

## Bölüm 5

# ÇOCUKLARDA BESLENMEDE AİLE TUTUMLARI NASIL OLMALIDIR?

Müslüm KUL<sup>1</sup>

Yeterli, dengeli ve düzenli beslenme, çocukluk çağında büyüme gelişmenin ilk şartı olduğu kadar bireyin ve de bireyin parçası olduğu toplumun bedensel ve ruhsal sağlamlık halinin de en temel koşuludur. Yetersiz ve dengesiz beslenme ise çocukta, yalnızca sağlıklı büyüme ve gelişmenin istenen ölçülerde olmasını engellemekle kalmaz, ruhsal açıdan da yetersizliklere neden olur. Sağlıklı ve dengeli beslenmenin çocukların ruhsal, davranışsal ve bilişsel gelişimine katkı sağladığı ve öğrenme ile ilgili potansiyelinin tamamının açığa çıkarılmasında önemli etkenlerden biri olduğu kabul edilmektedir (1).

Sağlıklı çocuklarda beslenme probleminin sıklığı ile ilgili çok fazla veri yoktur. Bu durumun en önemli nedeni probleme net sınırların çizilememesidir. Bununla beraber klinik pratikte oldukça sık bir başvuru nedenidir. Beslenme ile ilgili yazın incelendiğinde konu hakkında çalışan uzmanların ortak görüşü, beslenme alışkanlıklarının çocukluk döneminde şekillendiği ve erişkinlik döneminde çok fazla değişime uğramadan devam ettiğidir. Bu anlamda çocukluk döneminde sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılması ve yanlış beslenme alışkanlıklarının önüne geçilmesi, ileride karşılaşılabilecek sağlık sorunlarının önlenmesi açısından çok önemlidir. Uygun yeme tutumlarının geliştiği, dengeli ve sağlıklı beslenen çocuklarda yaşamın ileri dönemlerinde yeme bozuklukları gelişme ihtimali azalırken, yanlış beslenme tutumlarının neden olduğu dengesiz ve sağlıksız beslenmede ise başta anoreksia, bulimia gibi yeme bozuklukları ve obezite görülme sıklığında artış meydana gelir (2).

Yeme bozuklukları diğer psikiyatrik bozukluklara kıyasla multidisipliner yaklaşım gerektirmeleri, genel tıbbi tablonun belirgin şekilde etkilenmesi ve kötü gidiş göstermeleri nedeni ile farklılık gösterir. Yanlış beslenme tutumlarının ve

<sup>1</sup> Uzman Doktor, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı, Mersin Eğitim ve Araştırma Hastanesi, kulmuslum75@yahoo.com

## **KAYNAKLAR**

1. Ruel MT, Alderman H. Maternal and Child Nutrition Study Group. Nutrition-sensitive interventions and programmes: how can they help to accelerate progress in improving maternal and child nutrition? *The Lancet*, 382(9891), 536-551. doi: 10.1016/S0140-6736(13)60843-0.
2. Stice E, Gau JM, Rohde P, et al. Risk factors that predict future onset of each DSM-5 eating disorder: Predictive specificity in high-risk adolescent females. *J Abnorm Psychol*,126 (1), 38-51. Doi: 10.1037/abn0000219.
3. Steyne DM, Arslanian SA, Connor EL, et al. Pediatric Obesity-Assessment, Treatment, and Prevention: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. *J Clin Endocrinol Metab*,102(3), 709-757. Doi: 10.1210/jc.2016-2573.
4. Anderson KL. A Review of the Prevention and Medical Management of Childhood Obesity. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*, 27 (1), 63-76. Doi: 10.1016/j.chc.2017.08.003.
5. Sharma S, Chuang RJ, Hedberg AM. Pilot-testing CATCH Early Childhood: A Preschool-based Healthy Nutrition and Physical Activity Program. *American Journal of Health Education*, 42 (1), 12-23. Doi:10.1080/19325037.2011.10599169.
6. Haszard JJ, Skidmore PM, Williams SM, et al. Associations between parental feeding practices, problem food behaviours and dietary intake in New Zealand overweight children aged 4-8 years. *Public Health Nutr*, 18 (6), 1036-1043. Doi: 10.1017/S1368980014001256.
7. İskender M, Tura G, Akgül Ö, ve ark. The relationship between the family environment, eating behavior and obesity for the secondary school students. *Int J Hum Scie*;11,10-26. Doi:10.14687/ijhs.v11i2.2940.
8. Mairs R, Nicholls D. Assessment and treatment of eating disorders in children and adolescents. *Arch Dis Child*, 101(12), 1168-1175. Doi:10.1136/archdischild-2015-309481.
9. Erdim L, Ergün A. Boşanmanın ebeveyn ve çocuk üzerindeki etkileri. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 3, 78-84. Doi:10.17681/hsp.13621.
10. Yıldırım S, Uskun E, Kurnaz M. Bir İl Merkezinde Liselerde Eğitim Gören Öğrencilerin Yeme Tutumları ve İlişkili Faktörler. *J Pediatr Res*, 4 (3),149-55. Doi: 10.4274/jpr.97659.
11. Aktaş Ş. 2016. Okul öncesi çağ çocuklar için aile Katılımlı beslenme Eğitim Modelinin Geliştirilmesi Ve Çocukların Beslenme Bilgi ve Davranışları Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi. Doktora Tezi, Ankara
12. Kerzner B, Milano K, MacLean WC, et al. A practical approach to classifying and managing feeding difficulties. *Pediatrics* 135, 344-353. Doi: 10.1542/peds.2014-1630.
13. Silverman AH. Behavioral management of feeding disorders of childhood. *Ann Nutr Metab*, 66 (5), 33-42. Doi: 10.1159/000381375.
14. Kurt E, Örün E. Yeme Bozukluğu Olan Çocuğa Yaklaşım. *J Curr Pediatr*,14, 129-135. Doi:10.4274/jcp.82474.
15. Friedman-Krauss A, Barnett WS. 2013. Early Childhood Education: Pathways to Better Health. *Preschool Policy Brief Issue 25*. New Brunswick, NJ: National Institute for Early Education Research (NIEER). <http://www.nieer.org/sites/nieer/files/health%20brief.pdf> adresinden 12.07.2019 tarihinde edinilmiştir.
16. Samlı G, Kara B, Ünal PC, ve ark. Annelerin emzirme ve süt çocuğa beslenmesi konusundaki bilgi, inanış ve uygulamaları: niteliksel bir araştırma. *Marmara Medical Journal*. 2006;19(1):13-20.
17. Hoque KE, Hoque KF, Thanabalan R. Relationships between parents' academic backgrounds and incomes and building students' healthy eating habits. *Peer J*, 3;6:e4563. Doi: 10.7717/peerj.4563.
18. Talip T, Serudin R, Noor S, et al. Qualitative study of eating habits in Bruneian primary school children. *Asia Pac J Clin Nutr*, 26(6),1113-1118. Doi: 10.6133/apjcn.022017.02.
19. Toker DE, Hocaoglu Ç. Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam*. 2009;22:36-42.

20. Recasens MA, Xicola- Coramina E, Manresa JM, et al. Impact of school-based nutrition and physical activity intervention on body mass index eight years after cessation of randomized controlled trial (AVall study). *Clin Nutr*,5614(18),32597-32604. Doi: 10.1016/j.clnu.2018.12.029.
21. O'Connell ML, Henderson KE, Luedicke J. Repeated exposure in a natural setting: A preschool intervention to increase vegetable consumption. *J Acad Nutr Diet*, 112(2):230-234. Doi: 10.1016/j.jada.2011.10.003.
22. Moore L, de Silva-Sanigorski A, Moore SN. (2013). A socio-ecological perspective on behavioural interventions to influence food choice in schools: alternative, complementary or synergistic? *Public Health Nutr*,16(6),1000-1005. Doi: 10.1017/S1368980012005605.
23. Rengin Zembat R , Kılıç Z, Ünlüer E , ve ark. Çocuğun Beslenme Alışkanlığını Kazanmasında Okul Öncesi Eğitim Kurumlarının Yeri. *Hacettepe University Faculty of the Health Sciences Journal*. 2015;1(2): 417-424.
24. Christian MS, Evans CE, Hancock N. Family meals can help children reach their 5 A Day: a cross-sectional survey of children's dietary intake from London primary schools. *J Epidemiol Community Health*, 67(4), 332-338. Doi: 10.1136/jech-2012-201604.
25. Yabancı N, Kısac İ, Karakuş SŞ. The Effects of Mother's Nutritional Knowledge on Attitudes and Behaviors of Children about Nutrition.Procedia. *Social and Behavioral Sciences*, 116, 4477-4481. Doi: 10.1016/j.sbspro.2014.01.97.
26. Guidetti M, Conner M, Prestwich A, et al. The transmission of attitudes towards food: two-fold specificity of similarities with parents and friends. *Br J Health Psychol*, 17(2):346-61. Doi: 10.1111/j.2044-8287.2011.02041.
27. Tucker JM, DeFrang R, Orth J, et al. Evaluation of a Primary Care Weight Management Program in Children Aged 2-5 years: Changes in Feeding Practices, Health Behaviors, and Body Mass Index. *Nutrients*, 11(3). pii: E498. Doi: 10.3390/nu11030498.
28. Mascola AJ, Bryson SW, Agras WS. Picky eating during childhood: a longitudinal study to age 11 years. *Eat Behav*,11, 253-257. Doi:10.1016/j.eatbeh.2010.006.
29. Taylor CM, Hays NP, Emmett PM. Diet at Age 10 and 13 Years in Children Identified as Picky Eaters at Age 3 Years and in Children Who Are Persistent Picky Eaters in A Longitudinal Birth Cohort Study. *Nutrients*, 11(4). pii: E807. Doi: 10.3390/nu11040807.
30. Nicholls D, Bryant-Waugh R. Eating disorders of infancy and childhood: definition, symptomatology, epidemiology, and comorbidity. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am*,18, 17-30. Doi:10.1016/j.chc.2008.07.008.
31. Emmett PM, Hays NP, Taylor CM. Antecedents of picky eating behaviour in young children. *Appetite*, 130, 163-173. Doi: 10.1016/j.appet.2018.07.032.
32. Taylor CM, Emmett PM. Picky eating in children: causes and consequences. *Proc Nutr Soc*,78 (2):161-169. Doi: 10.1017/S0029665118002586.
33. Hergüner, S. (2016). Çocuk ve Ergenlerde Beslenme ve Yeme Bozuklukları. *Aynur Pekcanlar Akay, Eyüp Sabri Ercan (Ed.), Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları içinde (386-408). Ankara: Hekimler Yayın Birliği*
34. Davis AM, Buruce A, Cocjin J, et al. Empirically supported treatments for feeding difficulties in young children. *Curr Gastroenterol Rep*, 12:189-194. Doi: 10.1007/s11894-010-0100-9.
35. Phalen JA. Managing feeding problems and feeding disorders. *Pediatr Rev*, 34(12):549-557. Doi: 10.1542/pir.34-12-549.
36. Hergüner S, Gökçay G. (2007). Beslenme Bozuklukları ve Çocuk. *Dilara Ümran Tüzün, Sabri Hergüner (Ed.), Çocuk Hastalıklarında Biyopsikososyal Yaklaşım. içinde (116-133). İstanbul:Epsilon Yayıncılık.*
37. Wright CM, Parkinson KN, Shipton D, et al. How do toddler eating problems relate to their eating behavior, food preferences, and growth? *Pediatrics*,120,1069-1075. Doi:10.1542/peds.2006-2961.
38. Hergüner, S. (2008). Bebeklerde ve küçük çocuklarda beslenme ve yeme sorunları.Fisun Çuhadaroğlu Çetin, Berna Pehlivan Türk, Fatih Ünal, Elvan İşeri, Süha Miral, Runa Uslu, Nahit Motavallı (Ed.), *Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Temel Kitabı. içinde (394-406). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.*