



Bebek ve Çocuk Beslenmesi

Birgül TUNCAY¹

GİRİŞ

Bebek ve çocuklarda sağlıklı büyüme ve gelişme, öncelikle yeterli ve dengeli beslenmeyle mümkündür. Bebeklik ve çocukluk döneminde, sağlıklı bir beslenme davranışı oluşturmak erken dönemde beslenme sorunları, beslenme yetersizliklerinin önlenmesinin yanı sıra yetişkinlik dönemindeki birçok kronik hastalıklardan korunmayı sağlamaktadır. Sağlıklı toplumların temelini, sağlıklı çocuklar oluşturmaktadır. Bu nedenle çocukların besin ögesi gereksinimlerinin yeterli ve dengeli biçimde sağlanması ve kanıta dayalı uygulamalarla doğru ve kalıcı beslenme alışkanlıklarının kazandırılması önemlidir.

BEBEK VE ÇOCUKLARDA BESLENME ŞEKİLLERİ

Süt çocukluğu döneminde (0-2 yaş) çocuklar, koşullar doğrultusunda, anne sütü, hazır mama ya da inek sütü ile beslenebilir.

Anne Sütü İle Beslenme

Anne sütü; bebeğin büyüme ve gelişmesi için gereken bütün besin öğelerini barındıran mucizevi bir besindir. Anne sütünün içeriğinde büyüme faktörleri, bağışıklık sistemini destekleyici faktörler, enzim, sıvı, hormonlar yer almaktadır (Brown, Walsh, ve McGuire, 2019; Czosnykowska-Łukacka, Królak-Olejnik, ve

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Gümüşhane Üniversitesi, Kelkit Sema Doğan Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, brgtuncay@gmail.com

KAYNAKLAR

- Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S., & Yaman, M. (2015). Anne ve çocuk beslenmesi. Pegem Akademi
- Ateşşaoğlu, P., Mete, M., Gökçay, G., Tamay Z., & Yetim, A. (2013). Anne sütü ile beslenmenin çocuk ruh sağlığına etkileri. *Çocuk Dergisi*, 13 (3),101-108.
- Aydoğdu, S. (2003). Bebek beslenmesinde anne sütü, formüla ve inek sütü. *SSK Tepecik Hastanesi Dergisi*, 13(Suppl 1), 1-9.
- Ballard, O., & Morrow, A. L. (2013). Human milk composition, nutrients and bioactive factors. *Pediatr Clin N Am*, 60,49-74.
- Başkale, H., & Serçekeş, P. (2014). Anne sütünün saklama koşullarına yönelik güncel bilgi ve uygulamalar. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 7(4), 311-314.
- Beşer, Ö. F. (2018). Zamanında doğmuş sağlıklı çocuklarda tamamlayıcı beslenme. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 10(6), 6-12.
- Brown, C.R., Dodds, L., Legge, A., Bryanton, J., & Semenec, S. (2014). Factors influencing the reasons why mothers stop breastfeeding. *Canadian Journal of Public Health*, 105(3), e179-e85.
- Brown, J. V., Walsh, V., & McGuire, W. (2019). Formula versus maternal breast milk for feeding preterm or low birth weight infants. *Cochrane Database of SystematicReviews*, 8, DOI: 10.1002/14651858.CD002972.pub3.
- Conk, Z., Başbakkal, Z., Yılmaz, H. B., & Bolışık, B. (Eds.). (2013). Pediatri hemşireliği. Akademişyen Tıp Kitabevi.
- Czosnykowska-Łukacka, M., Królak-Olejnik, B., & Orczyk-Pawilowicz, M. (2018). Breast milk macronutrient components in prolonged lactation. *Nutrients*, 10(12), 1893.
- DiMaggio, D. M., Du, N., Scherer, C., Brodli, S., Shabanova, V., Belamarich, P., & Porto, A. F. (2019). Comparison of imported european and us infant formulas: Labeling, nutrient and safety concerns. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*, 69(4),480-486.
- Douglas, P., & Geddes, D. (2018). Practice-based interpretation of ultrasound studies leads the way to more clinical support and less pharmaceutical and surgical intervention for breastfeeding infants. *Midwifery*, 58, 145-155.
- Esin, K., & Toğay, S. Ö. (2023). Toz bebek mamalarının mikrobiyolojik kalitelerinin ve mama hazırlama önerilerine uygunluğunun araştırılması. *Food and Health*, 9(1), 27-36.
- Fewtrell, M., Bronsky, J., Campoy, C., Domellöf, M., Embleton, N., & Mis, N. F. (2017). Complementary Feeding: A Position Paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) Committee on Nutrition. *JPGN*, 64, 119-132.
- Genç, R. (2020). Anne Sütünün Çocuk Sağlığı Açısından Önemi. (Ed: Çeber ET, Akçiçek E, Ekşi-oğlu A). Anne Sütü ve Emzirme. Ankara:Vize Basın Yayın.
- Giray, H. (2004). Anne sütü ile beslenme. *STED*, 13(1), 12-15.
- Gökçay, G. (2015). Breastfeeding: for the sake of the Europe and the world: European Society for Social Pediatrics and Child Health (ESSOP) Position Statement. *Child: Care, Health Dev*, 35, 293-297.
- <https://www.tarim.gov.tr/Mevzuat/Turk-Gida-Kodeksi>
- Karağaoğlu, N., & Samur, G. E. (2019). Anne ve çocuk beslenmesi. Pegem Akademi.
- Kent, R. M., Fitzgerald, G. F., Hill, C., Stanton, C., & Ross, R. P. (2015). Novel approaches to improve the intrinsic microbiological safety of powdered infant milk formula. *Nutrients*, 7(2), 1217-1244.
- Köksal, G., & Özel, H. G. (2019). Çocuk hastalıklarında beslenme tedavisi. Hatipoğlu Yayınları, 124.
- Leonard, H., & Wen, X. (2002). The epidemiology of mental retardation: Challenges and opportunities in the New Millennium. *Mental Retardation tnd Developmental Disabilities Research Reviews*, 8(3), 117-134.

- Meydanlıoğlu, A. (2016). Çocukların besin tüketimi ve beslenme davranışlarının akademik başarılarına etkisi. *Eđitim ve Öđretim Araştırmaları Dergisi/Journal of Research in Education and Teaching*, 368- 372.
- Mills, S. P. (2009). Workplace lactation programs: a critical element for breastfeeding mothers' success. *AAOHN journal*, 57(6), 227-231.
- Moon, R. Y., & Fu, L. (2012). Sudden infant death syndrome: an update. *Pediatr Rev*, 33, 314-320.
- Özkara, H., Fidancı, B. E., Yıldız, D., & Kaymakamgil, Ç. (2016). Emzirme danışmanlığı. *TAF Pre-ventive Medicine Bulletin*, 15(6), 551-555.
- Özmert, E. N. (2005). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-I: Beslenme. *Çocuk sağlığı ve hastalıkları dergisi*, 48(1), 179-195.
- Snyder, K., Hansen, K., Brown, S., Portratz, A., White, K., & Dinkel, D. (2018). Workplace Breastfeeding Support Varies by Employment Type: The Service Workplace Disadvantage. *Breastfeed Med.*, 13(1), 23-27.
- Şanlıer, N. (2013). Okul öncesi ve okul çağı çocuklara yönelik beslenme önerileri ve menu programları. *Türkiye Halk Sağlığı Kurumu*, 915.
- UNICEF, U. W. (2002). Food and Nutrition Needs in Emergencies
- UNICEF (2019). The state of the world's children. children, food and nutrition: Growing well in a changing world 2019. Eriřim Linki: <https://www.unicef.org/reports/state-ofworlds-children-2019> Eriřim Tarihi: 20.03.2023
- Usta, Y., Arslanköylü, A. E., & Yılgör, E. (2007). Protein enerji malnutrisyonu patofizyolojisi ve tedavisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Pediatric Sciences*, 3(6), 51-55.
- Yapıcı, Ş., & Yapıcı, M. (2005). Geliřim ve öğrenme psikolojisi. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yařar, M. R. (2016). Yoksulluk, akademik başarı ve kültürel sermaye ilişkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(11), 202-237.