

Prof. Dr. Nursan ÇINAR¹
Arş. Gör. Özge KARAKAYA SUZAN¹

1. TAMAMLAYICI BESLENME TANIMI

Tamamlayıcı Besinlere Geçiş Zamanını Etkileyen Etmenler

Tamamlayıcı Beslenmeye Başlama Yaşı

Tamamlayıcı Besinlerin Miktarı

2. TAMAMLAYICI BESİNLER

3. TAMAMLAYICI BESİNLERİN HAZIRLANMASINDA VE SAKLANMASINDA UYULMASI GEREKEN KURALLAR-GÜVENLİ BESİN

4. BEBEK LİDERLİĞİNDE BESLENME MODELİ

KAYNAKLAR

GİRİŞ

Annenin gebelik döneminden itibaren bebeğin ilk iki yılındaki beslenmesi yani bebeğin ilk 1000 gün içindeki beslenmesi ileriki dönem ve tüm yaşamındaki sağlık durumunu etkilemektedir. Beslenme bebeklikteki önemini yanı sıra çocukluk ve erişkinlik dönemi sağlığının da belirleyicisidir. İlk altı anne sütü tek başına bebeğin ihtiyacının %100'ünü, 6-12 ay arası %50'sini, 12 aydan sonra %30'unu karşılamaktadır. Ayrıca, çoğu bebek yaklaşık altı ayda anne sütü dışındaki yiyecekler için gelişimsel olarak hazırdır. Çevresel sanitasyonun çok zayıf olduğu ortamlarda, tamamlayıcı gıdalara başlanması için altı aydan daha geç bir süre beklemek, gıda kaynaklı hastalıklara maruz kalmayı azaltabilir. Bununla birlikte, bebekler bu yaşta çevrelerini aktif olarak keşfetmeye başladıkları için, tamamlayıcı gıdalar verilmese bile toprak ve nesnelere yoluyla mikrobiyal kirleticilere maruz kalabileceklerdir. Bu nedenle, tamamlayıcı gıdaların tanıtılması için önerilen uygun yaş altı aydır. Tamamlayıcı beslenme

¹Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı

KAYNAKLAR

- Agostoni C, Decsi T, Fewtrell M, Goulet O, Kolacek S, Koletzko B, et al. Complementary feeding: a commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2008; 46(1): 99-110.
- Agostoni C, Decsi T, Fewtrell M, Goulet O, Kolacek S, Koletzko B, Michaelsen KF, Moreno L, Puntis J, Rigo J, Shamir R, Szajewska H, Turck D, van Goudoever J; ESPGHAN Committee on Nutrition:Complementary feeding: a commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition.*J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2008;46(1):99-110.
- Akcaboy, M., Oğuz, M. M., Zorlu, P., & Şenel, S. (2017). Bir Olgu ile Tamamlayıcı Beslenmede Yeni Akim: Bebek Liderliğinde Beslenme. *Gazi Medical Journal*, 28(2).
- Akers S, Groh-Wargo S. Normal Nutrition During Infancy. İçinde Samour PQ, King K, editörler. *Pediatric Nutrition Handbook*, 3. Baskı, Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers; 2005. 75-107.
- Arantes ALA, Neves FS, Campos AAL, Pereira Netto M. The baby-led weaning method (blw) in The conTexT of complemenTary feeding: a review. *Rev Paul Pediatr.* 2018; 36(3): 353–63.
- Brown A. No difference in self-reported frequency of choking between infants introduced to solid foods using a baby-led weaning or traditional spoon-feeding approach. *J Hum Nutr Diet.* 2018;31(4):496-504.
- Cameron SL, Heath A-LM, Taylor RW. Healthcare professionals' and mothers' knowledge of, attitudes to and experiences with, baby-led weaning: a content analysis study. *BMJ Open.* 2012;2(6):e001542.
- Cameron SL, Taylor RW, Heath A-LM. Parent-led or baby-led? Associations between complementary feeding practices and health-related behaviours in a survey of New Zealand families. *BMJ open* 2013;3:e003946.
- Cameron SL, Taylor RW, Heath A-LM. Parent-led or baby-led? Associations between complementary feeding practices and health-related behaviours in a survey of New Zealand families. *BMJ Open.* 2013;3(12):e003946.
- D'Andrea E, Jenkins K, Mathews M, Roebbothan B. Babyled weaning: a preliminary investigation. *Can J Diet Pract Res* 2016;77(2):72-7.
- Dogan E, Yilmaz G, Caylan N, Turgut M, Gokcay G, Oguz MM. Baby-led complementary feeding: Randomized controlled study. *Pediatr Int.* 2018;60(12):1073-80.
- Du Toit G, Katz Y, Sasieni P, et al. Early consumption of peanuts in infancy is associated with a low prevalence of peanut allergy. *J Allergy Clin Immunol* 2008; 122: 984-91.
- EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific opinion on the appropriate age for introduction of complementary feeding of infants. *EFSA J* 2009;7:1423.
- Elmacioğlu F. Anne ve Bebek Beslenmesi. Ankara: Hatiboğlu Yayınevi; 2008.
- ESPHGAN Committee on Nutrition: Agostoni C, Decsi T, Fewtrell M, Goulet O, Kolacek S, Koletzko B, et al. Complementary feeding: a commentary by the ESPGHAN Committee on Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 2008;46(1):99–110.
- European Food Safety Authority (EFSA) Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA), scientific opinion on the appropriate age for introduction of complementary feeding of infants. *EFSA Journal* . 2009;7(12): 1423-38.

- Fangupo LJ, Heath A-LM, Williams SM, Williams LWE, Morison BJ, Fleming EA, et al. A baby-led approach to eating solids and risk of choking. *Pediatrics*. 2016;138(4):e20160772.
- Fewtrell M, Bronsky J, Campoy C, Domellöf M, Embleton N, Mis NF, et al. Complementary Feeding: A Position Paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. *JPGN* 2017;64:119–132.
- Fu X, Conlon CA, Haszard JJ, Beck KL, von Hurst PR, Taylor RW, et al. Food fussiness and early feeding characteristics of infants following Baby-Led Weaning and traditional spoon-feeding in New Zealand: An internet survey. *Appetite*. 2018;130:110-6.
- Gökçay G. 99 Sayfada Bebek Beslenmesi. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları; 2007.
- Greer FR, Sicherer SH, Burks AW; American Academy of Pediatrics Committee on Nutrition; American Academy of Pediatrics Section on Allergy and Immunology. Effects of early nutritional interventions on the development of atopic disease in infants and children: the role of maternal diet restriction, breastfeeding, timing of introduction complementary foods, and hydrolyzed formula. *Pediatrics* 2008; 121: 183-91.
- Gür E. Anne Sütü ile beslenme. *Türk Ped Arş*. 2007; 42 (Özel Sayı): 11-5.
- Jones S. A history of baby-led weaning: the evolution of complementary feeding trends. *Journal of Health Visiting*. 2016;4(10):524-30.
- Kleinman R, American Academy of Pediatrics Committee on Nutrition. Complementary Feeding. İçinde: Kleinman R, editör. *Pediatric Nutrition Handbook*. 5. Baskı. Elk Grove Village, ILL.; American Academy of Pediatrics.2003;103-115.
- Köksal G, Özel Gökmen H. Bebek beslenmesi. Erişim tarihi 05.07.2020, http://www.beslenme.saglik.gov.tr/content/files/yeterlibeslenme/08_bebek_beslenmesi.pdf.
- Köksal, G., & Özel, H. G. (2008). Bebek beslenmesi. Ankara/Türkiye.
- Kramer MS, Kakuma R. The optimal duration of exclusive breastfeeding; a systematic review Geneva. World Health Organization 2002.
- Kürtüncü, M., Arslan, N., & Eyüpoğlu N.D. (2018). A Baby Friendly Approach to Complementary Nutrition. *Health Sciences Research in the Globalizing World*, 355.
- Locke, A. Agency, 'good motherhood' and 'a load of mush': Constructions of baby-led weaning in the press. In *Women's Studies International Forum* 2015;53:139- 46
- Pan American Health Organisation. Guiding principles for complementary feeding of the breastfed child. Washington DC: Pan American Health Organisation and World Organisation, 2002. Erişim tarihi 02.07.2020, http://www.who.int/nutrition/publications/guiding_principles_compfeeding_breastfed.pdf.
- Sachdev HP, Krishna J, Puri RK, Satyanarayana L, Kumar S. Water supplementation in exclusively breastfed infants during summer in the tropics. *Lancet*. 1991 Apr 20; 337(8747): 929-33.
- Schiess S, Grote V, Scaglioni S, Luque V, Martin F, Stolarczyk A, Vecchi F, Koletzko B; European childhood obesity project. Introduction of complementary feeding in 5 european countries. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*. 2010; 50(1):92-98.

- Schwartz C, Scholtens PA, Lalanne A, Weenen H, Nicklaus S. Development of healthy eating habits early in life. Review of recent evidence and selected guidelines. *Appetite*. 2011;57(3):796-807.
- Sivri BB. 0-6 aylık bebeği olan annelerin katı gıdaya geçiş süreci ve emzirmeye ilişkin bilgi ve uygulamaları. *ACU Sağlık Bil Derg*. 2014; 5(1): 59-65.
- Tamamlayıcı Beslenme. Sağlık Çalışanları için Rehber Kitap. Erişim tarihi 05.07.2020, http://aile.tokatsm.gov.tr/Veriler%5CMevzuat%5CBilgi%5CKitap%5CTamamlayici_Beslenme_Sag_Cal_Icin_Rehber.pdf.
- Tokatlı A. Ek besinlere geçiş weaning dönemi. *Katkı Pediatri Dergisi*.2003;25(2): 253-259.
- Trahms CM. Nutrition During Infancy. İçinde: Mahan K, Escott-Stump S. Krause's Food, Nutrition & Diet Therapy. 12 th ed. USA: Saunders; 2008.
- UNICEF/WHO. Baby-friendly Hospital Initiative, revised, updated and expanded for integrated care, Sections 1–5. Geneva, World Health Organization, 2009.
- What is complementary feeding? A philosophical reflection to help a policy process. Erişim tarihi 17.07. 2020. , http://www.ibfan.org/art/IBFAN_CF_FINAL_document.pdf.
- WHO. IMCI adaptation guide. Part 3: the study protocols. Geneva, World Health Organization, 2002.
- World Health Organization (WHO), United Nations Children's Fund (UNICEF). (2018). Global Breastfeeding Scorecard, Enabling Breastfeeding Through Policies and Programmes. Geneva, p.4. <https://www.who.int/nutrition/publications/infant-feeding/global-bf-scorecard-2018.pdf?ua=1>
- World Health Organization. (2009). Infant and young child feeding: model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals. World Health Organization.
- World Health Organization. Complementary feeding. Family foods for breastfed infants. Erişim tarihi 02.06.2020, http://whqlibdoc.who.int/hq/2000/WHO_NH-D_00.1.pdf.
- Yalçın, S. S., Tezel, B., Yurdakök, K., Pekcan, G., Özbas, S., Köksal, E., & Buzgan, T. (2013). A community-based iron supplementation program, "Iron-like Turkey", and the following prevalence of anemia among infants aged 12-23 months. *The Turkish journal of pediatrics*, 55(1), 16.
- Yazıcı B. (2018). Tamamlayıcı Beslenme. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi* 10(1):7-16.