görülmektedir. Özellikle sebze yemeklerinin pişirildiği gün tüketilmesi besin ögesi kayıplarını önlemek açısından önem taşımaktadır.

4.3.3. Deneklerin ailelerinde yemek saatlerinin düzeni

Yerleşim yerine göre deneklerin ailelerindeki yemek saatlerinin düzenli olup olmadığını gösterir değerler Tablo 4.20'de verilmiştir.

Tablo 4.20 Deneklerin Ailelerinde Yemek Saatlerinin Düzenli Olup Olmadığının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Yemek Saatleri	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yemek Saatleri Düzenli	85	93.4	135	88.2	220	90.2
Yemek Saatleri Düzenli Değil	6	6.6	18	11.8	24	9.8
TOPLAM	91	100.0	153	100.0	244	100.0

$$\chi^2 = 2.85$$

$$P > 0.05$$

Tablo 4.19. Deneklerin Ailelerinde Pişirilen Yemeklerin
Tüketilme Durumunun Yerleşim Yerine Göre
Dağılımı

Tüketilme Durumu	Y E M E K L E R									
	Et Yemekleri		Sebze Yemekleri		Pilav Makarna		Kuru Baklagiller		Hamur İşleri	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
İLÇE										
Aynı Gün Tüketilir	46	50.5	44	48.4	83	91.2	23	25.3	58	63.7
Ertesi Güne Kalır	43	47.3	44	48.4	7	7.7	66	75.5	30	33.0
Bazen Ertesi Güne Kalır	2	2.2	3	3.2	1	1.1	2	2.2	3	3.3
Toplam	91	100.0	91	100.0	91	100.0	91	100.0	91	100.0
KÖY										
Aynı Gün Tüketilir	71	46.4	71	46.4	142	92.8	29	18.9	82	53.6
Ertesi Güne Kalır	69	45.1	71	46.4	9	5.9	121	79.1	65	42.5
Bazen Ertesi Güne Kalır	13	8.5	11	7.2	2	1.3	3	2.0	6	3.9
Toplam	153	100.0	153	100.0	153	100.0	153	100.0	153	100.0
İLÇE VE KÖY TOPLAMI										
Aynı Gün Tüketilir	117	47.9	115	47.1	225	92.2	52	21.3	140	57.4
Ertesi Güne Kalır	112	45.9	115	47.1	16	6.6	187	76.6	95	38.9
Bazen Ertesi Güne Kalır	15	6.2	14	5.8	3	1.2	5	2.1	9	3.7
Toplam	244	100.0	244	100.0	244	100.0	244	100.0	244	100.0

Tablo 4.20 incelendiğinde ilçe grubundaki deneklerin ailelerinin % 93.4'ünün yemek saatlerinin düzenli, % 6.6'sının düzensiz; köy grubunda ise deneklerin ailelerinin % 88.2'sinin yemek saatlerinin düzenli, % 11.8'inin düzensiz olduğu saptanmıştır. Yerleşim yerleri arasında yemek saatlerinin düzeni bakımından istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır ($P > 0.05$).

4.3.4. Deneklerin ailelerinde yemek saatlerinin düzensiz olmasının nedenleri

Yerleşim yerlerine göre yemek saatlerinin düzensiz olmasının nedenleri mutlak ve % değerleriyle Tablo 4.21'de gösterilmiştir.

Tablo 4.21 Deneklerin Ailelerinde Yemek Saatlerinin Düzensiz Olma Nedenleri Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Düzensiz Olma Nedeni	İLÇE n = 6		KÖY n=18		TOPLAM n = 24	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Anne Çalışıyor	3	50.0	3	16.7	6	25.0
Herkes Geldikçe Yiyiyor	3	50.0	14	77.8	17	70.8
Ne Zaman Acıkıldı O Zaman Yeniyor	-	-	1	5.5	1	4.2
TOPLAM	6	100.0	18	100.0	24	100.0

Tablo 4.21'den de görüldüğü gibi deneklerin ailelerinin yemek saatlerinin düzensiz olmasının nedenleri ailelerin % 25'inde annelerin çalışması, % 70.8'inde herkesin eve geldikçe yemek yemesi, % 4.2'sinde ise herkesin acıktığı zaman yemek yemek istemesi olarak saptanmıştır.

4.4. Deneklerin Bazı Beslenme Alışkanlıkları

Bu bölüm , deneklerin günlük tükettikleri öğün sayısı, tükettikleri öğünler, öğün atlama nedenleri, yemek seçme durumları, seçtikleri yemekler, temel öğünler dışında yiyecek tüketme durumları, temel öğünler dışında tükettikleri yiyecekler konularını içermektedir.

4.4.1. Deneklerin günlük tükettikleri öğün sayısı

Araştırma kapsamına giren deneklerin günlük tükettikleri öğün sayısının mutlak ve yüzde değerleri Tablo 4.22'de görülmektedir.

Tablo 4.22 Deneklerin Günlük Tükettikleri Öğün Sayısının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Öğün Sayısı	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
2	7	7.7	16	10.5	23	9.4
3	46	50.5	86	56.2	132	54.1
4	38	41.8	51	33.3	89	36.5
TOPLAM	91	100.0	153	100.0	244	100.0

$$\chi^2 = 1.91$$

$$P > 0.05$$

Tablo 4.22'den de görüldüğü gibi genel olarak deneklerin çoğu (% 54.1) günlük yiyeceklerini üç öğünde tüketmektedirler. Günde iki öğün yemek yiyen deneklerin oranı ise ilçe grubunda % 7.7 , köy grubunda % 10.5 olarak belirlenmiştir. Günlük öğün sayısı bakımından yerleşim yerleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemli değildir ($P>0.05$). İlçe ve köyde beslenme alışkanlıklarının benzer olmasının bu sonuç üzerinde etkisi olabilir.

4.4.2. Deneklerin tükettikleri öğünler

Deneklerin günlük öğünleri tüketme durumlarının yerleşim yerine göre dağılımına ait veriler Tablo 4.23'te olduğu gibidir. Buna göre her iki yerleşim yerinde de sabah, öğle ve akşam öğünlerini devamlı tüketen deneklerin oranı yüksektir. Özellikle sabah kahvaltısının hiç yapılmamasının % 3.7 gibi çok düşük bir oranda olması sevindiricidir. Fleck (1971), ilkokul çocukları arasında en çok ihmal edilen öğünün sabah kahvaltısı olduğunu bildirmiştir. Bu durum çocuklarda fiziksel rahatsızlıklara neden olabileceği gibi sınıftaki başarı durumlarını da etkileyebilir (Renner 1986).

Güneyli (1984), Ankara'da sosyo-ekonomik yönden farklı üç ilkokulda yaptığı araştırmada öğrencilerin çoğunlukla sabah kahvaltısı yaptıklarını, kahvaltılarını düzensiz olarak yapan öğrencilerin oranını ise % 20.6 olarak saptamıştır.

Tablo 4.23. Deneklerin Günlük Öğünleri Tüketim Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.

Öğünleri Tüketme Durumu	Ö Ğ Ü N L E R							
	Sabah		Öğle		Akşam		Ara	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
İLÇE								
Evet	86	94.5	86	94.5	91	100.0	42	46.2
Hayır	4	4.4	2	2.2	-	-	33	36.3
Bazen	1	1.1	3	3.3	-	-	16	17.5
Toplam	91	100.0	91	100.0	91	100.0	91	100.0
KÖY								
Evet	145	94.8	142	92.8	152	99.3	53	34.6
Hayır	5	3.3	5	3.3	-	-	61	39.9
Bazen	3	1.9	6	3.9	1	0.7	39	25.5
Toplam	153	100.0	153	100.0	153	100.0	153	100.0
İLÇE VE KÖY TOPLAMI								
Evet	231	94.7	228	93.4	243	99.6	95	39.0
Hayır	9	3.7	7	2.9	-	-	94	38.5
Bazen	4	1.6	9	3.7	1	0.4	55	22.5
Toplam	244	100.0	244	100.0	244	100.0	244	100.0

4.4.3. Deneklerin öğün atlama nedenleri

Öğünlerin denekler tarafından tüketilmeme nedenlerinin yerleşim yerine göre dağılımına ait değerler Tablo 4.24'de görüldüğü gibidir.

Tablo 4.24. Deneklerin Öğün Atlama Nedenlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Öğün Atlama Nedeni	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
İştahı yok Canı istemiyor	48	81.4	90	75.6	138	77.5
İstediği Yiyecek Olmadığı için	11	18.6	28	23.5	39	21.9
Zaman Yok	-	-	1	0.9	1	0.6
Toplam	59	100.0	119	100.0	178	100.0

Tablo 4.24'e göre ilçe ve köy grubunda deneklerin çoğu iştahları olmadığı için (% 81.4, % 75.6) öğün atlamaktadırlar. İstediği yiyecek olmadığı için öğün atlayan denekler ise ilçede % 18.6, köyde % 23.5 olarak bulunmuştur. Köyde 1 öğünün yenmeme nedeni de zamanın olmaması olarak belirlenmiştir.

4.4.4. Deneklerin Yemek Seçme Durumları

Deneklerin yemek seçip seçmediklerine ilişkin mutlak ve % değerler Tablo 4.25'de verilmiştir.

Tablo 4.25. Deneklerin Yemek Seçme Durumlarınının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Yemek seçme Durumu	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yemek Seçer	44	48.4	93	60.8	137	56.2
Yemek Seçmez	47	51.6	60	39.2	107	43.8
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

$$\chi^2 = 3.60$$

$$P > 0.05$$

Tablo 4.25 incelendiğinde ilçe grubunda % 48.4, köy grubunda ise % 60.8 oranında deneğin yemek seçtikleri görülmektedir. Deneklerin yemek seçme durumu bakımından yerleşim yerleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemli değildir ($P > 0.05$).

4.4.5. Deneklerin seçtikleri yemekler

Deneklerin seçtiği yemek çeşitlerinin yerleşim yerine göre dağılımı Tablo 4.26'da verilmiştir.

Tablo 4.26. Deneklerin Seçtikleri Yemek Çeşitlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Sevilmeyen Yemek Çeşitleri	İLÇE n = 44		KÖY n = 93		TOPLAM n = 137	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Et Yemekleri	14	31.8	22	27.3	36	49.3
Sebze Yemekleri	31	70.5	65	60.5	96	70.1
Kurubaklagiller	12	27.3	13	14.0	25	18.2
Süt ve Süt Ürünleri	3	6.8	1	1.1	4	2.9
Pilavlar	6	13.6	4	4.3	10	10.8
Çorbalar	2	4.5	11	11.8	13	9.5

Tablo 4.26'dan da görüldüğü gibi, ilçede deneklerin sevmediği yemeklerin başında %70.5 oranla sebzeler gelmektedir. İkinci derecede sevilmeyen yemek grubu et yemekleridir (%31.8). Köy grubunda da en çok sevilmeyen yemek çeşitleri sebze ve et yemekleridir (%60.5,%27.3). Her iki yerleşim yerinde de sevilmeyen sebzeler ; sırasıyla,bakla, bamye, patlıcan olarak saptanmıştır.

Özgür ve Özgür (1970), Torbalı Sosyallezasyon Bölgesinde yaptıkları araştırmada ; köy ve ilçe çocuklarının sevmediği başlıca besinlerin kış sebzeleri olduğunu , bunların

içinden de pırasa ve kerevizin özellikle sevilmediğini belirlemişlerdir.

Deneklerin seçtikleri yemeklerin tüketilme durumu ile ilgili değerlere ilişkin veriler Tablo 4.27'de olduğu gibidir.

Tablo 4.27. Deneklerin Seçtikleri Yemekleri Tüketme Durumlarının Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı.

Seçilen Yemeklerin Tüketilme Durumu	İLÇE n=44		KÖY n= 93		TOPLAM n=137	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Evde Sık Pişmiyor ve Yemiyor	15	34.1	50	53.8	65	47.4
Evde Sık Pişiyor ve Yiyor	13	29.6	27	29.0	40	29.2
Evde Sık Pişiyor Ama Yemiyor	16	36.3	16	17.2	32	23.4
Toplam	44	100.0	93	100.0	137	100.0

Tablo 4.27 incelendiğinde ilçe grubundaki deneklerden %29.6'sının evinde sevilmeyen yiyeceklerin sık piştiği ve denek tarafından da yendiği saptanmıştır. Bu oran köy grubunda ise %29.0'dur. Evlerinde sıklıkla piştiği halde sevmedikleri yemekleri yemeyen denekler ise ilçede % 36.3, köyde %17.2 oranlarında olup, köyde ilçe grubunun yarısı kadardır.

Yemek seçen 137 deneğin sevdikleri yemekleri tüketme durumlarına ilişkin mutlak ve % değerler Tablo 4.28'de olduğu gibidir.

Tablo 4.28. Deneklerin Sevdikleri Yemekleri Tüketme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.

Sevilen Yemeklerin Tüketilme Durumu	İLÇE n=44		KÖY n =93		TOPLAM n=137	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Her Zaman Yer	31	70.5	63	67.7	94	68.6
Bazen Yer	13	29.5	30	32.3	43	31.4
Toplam	44	100.0	93	100.0	137	100.0

$$\chi^2=3.16$$

$$P>0.05$$

Tablo 4.28'e göre, ilçede deneklerin %70.5'inin sevdikleri yemekleri her zaman yediği, %29.5'inin ise seyrek yiyebildikleri belirlenmiştir. Köy grubunda bu oranlar %67.7, %32.3 olup, iki grup arasında istatistiksel olarak önemli bir fark yoktur ($P>0.05$).

Sevilmeyen yemeklerin her zaman yenilememesine çoğunlukla yiyeceklerin pahalı olması (ilçede %53.9, köyde %53.3) ve annenin sıra ile pişirmesi neden olmaktadır (ilçede %38.5, köyde %43.3). İlçede bazı denek annelerinin çalışması, köyde ise sevilen yiyeceklerin köyde her zaman bulunamaması bu yiyeceklerin sıklıkla tüketilememesinin diğer nedenleri olarak saptanmıştır (%7.6, %3.4).

4.4.6. Deneklerin temel öğünler dışında yiyecek tüketme durumları.

Araştırma kapsamına alınan deneklerin temel öğünler dışında yiyecek yeme durumlarına ilişkin veriler Tablo 4.29' de verilmiştir.

Tablo 4.29. Deneklerin Temel Öğünler Dışında Yiyecek Tüketme Durumlarının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.

Yiyecek Tüketme Durumu	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yiyecek Yer	53	58.2	85	55.6	138	56.6
Bazen Yer	6	6.6	11	7.1	17	7.0
Yiyecek Yemez	32	35.2	57	37.3	89	36.4
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

$$\chi^2 = 0.16$$

$$P > 0.05$$

Tablo 4.29'dan da görüldüğü gibi temel öğünler dışında yiyecek yiyen deneklerin oranı ilçede %58.2 köyde ise %55.6 olarak saptanmıştır. Aralarda yiyecek yemeyen denekler ise ilçe grubunda %35.2 köy grubunda %37.3'dur. Temel öğünler dışında yiyecek tüketme durumu yerleşim yerlerine göre önemli değildir ($P > 0.05$).

4.4.7. Deneklerin temel öğünler dışında tercih ettikleri yiyecek çeşitleri

Deneklerin temel öğünler dışında tercih ettikleri yiyecek çeşitlerine ilişkin veriler Tablo 4.30'da olduğu gibidir.

Tablo 4.30. Deneklerin Temel Öğünler Dışında Tercih Ettikleri Yiyecek Çeşitlerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.

Tüketilen Yiyecekler	İLÇE					KÖY					TOPLAM				
	Tercih			TOPLAM	PUAN	Tercih			TOPLAM	PUAN	Tercih			TOPLAM	PUAN
	1	2	3			1	2	3			1	2	3		
Meyve	40	14	-	54	160	65	37	4	106	273	105	51	4	160	421
Kuruyemiş	7	13	3	23	50	46	36	6	88	216	53	49	9	111	266
Ekmek-Peynir	29	16	4	49	123	29	4	2	35	97	58	20	6	84	220
Süt-Yoğurt	1	1	1	3	6	1	4	-	5	11	2	5	1	8	17
Çikolata	-	4	8	12	16	-	9	10	19	28	-	13	18	31	44
Bisküvi	4	9	3	16	33	3	7	5	15	28	7	16	8	31	61

(Tablo 4.30'a) göre temel öğünler dışında en çok tüketilen yiyecekler sırasıyla ; ilçede 160 puanla meyve, 123 puanla ekmek-peynir, 50 puanla kuruyemiş; köyde 273 puanla meyve, 216 puanla kuruyemiş, 97 puanla ekmek-peynir olarak saptanmıştır. En az tercih edilen yiyecekler ise ilçede 6, köyde 11 puanla süt-yoğurt'dur.

Güneyli (1984), Ankara'da yaptığı bir araştırmada temel öğünler dışında yenen yiyeceklerin başında tahıl türevlerinin birinci, meyve'nin ise ikinci sırada yer aldığı belirlemiştir.

4.5. Deneklerin Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluğu

Bu bölümde deneklerin vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

4.5.1. Deneklerin vücut ağırlığı

Araştırma kapsamına giren deneklerin vücut ağırlığı ölçümlerine ilişkin verilerin dağılımı Tablo 4.31'de görülmektedir.

Tablo 4.31. Deneklerin Vücut Ağırlığının Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Erkek ve Kız Birlikte)

Vücut Ağırlığı (kg)	İLÇE		KÖY		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
15 den az	-	-	1	0.7	1	0.4
16-18	6	6.6	5	3.3	11	4.5
19-21	19	20.9	17	11.1	36	14.8
22-24	17	18.7	31	20.3	48	19.7
25-27	17	18.7	36	23.6	53	21.7
28-30	20	21.9	33	21.6	53	21.7
31-33	7	7.7	12	7.8	19	7.8
34-36	3	3.3	12	7.8	15	6.2
37-39	-	-	3	1.9	3	1.2
40 ve üzeri	2	2.2	3	1.9	5	2.0
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.31'de görüldüğü gibi ilçe grubunda vücut ağırlığı 15 kg dan az çocuk bulunamamıştır. Köy grubunda ise 1 kişi bu kg'ın altındadır. Vücut ağırlıkları genellikle 24 kg'ın üzerindedir. İlçe grubu %21.9 oranla 28-30 kg'da,

köy grubu ise %23.6 oranla 25-27 kg da diğer ağırlık gruplarına göre yoğundur.

Deneklerin vücut ağırlığı ölçümlerinin ortalama ve standart sapmaları Tablo 4.32'de verilmiştir.

Tablo 4.32. Yerleşim Yerine Göre Deneklerin Vücut Ağırlığı Ölçümlerinin Ortalama (\bar{x}), Standart Sapma (S) ve Standart Hata ($S\bar{x}$) Değerleri (kg)

Yerleşim Yeri ve Cinsiyet	n	\bar{X}	S	$S\bar{X}$	t	P	
Genel	İlçe	91	25.42	5.34	0.56	1.67	>0.05
	Köy	153	26.61	5.69	0.46		
Erkek	İlçe	46	25.49	4.47	0.67	2.15	<0.05
	Köy	83	27.41	4.92	0.54		
Kız	İlçe	45	25.33	6.03	0.90	0.58	>0.05
	Köy	70	25.89	5.61	0.67		

Tablo 4.32'de görüldüğü gibi deneklerin vücut ağırlığı ortalamaları ; ilçede kızlar 25.33 ± 0.90 , erkekler 25.49 ± 0.67 , köyde kızlar 25.89 ± 0.67 erkekler 27.41 ± 0.54 'dür. Genel vücut ağırlığı ortalamaları ise ilçe grubunda $25.42 \pm 0,56$, köy grubunda 26.61 ± 0.46 'dir. İlçe ve köy grubundaki deneklerin genel vücut ağırlığı ortalamalarının kıyaslaması yapılmış, 0.05 yanılma düzeyinde önemli bulunmamıştır $P > 0.05$ ($t=1.67$). Erkek öğrencilerin vücut ağırlığı ortalamaları bakımından ilçe ve köy grubu arasındaki

fark istatistiksel olarak önemlidir $P < 0.05$ ($t = 2.15$), yerleşim yerine göre kız deneklerin vücut ağırlığı ortalamaları arasındaki fark ise istatistiksel olarak önemli değildir $P > 0.05$ ($t = 0.58$).

Tablo 4.33'de deneklerin vücut ağırlığı ölçümlerinin standarda göre değerlendirilmesine ilişkin mutlak ve % değerlerin yerleşim yerine göre dağılımı görülmektedir.

Tablo 4.33. Deneklerin Vücut Ağırlığı Ölçümlerinin Standart ile Değerlendirilmesinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.

	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Normal Üstü	2	4.4	3	6.7	4	4.8	3	4.3	12	4.9
Normal	41	89.1	35	77.8	77	92.8	58	82.9	211	86.5
Zayıf	3	6.5	7	15.5	2	2.4	9	12.9	21	8.6
TOPLAM	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

Tablo 4.33'den de görüldüğü gibi; ilçede erkek çocukların %89.1'i normal, %6.5'i zayıf, kızların %77.8'i normal, %15.5'i zayıftır. İlçe grubunda toplam çocukların %5.5'inin normal üstü ağırlıkta olduğu bulunmuştur. Köyde ise erkek çocukların %92.8'i normal, %2.4'ü zayıf, kızların %82,9'u normal %12.9'u zayıftır. Köy grubunda toplam çocukların %4.6'sının normal üstü ağırlıkta olduğu saptanmıştır.

Ulusal Beslenme-Sağlık ve Gıda Tüketim Araştırmasının (Köksal 1977) bulgularına göre 5-17 yaş grubu erkeklerin %16.4'ü, kızların da %16.4'ü standarda göre olmaları gereken ağırlığın %80'den azına sahip bulunmuşlardır. Pekcan (1982) Ankara'da 10-12 yaş grubu erkek çocukların %60'ının normal, %24.2 sinin normal üstü , %13.7' sinin zayıf ; kız çocukların %46.0'sinin normal, %35.8' inin normal üstü, %15.8'inin zayıf olduğunu saptamıştır.

Araştırmamızdaki deneklerin vücut ağırlığı bulguları diğer araştırma bulgularına (Topçu 1978; Güneyli 1986) benzemekte olup her iki grupta da çoğunlukla normal standartlar içindedir.

4.5.2. Deneklerin boy uzunluğu

Araştırmaya alınan deneklerin boy uzunluğu ölçümlerine ilişkin mutlak ve % değerler Tablo 4.34'de verilmiştir.

Tablo 4.34. Deneklerin Boy Uzunluğunun Yerleşim Yerine Göre Dağılımlı (Erkek ve Kız Birlikte)

Boy Uzunluğu (cm)	<u>İLÇE</u>		<u>KÖY</u>		<u>TOPLAM</u>	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
113 ve daha az	11	12.1	8	5.3	19	7.8
114-116	8	8.8	4	2.6	12	4.9
117-119	10	10.9	14	9.1	24	9.8
120-122	6	6.6	10	6.5	16	6.6
123-125	3	3.3	18	11.8	21	8.6
126-128	9	9.9	20	13.1	29	11.9
129-131	11	12.1	15	9.8	26	10.6
132-134	11	12.1	18	11.8	29	11.9
135-137	9	9.9	18	11.8	27	11.1
138-140	5	5.5	9	5.9	14	5.7
141-143	5	5.5	10	6.5	15	6.2
144-146	1	1.1	4	2.6	5	2.1
147-149	-	-	3	1.9	3	1.2
150 ve üzeri	2	2.2	2	1.3	4	1.6
Toplam	91	100.0	153	100.0	244	100.0

Tablo 4.34 incelendiğinde ilçe grubunda boy uzunluğu 113 cm ve daha kısa olan çocukların oranı %12.1, köy grubunda ise %5.3'dür. Boyu 150 cm. ve daha fazla olan

çocukların oranı ilçede %2.2 köyde %1.3 olarak bulunmuştur.

Deneklerin boy uzunluğu ölçümlerinin ortalama ve standart sapmaları Tablo 4.35'de verilmiştir.

Tablo 4.35. Yerleşim Yerine Göre Deneklerin Boy Uzunluğu Ölçümlerinin Ortalama (\bar{X}), Standart Sapma (S) ve Standart Hata ($S\bar{X}$) Değerleri (cm).

Yerleşim Yeri ve Cinsiyet	n	\bar{X}	S	$S\bar{X}$	t	P	
Genel	İlçe	91	126.91	10.22	1.07	1.72	>0.05
	Köy	153	129.23	9.46	0.77		
Erkek	İlçe	46	126.78	9.01	1.33	2.28	<0.05
	Köy	83	130.54	8.52	0.93		
Kız	İlçe	45	127.02	11.41	1.69	2.09	>0.05
	Köy	70	129.61	10.42	1.24		

Tablo 4.35'e göre deneklerin boy uzunluğu ortalamaları ; ilçede kızlar 127.02 ± 1.69 erkekler 126.78 ± 1.33 ; köyde kızlar 129.61 ± 1.24 erkekler 130.54 ± 0.93 'tür. Genel boy uzunluğu ortalamaları arası fark 0.05 yanılma düzeyinde istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır $P > 0.05$ ($t=1.72$). Erkek öğrencilerin boy uzunluğu ortalamaları bakımından ilçe ve köy grubu arasındaki fark önemlidir $p < 0.05$ ($t=2.28$). Kız öğrencilerin boy uzunluğu ortalamaları açısından ilçe ve köy arasındaki fark ise istatistiksel olarak önemli değildir $P > 0.05$ ($t=2.09$).

Deneklerin boy uzunluğu ölçümlerinin standarda göre değerlendirilmesi Tablo 4.36'de görülmektedir.

Tablo 4.36. Deneklerin Boy Uzunluğu Ölçümlerinin Standart ile Değerlendirilmesinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı.

	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Normal Üstü	-	-	1	2.2	-	-	3	4.3	4	1.6
Normal	44	95.7	43	95.6	83	100.0	66	94.3	236	96.8
Kısa	2	4.3	1	2.2	-	-	1	1.4	4	1.6
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

Tablo 4.36 dan'da görüldüğü gibi ilçe ve köy gruplarında deneklerin çoğunun boyları normal uzunluktadır. Bu oranlar ilçede erkekler için %95.7 kızlar için %95,6; köyde, erkekler için %100 kızlar için ise %94.3'dür. İlçe- de ve köyde boyu normalin üzerinde olan erkek çocuk yoktur. İlçede boyu kısa olan erkek çocukların oranı ise %4.3 dür. Kızlarda boyu normal uzunluğun üstünde olanlar ilçe grubun- da %2.2, köy grubunda ise %4.3 dür. Boyu kısa olan kızlar ilçede %2.2 köyde %1.4 oranlarındadır.

Ulusal Beslenme-Sağlık ve Gıda Tüketim Araştırması (Köksal 1977), bulgularına göre 5-17 yaş grubu erkeklerin %3.6'sı, kızların %4.5'i kısa boylu olarak saptanmıştır.

Güneyli (1977); Çubuk İlçe Merkezinde 10-14 yaş grubu çocuklarda, kızların %8, erkeklerin %16.7'sinin; köylerde ise kızların %7.9'unun erkeklerin %5.2'sinin kısa boylu olduklarını saptamıştır.

Bu araştırmadaki çocukların boy uzunluğu bulguları diğer araştırma bulgularına benzer düzeydedir. Araştırma bulgularımıza göre köylerde ilçe merkezine nazaran, kısa boylu çocuk oranı daha azdır.



4.6. Deneklerin Besin Tüketimi

Araştırmaya alınan deneklerin ailelerinde 24 saati hatırlatma yöntemi ile saptanan besin tüketiminden yararlanılarak bulunan, birey başına düşen günlük ortalama besin gruplarının çeşit ve miktarları Tablo 4.37-a ve 4.37-b'de verilmiştir.

Tablo 4.37-a ve 4.37-b'den de görüldüğü gibi besin tüketim araştırmasından elde edilen bulgularla, araştırmaya alınan 10-12 yaş grubu erkek deneklerde ilçe grubunda kişi başına günlük ortalama 65.1 gram köy grubunda ise 167.5 gram yufka ekmeği tüketildiği saptanmıştır. Kız deneklerin yufka ekmeği tüketimi her iki grupta da erkeklerden daha düşüktür (52.2 gram, 144.2 gram). Köy grubunda yufka ekmeği tüketiminin daha fazla olmasına karşın; ekmek ilçe grubunda daha çok tüketilmektedir. 7-9 yaş grubundaki deneklerde de köy grubundakilerin yufka ekmeği tüketimi ilçedekilerden, ilçedekilerin ekmek tüketimi ise köyedekilerden daha fazladır. Ulusal ortalama göre birey başına ortalama 401.6 gr. ekmek düşmektedir (Köksal 1977). Pekcan (1982), yaptığı araştırmada 10-12 yaş grubunda ekmek tüketimini 298.5 gram olarak saptamıştır. 7-9 yaş grubu için önerilen günlük ekmek tüketimi miktarı 200, 10-12 yaş grubu için önerilen miktar ise 250 gramdır (Baysal 1984a).

Tablo 4.37-a. Birey Başına Düşen Ortalama Besin Tüketim:
Düzeyi (7-9 Yaş Grubu)

Günlük Ortalama Tüketim Düzeyi Birey Başına (gram)			
Besin Grupları	İLÇE	KÖY	GENEL ORTALAMA
1. Tahıllar			
Yufka Ekmek	40.9	120.1	80.5
Ekmek	239.5	83.3	161.4
Bulgur	15.0	30.8	22.8
Pirinç	24.6	17.8	21.2
Makarna, şehriye	16.6	20.1	18.4
Tarhana	3.0	1.2	2.1
Un	10.8	26.4	18.6
Diğerleri	5.4	1.4	3.4
2. Et, yumurta, kurubaklagil			
Et ve ürünleri	32.9	18.4	25.6
Tavuk , balık	21.6	9.8	15.7
Yumurta	25.3	15.5	20.4
Kurubaklagiller	12.6	19.8	16.2
Yağlı tohumlar	2.4	2.7	2.6
3. Süt ve süt ürünleri			
Süt	27.7	16.9	22.3
Yoğurt	25.9	9.8	17.9
Peynir	18.0	17.7	17.9
4. Taze ve kuru sebzeler			
Yeşil yabraklı sebzeler	32.3	22.7	22.5
Patates	20.0	20.1	20.1
Kuru soğan	13.5	10.2	11.9
Kuru sebzeler	4.2	4.1	4.2
Diğerleri	66.8	55.2	61.0
5. Taze ve kuru meyveler			
Turunçgiller	17.6	7.5	12.6
Diğerleri	67.3	37.7	52.5
Kuru meyveler	3.5	2.3	2.9
6. Yağlar			
Margarin	8.2	4.7	6.5
Hayvansal yağ	5.2	4.7	5.0
Bitkisel sıvı yağ	18.6	19.7	19.2
7. Şeker ve benzeri			
Şeker	37.9	29.5	33.7
Reçel, bal	2.9	1.6	2.3
Pekmez	1.8	1.7	1.8
8. Diğerleri			
Zeytin	5.3	6.9	6.1
Salca	2.2	1.5	1.9

Tablo 4.37-b. Birey Başına Düşen Ortalama Besin Tüketim Düzeyi (10-12 Yaş Grubu)

Besin Grupları	Günlük Ortalama Tüketim Düzeyi Birey Başına (gram)				GENEL ORTALAMA
	İLÇE		KÖY		
	Erkek	Kız	Erkek	Kız	
1. Tahıllar					
Yufka Ekmek	65.1	52.2	167.5	144.2	107.5
Ekmek	235.2	186.9	66.6	107.8	149.3
Bulgur	32.3	24.3	28.9	32.8	29.7
Pirinç	29.8	5.7	17.6	17.3	17.7
Makarna, şehriye	14.2	20.6	18.2	15.3	17.1
Tarhana	4.1	1.8	3.4	2.4	2.9
Un	22.9	22.5	25.6	20.3	22.8
Diğerleri	0.6	1.8	1.5	0.8	1.2
2. Et, yumurta, kurubaklagil					
Et ve ürünleri	51.5	56.7	13.3	17.7	34.8
Tavuk, balık	16.4	0.0	9.1	12.9	9.6
Yumurta	27.5	25.3	21.6	14.3	22.2
Kurubaklagiller	11.6	4.1	16.6	22.4	13.7
Yağlı tohumlar	1.1	8.9	3.5	1.5	3.8
3. Süt ve süt ürünleri					
Süt	2.6	0.0	3.4	3.9	2.5
Yoğurt	34.3	25.5	39.9	44.4	26.4
Peynir	14.8	13.3	19.9	17.3	16.4
4. Taze ve kuru sebzeler					
Yeşil yabraklı sebzeler	20.1	32.1	51.8	37.7	35.5
Patates	48.1	12.7	22.5	18.7	25.5
Kuru soğan	16.2	16.5	12.6	12.3	14.5
Kuru sebzeler	0.0	0.0	16.6	2.6	4.8
Diğerleri	112.6	117.6	75.7	60.0	91.5
5. Taze ve kuru meyveler					
Turunçgiller	34.0	31.2	13.8	2.7	20.5
Diğerleri	108.4	28.9	63.7	42.8	60.9
Kuru meyve	10.2	0.0	1.0	0.0	0.3
6. Yağlar					
Margarin	11.9	9.6	2.9	3.1	6.9
Hayvansal yağ	3.4	6.5	9.5	5.6	6.3
Bitkisel sıvı yağ	23.9	22.0	22.8	18.7	22.9
7. Şeker ve benzeri					
Şeker	38.4	33.5	37.6	30.6	35.0
Reçel, bal	2.4	4.9	1.6	0.4	2.4
Pekmez	2.2	4.8	2.9	1.8	2.9
8. Diğerleri					
Zeytin	7.9	6.9	6.4	5.5	6.7
Salca	2.8	2.3	1.8	1.5	2.2

Genel ortalamalarda her iki yaş grubunda da bulgur tüketimi piring tüketiminden, makarna-şehriye tüketimi ise tarhana tüketiminden daha fazladır.

Et, balık, tavuk tüketimi 7-9 yaş grubunda ilçede 54.5 gram köyde 28.2 gram; 10-12 yaş grubunda ise ilçede 62.3 gram, köyde 25.5 gramdır. Ulusal ortalama (Köksal 1977) 55 gramdır. 7-9 yaş grubu için önerilen et-balık-tavuk tüketimi (Baysal 1984a) 50 gram, 10-12 yaş grubu için ise 60-65 gramdır. Bu araştırmada ilçede tüketilen miktarlar bu değerlere benzer olmakla beraber, köydeki miktarlar düşük olarak bulunmuştur.

Araştırmada yumurta tüketimi ; 7-9 yaş grubunda ilçede 25.3 gram, köyde 15.5 gram, 10-12 yaş grubunda ilçede 26.3 gram köyde 17.9 gram olarak bulunmuştur. Önerilen miktarlar (Baysal 1984a) 7-9 yaş için 50 gram 10-12 yaş grubu için 25 gramdır. Yumurta tüketimi miktarları genel olarak düşük olmakla beraber ilçede 10-12 yaş grubunun tükettiği miktar önerilene benzer düzeydedir.

Kurubaklagil tüketimi için önerilen miktar 30-40 gramdır (Baysal 1984a). Bulgularımızda tüketilen miktar bundan düşüktür (7-9 yaş 16.2 gram, 10-12 yaş 13.7 gram), bununla beraber 10 gram olan Ulusal ortalamaya (Köksal 1977) benzer düzeydedir.

Araştırmaya alınan deneklerin süt-yoğurt tüketimi çok düşük düzeylerde bulunmuştur. İlçede 7-9 yaş grubunda 53.6

gram, köyde 26.7 gram; ilçede 10-12 yaş grubunda 31.2 gram, köyde 25.9 gramdır. Bu yaş grupları için önerilen miktar (Baysal 1984a) 350 gramdır. Ulusal ortalamaya göre (Köksal 1977) birey başına 79 gram süt-yoğurt düşmektedir. Pekcan (1982) süt yoğurt tüketimini, 10-12 yaş çocuklarda 140,2 gram, Güneyli (1986) ise 9-11 yaş çocuklarda 70 gram olarak saptamışlardır. Bu miktarlar da önerilenden daha azdır. Süt; karbonhidrat, yağ, protein, mineraller ve bazı vitaminler (özellikle kalsiyum, fosfor, A vitamini, riboflavin, niasin) bakımından zengin bir besindir. Bu nedenle diyetde süt ve ürünlerinin bulunmasının günlük besin öğelerinin karşılanmasında özellikle büyüme ve gelişme içerisinde bulunan çocuklar için katkısı büyüktür (Baysal 1984 a), .Her iki yerleşim yerinde ve yaş grubunda peynir tüketimi de yetersiz bulunmuştur. Yeşil yapraklı sebzelerin tüketimi tüm gruplarda yeterli değildir.

Araştırma materyali ilkbaharda toplandığı için turunçgil tüketiminin düşük olduğu söylenebilir. 7-9 yaş grubunda ilçede 17.6 gram olan turunçgil tüketimi köyde 7.5 gram ; 10-12 yaş grubunda ilçede 32.6 gram köyde 8.3 gram olarak belirlenmiştir. Pekcan (1982), kış aylarında yaptığı bir araştırmada turunçgil tüketimini 109.8 gram olarak saptamıştır.

Yağ tüketimi 7-9 yaş grubunda her iki yerleşim yerinde de yeterli miktardadır (ilçede 32 gram, köyde 29.1 gram). Bu yaş grubu için önerilen miktar 30 gramdır (Baysal 1984 a).

10-12 yaş grubunda ise yağ tüketimi ilçede 38.6 gram, köyde 31.4 gram olarak saptanmıştır. Bu miktarlar önerilen 40-50 gramdan (Baysal 1984 a) daha düşük olmasına karşın Ulusal ortalamaya (Köksal 1977) yakındır. Her iki yerleşim yerinde de en çok tüketilen yağ çeşidi bitkisel sıvı yağlardır.

Şeker ve şekerli besinlerin tüketimi de normal sınırlar içinde saptanmıştır.

Tüketilen besinlerden sağlanan enerji ve besin öğelerinin ortalama (\bar{X}), standart sapma (S) ve Standart hata ($S\bar{X}$) değerleri Tablo 4.38-a ve 4.38-b de görülmektedir.

Tablo 4.38-a ve 4.38-b ile Tablo 1.1 karşılaştırıldığı zaman araştırma kapsamına alınan deneklerimizin günlük enerji ve besin öğeleri tüketimlerinin yeterli miktarda olup olmadığı anlaşılmaktadır. Buna göre ortalama enerji tüketimi sadece ilçede 7-9 yaş grubunda önerilen miktara çok yakın olup diğer gruplarda düşüktür. Günlük ortalama protein, tiamin, demir ve Vitamin C tüketim miktarları her iki yerleşim yerinde ve iki yaş grubunda da önerilen günlük tüketim miktarlarından yüksek olarak saptanmıştır. Araştırmaya alınan deneklerin günlük ortalama kalsiyum, Vitamin A, riboflavin, ve niasin tüketim miktarları ise önerilen miktarlardan düşüktür.

İlçede çocukların beslenme durumunun daha iyi olmasına rağmen köydeki çocukların boy ve ağırlık ortalamaları daha yüksek olarak bulunmuştur (Tablo 4.32-4.35). İpek (1973) de; yaptığı çalışmada buna benzer bir sonuç elde etmiştir.

Tablo 4.38-a. Birey Başına Günlük Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Tüketim Düzeyleri
(7-9 Yaş)

Enerji ve Besin Öğeleri	İLÇE n= 53			KÖY n= 73		
	\bar{X}	S	$S\bar{X}$	\bar{X}	S	$S\bar{X}$
Enerji (kkal)	2043.0	547.0	75.1	1629.1	503.5	58.9
Toplam Protein(g)	63.8	19.9	2.2	50.6	20.9	2.4
Yağ (g)	57.1	23.5	3.2	46.2	21.2	2.9
Karbonhidrat(g)	309.3	85.9	11.8	263.3	83.1	9.7
Kalsiyum(mg)	409.3	285.3	35.2	365.0	232.0	27.2
Demir(mg)	11.5	4.5	0.6	14.2	5.2	0.6
Tiamin(mg)	0.98	0.42	0.06	1.03	0.39	0.05
Riboflavin(mg)	1.05	1.16	0.16	0.68	0.19	0.02
Niasin(mg)	12.2	6.8	0.93	12.6	7.7	0.9
Vitamin C(mg)	58.0	43.4	5.9	33.6	33.9	3.9
Vitamin A(I.U)	2590.2	2388.8	328.1	2143.3	2045.4	239.5

Tablo 4.38-b. Birey Başına Günlük Ortalama Enerji ve Besin Öğeleri Tüketim Düzeyleri
(10-12 Yaş)

Enerji ve Besin Öğeleri	İLÇE						KÖY					
	Erkek (n=18)			Kız (n=17)			Erkek (n=42)			Kız (n=28)		
	\bar{X}	S	$\bar{S\bar{X}}$	\bar{X}	S	$\bar{S\bar{X}}$	\bar{X}	S	\bar{X}	S	\bar{X}	S
Enerji (kkal)	2204.8	583.1	124.1	1970.8	511.8	124.1	1864.8	524.3	80.9	1760.1	383.1	72.6
Toplam Protein(g)	70.2	22.8	5.4	62.9	15.5	3.8	56.8	16.3	2.5	53.6	15.4	2.9
Yağ(g)	62.7	29.2	6.9	60.9	24.9	6.0	52.6	21.6	3.3	47.0	17.3	3.3
Karbonhidrat(.g)	358.9	88.7	20.9	294.6	84.3	20.4	306.5	94.1	14.5	286.6	70.8	13.4
Kalsiyum(mg)	403.2	212.7	50.8	467.2	353.9	85.8	505.8	313.9	48.4	384.7	142.7	26.9
Demir(mg)	14.2	4.8	1.2	14.4	5.9	1.4	18.3	5.4	0.8	15.6	6.9	1.3
Tiamin(mg)	1.34	0.43	0.10	1.25	0.51	0.12	1.3	0.5	0.07	1.02	0.39	0.07
Riboflavin(mg)	0.85	0.38	0.01	1.22	1.06	0.26	1.04	0.93	0.14	0.66	0.22	0.04
Niasin(mg)	16.3	9.7	2.3	13.0	5.83	1.4	15.1	6.29	0.97	13.4	7.9	1.49
Vitamin C(mg)	79.9	64.1	15.1	73.9	57.2	13.9	61.5	53.3	8.2	40.1	35.1	6.6
Vitamin A(I.U)	2179.2	1237.3	291.6	3694.7	2410.2	584.6	3583.0	2838.1	437.9	2279.2	1236.8	233.8

4.6.1. Deneklerin günlük enerji tüketimi

Deneklerin günlük enerji tüketimine ilişkin mutlak ve % değerlerin dağılımı Tablo 4.39'da verilmiştir.

Tablo 4.39. Deneklerin Enerji Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına-Enerji/Gün)

Enerji Tüketim Düzeyi(kkal)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	15	32.6	8	17.8	55	66.3	36	51.5	114	46.7
Sınırdaki	6	13.1	9	20.0	7	8.4	8	11.4	30	12.3
Yeterli	15	32.6	16	35.5	15	18.1	18	25.7	64	26.2
Fazla	10	21.7	12	26.7	6	7.2	8	11.4	36	14.8
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (ilçe-Köy)} = 14.49 \quad p < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (ilçe-Köy)} = 14.03 \quad p < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{ilçe x Köy (Kız+Erkek)} = 29.15 \quad p < 0.05$$

Tablo 4.39 incelendiğinde, erkek öğrencilerin ilçede %32.6'sının yetersiz, %13.1'inin sınırdaki, %32.6'sının yeterli, %21.7'sinin gereksinimden fazla, köyde %66.3'ünün yetersiz, %8.4'ünün sınırdaki, %18.1'inin yeterli, %7.2'sinin ise gereksinimden fazla enerji tükettikleri görülmektedir. Yerleşim Yeri ile erkek öğrencilerin enerji tüketim düzeyleri arasındaki farkın önemli olup olmadığını saptamak için khi kare önemlilik testi uygulanmış, 0.05 yanılma

düzeyinde önemli bulunmuştur ($P<0.05$). Kız öğrencilerin enerji tüketimi, ilçede %17.8'inin yetersiz, %20.0'sinin sınırda, %35.5'inin yeterli, %26.7'sinin gereksinimden fazla; köyde %51.5'inin yetersiz, %11.4'ünün sınırda, %25.7'sinin yeterli, %11.4'ünün ise gereksinimden fazla bulunmuştur. Yerleşim yeri ile kız öğrencilerin enerji tüketim düzeyleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($P<0.05$).

Tablo 4.39'a genel olarak bakıldığında deneklerin %46.7'sinin yetersiz enerji tükettiği görülmektedir. Yerleşim yeri ile deneklerin enerji tüketimi arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir ($P<0.05$).

Güneyli (1986) Ankara'da 9-11 yaş ilkököl öğrencilerinde yaptığı araştırmada öğrencilerin %63.7'sinin enerji tüketim düzeyinin yetersiz olduğunu ve bu tüketim düzeyinin sosyo-ekonomik düzeye bağlı olarak dağılımını istatistiksel açıdan önemli bulmuştur. Aynı araştırmada enerji tüketimi yeterli olan çocukların oranı ise %22.7 olarak saptanmıştır.

Pekcan (1982), Ankara'da 10-12 yaş grubu çocuklarda yaptığı araştırmada; çocukların %35.4'ünün yetersiz, %31.4'ünün sınırda, %20.3'ünün yeterli, %12.9'ünün da gereksinimden fazla enerji tükettiklerini belirlemiştir.

4.6.2. Deneklerin günlük protein tüketimi

Araştırmaya alınan deneklerin yerleşim yerine göre günlük protein tüketimlerine ilişkin değerler Tablo 4.40'da görüldüğü gibidir.

Tablo 4.40. Deneklerin Protein Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına-gram/Gün)

Protein Tüketim Düzeyi(g)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	1	2.2	2	4.5	10	12.0	8	11.4	21	8.6
Sınırdaki	1	2.2	1	2.2	4	4.8	10	14.3	16	6.6
Yeterli	7	15.2	1	2.2	20	24.1	12	17.1	40	16.4
Fazla	37	80.4	41	91.1	49	59.1	40	57.2	167	68.4
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\bar{\chi}^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 7.06 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 15.57 \quad P < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 20.41 \quad P < 0.05$$

Tablo 4.40 incelendiğinde ilçede erkek deneklerin %95.6'sinin yeterli ve gereksinimden fazla, köyde ise %83.2'sinin yeterli ve gereksinimden fazla protein tüketmekte oldukları görülmektedir. Yapılan istatistik analizde arasındaki fark önemsiz bulunmuştur ($P > 0.05$). Kız deneklerin ise ilçede %93.3'ünün, köyde %74.3'ünün yeterli ve gereksinimden fazla protein tükettikleri saptanmıştır. Kız deneklerin tükettikleri günlük protein düzeyleri arasındaki fark

istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($P<0.05$).

Genel olarak deneklerin %8.6'sının yetersiz, %68.4'ünün ise aşırı protein tükedikleri bulunmuştur. Yerleşim yerine göre protein tüketimi arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir ($P<0.05$).

Araştırmada ortalama toplam protein tüketimi 58.4 gram olarak bulunmuştur (Tablo 4.38a-b). Bu miktar önerilen günlük toplam protein miktarının üzerindedir, fakat daha çok tahıllardan sağlandığı ve bitkisel kaynaklı olduğu için yüksek kaliteli protein değildir.

Pekcan (1982) ve Güneyli (1986)'de çalışmalarında protein tüketim düzeylerini benzer şekillerde bulmuşlardır (67.0 g, 66.9 g).

4.6.3. Deneklerin günlük kalsiyum tüketimi

Deneklerin günlük kalsiyum tüketimleri yerleşim yerine göre Tablo 4.41'de verilmiştir.

Tablo 4.41. Deneklerin Kalsiyum Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına-miligram/Gün)

Kalsiyum Tüketim Düzeyi (mg)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	33	71.7	28	62.2	62	74.7	50	71.4	173	70.8
Sınırdaki	2	4.4	3	6.7	3	3.6	7	10.0	15	6.2
Yeterli	1	2.2	6	13.3	4	4.8	4	5.7	15	6.2
Fazla	10	21.7	8	17.8	14	16.9	9	12.9	41	16.8
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 0.95 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 2.97 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 1.74 \quad P > 0.05$$

Tablo 4.41'de verildiği gibi ilçe ve köy grubunda erkek ve kız deneklerin yarıdan çoğunda günlük kalsiyum tüketimi yetersiz olarak saptanmıştır ve yerleşim yerleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemsiz bulunmuştur ($P > 0.05$).

Deneklerin diyeti genellikle tahıla dayalıdır ve tahıllardan sağlanan kalsiyum fitatları nedeni ile iyi emilememektedir (Baysal 1984 a). Ayrıca bu araştırmada

zengin kalsiyum kaynağı olan süt ve ürünlerinin tüketiminin de çok düşük olduğu saptanmıştır.

4.6.4. Deneklerin günlük demir tüketimi

Deneklerin günlük demir tüketimi de yerleşim yerine göre Tablo 4.42'de görüldüğü gibidir.

Tablo 4.42. Deneklerin Demir Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına-miligram/Gün)

Demir Tüketim Düzeyi (mg)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	8	17.4	10	22.2	2	2.4	8	11.4	28	11.5
Sınırdaki	1	2.2	4	8.9	2	2.4	3	4.3	10	4.1
Yeterli	8	17.4	7	15.6	8	9.6	8	11.4	31	12.7
Fazla	29	63.0	24	53.3	71	85.6	51	72.9	175	71.7
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 11.98 \quad P < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 4.95 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 14.73 \quad P < 0.05$$

Tablo 4.42'ye göre ilçede erkek deneklerin %17.4'ü yetersiz, %63'ü gereksinimden fazla, köyde ise %2.4'ü yetersiz %85,6'sı gereksinimden fazla demir tüketmektedirler. Erkek çocuklarda günlük demir tüketimi arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir ($P < 0.05$). Kız öğrencilerin ilçe grubunda %22.2'sinin yetersiz, %53.3'ünün gereksinimden

fazla, köy grubunda ise %11.4'ünün yetersiz, %72.9'unun gereksinimden fazla demir tükettikleri bulunmuştur. İstatistik analizde aradaki farkın önemli olmadığı saptanmıştır ($P>0.05$).

Araştırma bulgularına göre deneklerin %11.5'i yetersiz demir tüketmektedirler. Pekcan (1982) da yaptığı araştırmada demir tüketiminin %3.5 oranında yetersiz olduğunu, bulmuştur.

Deneklerin, demiri tahıllardan özellikle yufka ekmeğinden sağladıkları saptanmıştır. Bu nedenle yufka ekmeği tüketimi daha fazla olan köyde yetersiz demir tüketimi daha az bulunmuştur. Buna karşın tahıllarda bulunan fitatlar demirle birleşerek suda erimez bileşikler yaptıklarından demirin emilimini güçleştirmektedirler (Aykut-Baysal 1978; Baysal 1984 a). Bundan dolayı tahıllar iyi bir demir kaynağı değildir; ancak emilimi arttırılabilir.

4.6.5. Deneklerin günlük A vitamini tüketimi

Deneklerin günlük A vitamini tüketimlerinin yerleşim yerine göre mutlak ve % değerleri Tablo 4.43'de görüldüğü gibidir.

Tablo 4.43. Deneklerin A Vitamini Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına- I.U/Gün)

A Vitamini Tüketim Düzeyi(IU)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	28	60.9	24	53.3	55	66.3	49	70	156	63.9
Sınırdaki	2	4.3	4	8.9	6	7.2	5	7.1	17	7.0
Yeterli	6	13.1	3	6.7	4	4.8	7	10.0	20	8.2
Fazla	10	21.7	14	31.1	18	21.7	9	12.9	51	20.9
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 3.10 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 6.22 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 3.66 \quad P > 0.05$$

Tablo 4.43'den de görüldüğü gibi A vitamini yetersiz ve sınırdaki tüketen erkek deneklerin oranı ilçe grubunda %60.9, %4.3; köy grubunda %66.3, %7.2'dir. Aradaki fark istatistiksel olarak önemsizdir ($P > 0.05$). Pekcan (1982)'da yaptığı bir araştırma ile 10-12 yaş grubu erkek öğrencilerin A vitamini tüketim düzeylerini yetersiz olarak saptamıştır (%47.9).

A vitaminini yetersiz ve sınırdaki tüketen kız deneklerin oranları ise ilçede %53.3, %8.9 ; köyde %70.0, %7.0 olarak bulunmuştur. Aradaki fark istatistiksel olarak önemli değildir ($P>0.05$).

A vitamini tüketiminin yetersiz düzeyde bulunmasının nedeni, karotenden zengin olan yeşil ve sarı yapraklı sebzeleri çocukların yetersiz tüketmelerinden kaynaklanıyor olabilir.

4.6.6. Deneklerin günlük Tiamin (B₁ Vitamini) tüketimi

Deneklerin Tiamin tüketim düzeylerine ilişkin verilerin yerleşim yerine göre dağılımı. Tablo 4.44'de verilmiştir.

Tablo 4.44. Deneklerin Tiamin Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yeriine Göre Dağılımı (Birey başına-miligram/Gün)

Tiamin Tüketim Düzeyi(mg)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	7	15.2	10	22.2	8	9.6	9	12.9	34	13.9
Sınırdaki	2	4.4	4	8.9	7	8.4	6	8.6	19	7.8
Yeterli	10	21.7	7	15.6	13	15.7	15	21.4	45	18.5
Fazla	27	58.7	24	53.3	55	66.3	40	57.1	146	59.8
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 2.38 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 2.05 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 2.97 \quad P > 0.05$$

Tablo 4.44 incelendiğinde genel olarak deneklerin %78.3'ünün yeterli ve gereksinimden fazla tiamin tüketmekte oldukları görülmektedir. Yerleşim yerine göre deneklerin günlük tiamin tüketimleri arasındaki fark yapılan istatistik analizde önemli bulunmamıştır ($P > 0.05$). Araştırma kapsamına alınan deneklerin diyetlerinin genelde tahıla dayalı olması günlük tiamin tüketiminin yüksek düzeyde olmasına neden olmuştur.

Pekcan (1982)'da, 10-12 yaş grubu ilkokul çocuklarında yaptığı bir araştırmada, çocukların diyetlerinin tahıla dayalı olması nedeniyle tiaminin yeterli düzeylerde tükettiklerini belirtmiştir.

4.6.7. Deneklerin günlük Riboflavin tüketimi

Deneklerin yerleşim yerine göre günlük Riboflavin (B₂ vitamini) tüketim düzeylerine ilişkin değerler Tablo 4.45'de görüldüğü gibidir.

Tablo 4.45. Deneklerin Riboflavin Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına- miligram/Gün)

Riboflavin Tüketim Düzeyi(mg)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	34	73.9	26	57.8	68	81.9	61	87.1	189	77.5
Sınırdadır	3	6.5	7	15.5	3	3.6	3	4.3	16	6.6
Yeterli	3	6.5	5	11.1	3	3.6	4	5.7	15	6.1
Fazla	6	13.1	7	15.6	9	10.9	2	2.9	24	9.8
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 1.44 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 13.80 \quad P < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 11.41 \quad P < 0.05$$

Tablo 4.45'e göre araştırma yöresinde günlük riboflavin tüketim düzeyleri ilçe grubunda erkeklerin %73.9'unda

yetersiz, %6.5'inde sınırdadır; köy grubunda ise %81.9'unda yetersiz %3.6'sında sınırdadır bulunmuştur. Erkek deneklerin riboflavin tüketim düzeyleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemli değildir ($P > 0.05$). Kız deneklerin günlük riboflavin tüketimleri; ilçe grubunda %57.8 oranında yetersiz %15.5 oranında sınırdadır, köy grubunda %87.1 oranında yetersiz, %4.3 oranında sınırdadır. Aradaki fark istatistiksel olarak önemlidir ($P < 0.05$). Pekcan (1982) de 10-12 yaş grubu erkek çocukların riboflavin tüketimini %59'unda yetersiz, %16.1'inde sınırdadır, kız çocukların riboflavin tüketimini ise %58.0'inde yetersiz %18.5'inde sınırdadır olarak saptamıştır.

Araştırma kapsamına alınan deneklerin yerleşim yerlerine göre günlük riboflavin tüketimleri arasındaki fark istatistik olarak önemli bulunmuştur ($P < 0.05$). Deneklerin %77.5'i yetersiz riboflavin tüketmektedirler. Araştırmada süt, yoğurt ve yeşil yapraklı sebzelerin tüketimi de yetersiz bulunmuştur ve bu da riboflavin tüketiminin yetersiz olmasında önemli bir etmendir (Baysal 1984 a).

4.6.8. Deneklerin günlük Niasin tüketimi

Deneklerin yerleşim yerine göre günlük Niasin tüketim düzeylerine ilişkin mutlak ve % değerler Tablo 4.46'da verilmiştir.

Tablo 4.46. Deneklerin Niasin Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına-miligram/Gün)

Niasin Tüketim Düzeyi(mg)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	26	56.5	23	51.1	41	49.4	41	58.5	131	53.7
Sınırdaki	2	4.4	3	6.7	8	9.6	9	12.9	22	9.0
Yeterli	8	17.4	4	8.9	14	16.9	11	15.7	37	15.2
Fazla	10	21.7	15	33.3	20	24.1	9	12.9	54	22.1
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 1.29 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 7.77 \quad P > 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 4.24 \quad P > 0.05$$

Tablo 4.46 incelendiğinde genel olarak deneklerin % 53.7'sinin yetersiz, % 9.0'unun sınırdaki niasin tükettikleri görülmektedir. Yerleşim yerine göre deneklerin niasin tüketimindeki fark istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır ($P > 0.05$). Güneşli (1986)'de Ankara'da 9-11 yaşındaki ilkököl çocuklarında yaptığı araştırmada niasin tüketiminin önerilen değerlerden düşük olduğunu bulmuştur.

4.6.9 Deneklerin günlük C Vitamini tüketimi

Deneklerin yerleşim yerine göre günlük C vitamini tüketim düzeylerine ilişkin veriler Tablo 4.47'de görülmektedir.

Tablo 4.47. Deneklerin C Vitamini Tüketim Düzeylerinin Yerleşim Yerine Göre Dağılımı (Birey başına- miligram/Gün)

C Vitamini Tüketim Düzeyi(mg)	İLÇE				KÖY				TOPLAM	
	Erkek n=46		Kız n=45		Erkek n=83		Kız n=70		n=244	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yetersiz	11	23.9	14	31.1	39	47.0	39	55.8	103	42.2
Sınırdaki	6	13.0	1	2.2	7	8.5	5	7.1	10	7.8
Yeterli	1	2.2	3	6.7	6	7.2	5	7.1	15	6.1
Fazla	28	60.9	27	60.0	31	37.3	21	30.0	107	43.9
Toplam	46	100.0	45	100.0	83	100.0	70	100.0	244	100.0

$$\chi^2 - \text{Erkek Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 10.55 \quad P < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{Kız Öğrenciler (İlçe-Köy)} = 10.79 \quad P < 0.05$$

$$\chi^2 - \text{İlçe X Köy (Kız Erkek)} = 17.22 \quad P < 0.05$$

Tablo 4.47'den günlük C Vitamini tüketimi incelendiğinde erkek deneklerin ilçe grubunda %23.9'unun yetersiz, % 13.0'ünün sınırdaki; köyde ise % 47.0'sinin yetersiz, % 8.5'inin sınırdaki C vitamini tükettiği görülmektedir ilçe ile köydeki erkek öğrencilerin C vitamini tüketimleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemli bulunmuştur ($P < 0.05$).

Kız deneklerin C vitamini tüketim düzeyleri ise ilçe grubunda % 31.1'inde yetersiz, % 2.2'sinde sınırdadır; köy grubunda %55.8'inde yetersiz % 7.1'inde sınırdadır olarak saptanmıştır. Kız öğrencilerin C vitaminleri tüketimleri arasındaki fark istatistiksel olarak önemlidir ($P<0.05$). Pekcan (1982), yaptığı araştırmada yetersiz C vitamini tüketen erkek öğrencilerin oranını % 34.1 kız öğrencilerin oranını ise % 28.1 olarak saptamıştır.

Deneklerin yerleşim yerine göre C vitamini tüketim düzeyleri arasındaki fark yapılan istatistik analizde önemli bulunmuştur ($P<0.05$). Buna göre köydeki çocukların C vitamini tüketim düzeyleri daha düşüktür.

KAYNAKLAR

- AKAL, E., BİRER, S. ve BAYSAL, A., 1986. 3-12 Yaş Grubu Çocukların Beslenme Alışkanlıklarının Dış Sağlığı Üzerine Etkisi. Beslenme ve Diyet Dergisi 15: 19-30.
- AKSU, B. ve ÖZCAN, C., 1981. Okul Çağı Çocuklarında Beslenme Sorunları ve Bazı Öneriler. Beslenme ve Diyet Dergisi. 10: 19-20.
- AKTAŞ, N., 1979. Hollanda'daki Türk İşçi Ailelerinin Beslenme Alışkanlıklarını Etkileyen Faktörler Üzerinde Bir Araştırma. Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Ev Ekonomisi Kürsüsü Doktora Tezi.
- ANONYMOUS, 1985. T.C. Tarım Orman ve Köy İşleri Bakanlığı Senirkent İlçe Müdürlüğü Brifing Dosyası.
- ARAN, İ., 1978. Dış-Ağız Sağlığı ve Beslenme. Beslenme ve Diyet Dergisi. 7(3): 198-199.
- AYKUT, M. ve BAYSAL, A., 1978. Ekmeklerdeki Demirin İnsanlarda Kullanılması ve Bunu Etkileyen Bazı Etmenler. Beslenme ve Diyet Dergisi. 7(1) : 40-48.
- BAYKAN, S., 1978. Türkiye Ulusal Beslenme Araştırmasının Önemli Bulguları. Türkiye Ulusal Gıda ve Beslenme Plânlama Semineri Bildiri ve Raporları. Ankara.
- BAYSAL, A., 1982. Okul Çocuklarının Beslenmesi. Sağlıklı Yaşam İçin Beslenme Rehberi. Ankara Tabip Odası Yayını. Ankara.
- BAYSAL, A. ve GÜNEYLİ, U., 1982. Besin Tüketiminin Ölçülmesi ve Değerlendirilmesinde Kullanılan Standartları. Beslenme ve Diyet Dergisi. 11: 65-77.
- BAYSAL, A., GÜNEYLİ, U., BOZKURT, N., KEÇECİOĞLU, S. ve AKSOY, M., 1983. Diyet El Kitabı. Hacettepe Üniversitesi Yayınları. A/44. Ankara.
- BAYSAL, A., 1984a. Beslenme. Hacettepe Üniversitesi Yayınları A/13. Dördüncü Baskı. Ankara.
- BAYSAL, A., 1984b. Çocukların Beslenme Eğitiminde Genel İlkeler. Okul Çağı Çocuklarında Beslenme. Roche Bilimsel Yayınlar Serisi. İstanbul.
- BAYSAL, A., KEÇECİOĞLU, S., GÜNEYLİ, U., YÜCECAN, S., PEKCAN, G., ARSLAN, P., BİRER, S., SAĞLAM, F., YURT TAGÜL, M. ve ÇEHRELİ, R., 1985. Besinlerin Bileşimi. Türkiye Diyetisyenler Derneği Yayını : 1, Ankara.
- BAYSAL, A., 1986. Okul Çocuklarının Beslenme Sorunları. Birinci Okul Sütü Sempozyumu. Ankara.
- BEYAZOVA, U., 1984. Ana ve İlkokul Çağı Çocuklarda Beslenme Sorunlarının Nedenleri. Okul Çağı Çocuklarında Beslenme. Roche Bilimsel Yayınlar Serisi. İstanbul.

- BİLİR, S., 1975. Çocukluk Yaşlarında İştah. Beslenme ve Diyet Dergisi. 4 (1) : 84-93.
- BİLİR, S., 1979. Ana ve Çocuk Sağlığı. Hacettepe Üniversitesi Yayınları. A/14. Üçüncü Baskı. Ankara.
- BLACK, A.M., MAHONEY, A.W., HENDRICKS, D.G., ve FARLEY, M.A., 1986 Meal Pattern of Available Iron : Ascorbic Acid : And Meat, Fish, Poultry Intakes by School Children. Nutrition Research. 6 : 619-626.
- BURR, M.C., 1985. Nutritional Epidemiology. Progress in Food and Nutrition Science. 9: 149-183.
- COOK, J., ALTMAN, D.G., MOORE, D.M.C., TOPP, S.G., HOLLAND, W.W. ve ELLIOTT, A., 1973. A Survey of The Nutritional Status of School Children. British Journal Preventive And Social Medicine. 27: 91-99.
- DÜZGÜNEŞ, O., KESİCİ, T. ve GÜRBÜZ, F., 1983. İstatistik Metodları. A.Ü. Ziraat Fakültesi Yayınları: 681. Ankara.
- EID, N., AL-HOOTİ, S., BOURISHLY, N. ve KHALAFAWİ, M., 1986. Nutritional Anthropometry of School Children in Kwait. Nutrition Reports International 33(2) : 253-260.
- FAO, 1982. Management of Group Feeding Programmas. Food and Nutrition Paper No: 23
- FARRİS, R.P., CRESANTA, J.L., CROFT, J.B., WEBBER, L.S., FRANK, G.C. ve BERENSON, G.S. 1986. Macronutrient Intakes of 10- Year-Old Children. 1973 to 1982. Journal of The American Dietetic Association. 86 (6): 765-770.
- FLECK, H., 1971. Nutrition For Children. Introduction, To Nutrition. İkinci Baskı. Macmillan Publishing Co, Inc. New York.
- FOLEY, C.S., VADEN, A.G., NEWELL, G.K. ve DAYTON, A.D., 1982. Establishing The Need Nor Nutrition Education : III. Elementary Students Nutrition Knowledge, Attitudes and Practices. Journal of The American Dietetic Association. 83(5): 564-568.
- GARCIA, P.A., 1979. The Elementary School Child. Principles of Nutrition. Dördüncü Baskı. John Wiley and Sons. New York.
- GÜNEYLİ, U., 1977. Ankara Çubuk İlçe Merkezi ve Köylerinde Ailelerin Beslenme Durumlarını Saptamada Uygulanan Değişik Araştırma Yöntemlerinin Değerlendirilmesi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Teknolojisi. Yüksek Okulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi.

- GÜNEYLİ, U., 1984. Ankara'nın Sosyo-Ekonomik Yönden Farklı Semtlerinde Bulunan İlkokul Çocuklarının Beslenme Durumları Konusunda Bir Araştırma. Beslenme ve Diyet Dergisi. 13 : 35-49.
- GÜNEYLİ, U., HACISALİHOĞLU, A., 1984. İki Farklı Sosyo-Ekonomik Bölgeden Seçilen Öğrencilerde Demir Eksikliği Anemisi Üzerinde Bir Araştırma. Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi (41) 3: 285-292.
- GÜNEYLİ, U., 1986. Ankara'nın Sosyo-Ekonomik Yönden Farklı Semtlerinde Bulunan İlkokul Çocuklarının Beslenme Durumları Konusunda Bir Araştırma-II. Beslenme ve Diyet Dergisi. 15 : 31-45.
- GÜRSON, C.T. ve NEYZİ, O., 1966. İstanbul'un Rami Gecekondu Bölgesinde Çocuk Sağlığı Konusunda Araştırmalar. İstanbul.
- HACKET, A.F. RUGG-GUNN, A.J., APPLETON, D.R., ALLINSON, M. ve EASTOE, J.E. 1984. Sugars Eating Habits of 405 11 to 14 Year-Old English Children. British Journal of Nutrition. 51: 347-356.
- IPEK, B., 1973. Erzurum ve Civar Köylerinde İlkokul I, II, III. ncü Sınıf Çocuklarının Beslenmeleriyle Fiziki Yapı ve Sihatlerinin Alâkası. Atatürk Üniversitesi Yayınları. No: 198. Erzurum.
- KIRZIOĞLU, Z. ve DEMİRÖZ, I., 1983. 7-12 Yaş Grubu Erzurum Çocuklarında Sosyo-Ekonomik Durumun Dış Çürüklerine Etkisinin İncelenmesi. Hacettepe Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi. 7(2) : 195-200.
- KOÇAOĞLU, B.A., ve KÖKSAL, O., 1985. Sosyo-Ekonomik Koşulların Adölesanlarda, Büyüme, Gelişme ve Şişmanlık Üzerine Etkisi. Beslenme ve Diyet Dergisi. 14: 25-37.
- KÖKSAL, O., 1977. Türkiye'de Beslenme. Ulusal Beslenme ve Gıda Tüketimi Araştırması Raporu. Ankara.
- KÖKSAL, O., 1978. Türkiye'de Beslenme. Türkiye Ulusal Gıda ve Beslenme Plânlama Semineri Bildiri Raporları. Ankara.
- KRAUSE, M.V. ve HUNSCHER, M.A., 1972. Nutrition Childhood and Adolescence. Food Nutrition And Diet Therapy. Besinci Baskı. Philadelphia.
- NASHED, S. ve BERTAN, M., 1968. Growth and Physical Development of Primary School Children in Etimesgut. Turkey. The Turkish Journal of Pediatrics. 10(4): 101-115.
- NEYZİ, O., ve KOÇAOĞLU, B.A. 1982. Antropometrik Ölçümler, Ölçüm Teknikleri ve Kullanılan Standartlar. Beslenme ve Diyet Dergisi. 11: 58-65.

- NNANYELUGO, D.O., 1983. Major Nutritional Problems of Children in Nigeria and Possible Solutions- Anambra State Experience. Growth. 47 : 381-396.
- ÖZDEMİR, A., 1981. Kışlacık Sağlık Ocağı Bölgesinde İlk- okul Çocuklarının Sağlık ve Başarı Durumları Üzerinde Bir Araştırma. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Toplum Hekimliği Bilim Dalı, Halk Sağlığı Uzmanlığı Tezi. Ankara.
- ÖZGÜR, T. ve ÖZGÜR, S., 1968. Okul Çocuklarında Avitaminozlar ve Önleme Çareleri. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası. 7: 259-266.
- ÖZGÜR, S. ve ÖZGÜR, T., 1970. Torbalı Sosyallezasyon Bölgesinde Okul Çocuklarında Beslenme Anketlerinin Değerlendirilmesi. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası 9(1): 35-53.
- PEKCAN, G., 1982. İlkokul Çocuklarında Beslenme Alışkanlıkları, Demir Yetersizliği Anemisi, Enfeksiyon ve Okul Başarısı Arasındaki Etkileşimler Üzerinde Bir Araştırma. Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Doçentlik Tezi. Ankara.
- PEKCAN, G., 1983. 10-12 Yaş Grubu İlkokul Çocuklarının Beslenme ve Sağlık Durumları Üzerine Bir Araştırma . Beslenme ve Diyet Dergisi. 12: 43-56.
- PEKCAN, G., 1984. Anaokulu ve İlkokul Çocuklarının Büyüme ve Gelişmesinde Beslenmenin Etkileri. Okul Çağı Çocuklarında Beslenme. Roche Bilimsel Yayınlar Serisi. İstanbul.
- RENNER, E., 1986. Dünyada Okul Sütü Programları. Birinci Okul Sütü Sempozyumu. Ankara.
- SÜMBÜLOĞLU, K., 1978. Sağlık Bilimlerinde Araştırma Teknikleri ve İstatistik. Matis Yayınları. 3. Ankara.
- THOMPSON, J.C., SARIGÖL, S. ve AKARCA, M., 1962. Türkiye'de İlkokul Çocuklarının Beslenme Durumu. Rapor. Milli Eğitim Basımevi. İstanbul.
- TOPÇU, T., Etimesgut Sağlık Ocağı Bölgesinde Bir Okul Sağlığı Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Toplum Hekimliği Bilim Dalı Uzmanlık Tezi. Ankara.
- TURGAY, A., 1974. Çocuklarda Beslenme Alışkanlığının Gelişmesi ve Beslenme Sorunları. Beslenme ve Diyet Dergisi. 3(3) : 166-176.
- ÜNVER, B., 1975. Yemek Yeme Sıklığının Sindirim Sistemi ve Metabolizmaya Etkisi. Beslenme ve Diyet Dergisi. 4(2) : 14-21.

EKLER

EK - A Anket Formu Örneği

İlkokul Çağındaki Çocukların
Beslenme Durumları ile İlgili Araştırma Formu

İlçe ya da Köyün Adı :

Deneğın :

Adı Soyadı :

Okulu :

Sınıfı :

I. Aileye İlişkin Genel Bilgiler

Ailedeki Bireyler	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Meslek
Baba				
Anne				
Denck				

2. Ailenin aylık geliri ne kadardır ?

3. Eşlerin evlilik süresi :

II. Deneklerin Evleri ile İlgili Bilgiler

1. Evlerde kullanılan su kaynağı nedir ?

	<u>Evin içinde</u>	<u>Evin dışında</u>
a) Çeşme
b) Kuyu
c) Diğer

2. Evlerdeki oda sayısı ne kadardır ?

3. Evlerde mutfağın konumu nasıldır ?

	<u>Evin içinde</u>	<u>Evin dışında</u>
a) Müstakil
b) Yemek yenilen yer ile beraber
c) Çeşitli kullanma yeri ile beraber
d) Diğer

4. Deneklerin evlerinde yemek pişirilen ocak tipi nedir?

	<u>Yaz</u>	<u>Kış</u>
a) Gaz ocağı
b) Bütangaz
c) Yer ocağı
d) Diğer

5. Yemek pişirirken kullanılan tencere cinsi nedir?
(Önem sırasına göre 3 tane işaretlenecek)

a) Basıncılı (düdüklü) tencere.....	d) Bakır tencere
b) Çelik tencere	e) Alüminyum tencere...
c) Emaye tencere	f) Diğer

6. Pişirilen yemekler nerede saklanır ?

	<u>Yaz</u>	<u>Kış</u>
a) Hemen tüketilir
b) Tel dolapta
c) Soğuk suda
d) Buz dolabında
e) Açıkta
f) Diğer

III. Deneklerin Ailelerinde Uygulanan Bazı Beslenme Alışkanlıkları :

1. Ailede yemek servisi nasıldır ?

- a) Tek kaptan yenir
- b) Ayrı kap-tabak'tan yenir
- c) Diğer

2. (Tek kaptan yeniyorsa) Bunun sakıncaları var mıdır?

- a) Yok
- b) Var (nelerdir.....).....

3. Pişirilen yemekler ne kadar sürede tüketilir ?

	<u>Aynı gün tüketilir</u>	<u>Ertesi güne kalır</u>	<u>Diğer</u>
a) Et yemekleri
b) Sebze yemekleri
c) Pilâv-makarna
d) Kurubaklagiller
e) Hamur işleri

4. Yemek saatleri düzenli midir ?

- a) Düzenli
- b) Düzenli değil

5. Yemek saatleri düzenli değil ise nedeni nedir ?

- a) Anne çalışıyor
- b) Herkes geldikçe yiyor.....
- c) Diğer

IV. Deneklerin Bazı Beslenme Alışkanlıkları

1. Günde kaç öğün yemek yiyor ?

- a)2..... b)3.... c) 4..... d) 5 ve daha fazla

2. Günlük öğünleri tüketme durumları nasıldır ?

	Sabah	Öğle	Akşam	Ara
Evet
Hayır
Bazen

3. Cevap hayır ya da bazen ise nedeni nedir ?

- a) İştahı yok canı istemiyor
- b) İsteddiği yiyecek yok
- c) Zaman yok
- d) Diğer

4. Yemek seçer mi ?

- a) Yemek seçer
- b) Yemek seçmez

5. Yemek seçiyorsa nelerdir ?

- a) Et yemekleri
- b) Sebze yemekleri ...
- c) Pilâv-makarna
- d) Hamur işleri
- e) Kurubaklagiller ...
- f) Çorbalar
- g) Ekmek
- h) Meyve
- ı) Süt.....
- i) Yoğurt.....
- j) Peynir
- k) Yumurta
- l) Diğer

6. Sevmediği bu yiyecekler evde sık pişer ve tüketir mi ?

- a) Evde sık pişmiyor
- b) Evde sık pişiyor ve yiyor
- c) Evde sık pişiyor ama yemiyor
- d) Diğer

7. Denek sevdiği yiyecekleri sık tüketiyor mu (Yemek seçenler için) ?

- a) Evet
- b) Bazen

8. 6.soruya cevap bazen ise nedeni nedir ?

- a) Fiyat nedeniyle
- b) Anne sıra ile pişiriyor
- c) Köyde her zaman bulunmuyor
- d) Diğer

9. Denek temel öğünler dışında yiyecek yer mi ?

- a) Evet
- b) Hayır
- c) Bazen

10. Cevap evet ya da bazen ise nelerdir ? (Önem sırasına göre üç tanesi işaretlenecek)

- a) Ekmek-peynir
- b) Meyve
- c) Ayran,yoğurt,süt....
- d) Çikolata-şeker
- e) Simit
- f) Diğer

V. Deneklerin Vücut Ağırlığı-Boy Uzunluğu

Vücut ağırlığı kg.

Boy uzunluğu cm.

VI. Aileye İlişkin 24 Saatlik Besin Tüketim Tablosu :

	Yemeklerin İçine Girenler	Miktar (Kg-adet)	Öğündeki Birey Sayısı	Artık	Net Tüketilen Miktar
SABAHA					
KUŞLUK					
ÖĞLE					
İKİNDİ					
AKŞAM					
YATMADAN ÖNCE					

EK-B 6-12 Yaş Grubu İçin Önerilen Vücut Ağırlığı Standardı

Yaş(Yıl)	Normal Üstü (% 120 üzeri)	Normal (% 120-80)	Zayıf (% 80-60)
Erkek			
6	24.7	24.6-16.4	16.3-12.3
7	27.1	27.0-18.0	17.9-13.5
8	29.7	29.6-19.8	19.7-14.8
9	32.7	32.6-21.8	21.7-16.3
10	36.0	35.9-23.9	23.8-17.9
11	39.6	39.5-26.3	26.2-19.7
12	43.5	43.4-29.0	28.9-21.7
Kız			
6	24.7	24.6-16.4	16.3-12.3
7	27.2	27.1-18.1	18.0-13.6
8	29.9	29.8-19.8	19.7-14.9
9	32.9	32.8-21.8	21.7-16.4
10	36.1	36.0-24.0	23.9-18.0
11	39.7	39.6-26.4	26.3-19.8
12	43.7	43.6-29.0	28.9-21.8

EK - C 6-12 Yaş Grubu İçin Önerilen Boy Uzunluğu Standarda

Yaş(Yıl)	Normal Üstü (% 110 üzeri)	Normal (% 110-90)	Kısa (% 90'ın altı)
----------	------------------------------	----------------------	------------------------

Erkek

6	126	125-103	102
7	132	131-107	106
8	137	136-112	111
9	143	142-116	115
10	148	147-121	120
11	153	152-124	123
12	159	158-130	129

Kız

6	124	123-101	100
7	131	130-106	105
8	136	135-111	110
9	142	141-115	114
10	147	146-120	119
11	153	152-124	123
12	162	161-131	130

EK - D Günlük Tüketim Birimi Hesaplama Cetveli
(A)

Yaş Grubu	Erkek	Kadın
0 - 1		0.4
1 - 3		0.5
4 - 6		0.6
7 - 9		0.7
10 - 12	0.9	0.8
13 - 15	1.1	0.9
16 - 19	1.2	0.8
20 - 29	1.0	0.8
30 - 39	1.0	0.7
40 - 49	0.9	0.7
50 - 59	0.9	0.6
60 - 69	0.8	0.6
70 +	0.7	0.5

Tüketim Birimlerinin Öğünlere Dağılımı

(B)

Yaş Grubu	Sabah		Öğle		Akşam	
	Erkek	Kadın	Erkek	Kadın	Erkek	Kadın
0 - 1						
	0.1		0.1		0.2	
1 - 3	0.1		0.2		0.2	
4 - 6	0.1		0.2		0.3	
7 - 9	0.2		0.2		0.3	
10 - 12	0.2	0.2	0.3	0.3	0.4	0.3
13 - 15	0.2	0.2	0.4	0.3	0.5	0.4
16 - 19	0.2	0.2	0.4	0.3	0.6	0.3
20 - 29	0.2	0.2	0.3	0.3	0.5	0.3
30 - 39	0.2	0.2	0.3	0.2	0.5	0.3
40 - 49	0.2	0.2	0.3	0.2	0.4	0.3
50 - 59	0.2	0.1	0.3	0.2	0.4	0.3
60 - 69	0.2	0.1	0.3	0.2	0.3	0.3
70 +	0.2	0.1	0.2	0.2	0.3	0.2

EK - E Enerji ve Besin Ögelerini Karşılacak Günlük Yiyecek Miktarları (Gram)

	ÇOCUKLAR		GENÇ ERKEK	GENÇ KIZ
	6 YAŞ	7-9 YAŞ	10 - 12 YAŞ	10 - 12 YAŞ
1. Grup :				
Et, Yumurta				
Kurubaklagil Top.120		130	130	115
Et	40	50	65	60
Yumurta	50	50	25	25
Kurubaklagil	30	30	40	30
2. Grup :				
Süt ve Ürenleri				
Süt olarak top.	500	500	500	500
Süt, Yoğurt	350	350	350	350
Peynir, Çökelek	30	30	30	30
3. Grup :				
Sebze ve Meyve				
Toplam	300	350	400	400
Yeşil ve Sarı	100	100	150	150
Diğerleri	200	250	250	250
4. Grup :				
Tahıllar				
Ekmek	100	200	250	250
Pirinç, Bulgur, Makarna, Un	50	60	65	60
5. Grup :				
Yağlar ve Şeker- ler				
Yağlar toplamı	20	30	50	40
Katı yağ	10	15	25	20
Sıvı yağ	10	15	25	20
Yağlı tohum	10	10	10	10
Tatlılar toplam	50	50	60	60
Şeker	30	30	30	30
Bal, Pekmez				
Reçel, vb.	20	20	30	20