

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/329449913>

# Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Süt Tüketme Alışkanlıkları ve Annelerinin Çocuklarına Süt Tükettirme Gerekçeleri

Article · May 2018

CITATIONS

0

READS

131

4 authors, including:



Nesrin Karaca Sanyürek  
Munzur Üniversitesi

39 PUBLICATIONS 18 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Bazı meyvelerden elde edilen şaraplardaki biyojen aminlerin tespiti [View project](#)



The Using of Rsm on Removal of Methylene Blue from Aqueous Solutions by Grape Seed (Tunceli-Elazığ) as a Low-Cost and Eco Friendly Adsorbent [View project](#)

**Makale Geliş Tarihi:** 30. 03. 2018**Makale Kabul Tarihi:** 28.05. 2018**Orcid ID:** 0000-0002-5061-4006

## **OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARININ SÜT TÜKETME ALIŞKANLIKLARI VE ANNELERİNİN ÇOCUKLARINA SÜT TÜKETTİRME GEREKÇELERİ**

**Kazım BAŞ\*****Aynur YAMAN\*\*****Nesrin KARACA SANYÜREK\*\*\*****Nazan GÜRARSLAN BAŞ\*\*\*\***

### **ÖZ**

Çalışma, okul öncesi dönem çocuklarının süt tüketme alışkanlıklarını ve annelerinin çocuklarına süt tükettirme gerekçelerini belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Çalışma 4-29 Nisan 2016 tarihleri arasında bir il merkezinde, devlete bağlı okul öncesi kurumlarda yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini 182 okul öncesi çocuğu olan anne oluşturmuştur. Araştırmanın verileri 30 sorudan oluşan anket formu ile toplanmıştır. Elde edilen veriler bilgisayar destekli SPSS programında, sayı ve yüzdelik ve ki-kare testleri ile analiz edilmiştir. Çocukların %76.4'ünün günlük süt tükettiği, %91.8'inin sütü severek içtiği görülmüştür. Annelerin ise çocuklarına, kemikleri güçlendirmek (%94.9), büyümeyi desteklemek (%80.3), diş sağlığını korumak (%73.6), kasları güçlendirmek (%51.2) ve sinir sisteminin gelişimini desteklemek (%35.7) amacıyla süt verdiklerini ifade etmiştir. Elde edilen bulgulara göre okul öncesi dönem çocuklarının ¼'ünün günlük süt tüketmediği saptanmıştır. Çocukla çalışan meslek profesyonellerinin anneleri, çocuklarına süt tükettirmenin önemi konusunda bilgilendirmeleri önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Çocuk, okul öncesi dönem, sağlık, süt.

\* Öğr. Gör.,Munzur Üniversitesi, Meslek Yüksekokulu, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, kbas@Munzur.edu.tr

\*\* Munzur Üniversitesi, Gıda Mühendisliği Öğrencisi

\*\*\* Dr. Öğr.Üyesi., Munzur Üniversitesi, Gıda Mühendisliği

\*\*\*\* Dr.Öğr. Üyesi., Munzur Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu

## **MILK CONSUMPTION HABITS OF PRE-SCHOOL CHILDREN AND MOTHERS' REASONS OF CONSUMING MILK TO THEIR CHILDREN**

### **ABSTRACT**

The study was conducted as a descriptive study to determine the habits of milk consumption of pre-school children and the reasons of mothers consuming milk to their children. The study was carried out in pre-school institutions in a city, between 4-29 April 2016. The study sample is consisted of 182 mothers with preschool children. The research data were collected using a questionnaire containing 30 questions. The obtained data were analyzed by number and percentage and chi-square tests in SPSS programme. It was seen that 76.4% of the children consumed milk daily, 91.8% of them loved drinking milk. Mothers stated that they gave milk to their children to strengthen bones (94.9%), support growth (80.3%), protect dental health (73.6%), strengthen muscles (51.2%) and support nervous system development (35.7%). According to the findings, it was determined that ¼ of pre-school children did not consume milk daily. In this case it is recommended that occupational professionals working with the children should give information to mothers about importance of milk consumption on child health.

**Key Words:** Child, pre-school stage, health, milk

### **Giriş**

Süt, içeriği bakımından zengin bileşime sahip olan bir besin kaynağıdır (Yiğit ve Tezcan, 2009). İnsan hayatı boyunca süt tüketimine gereksinim duyar. Ancak çocukluk, gebelik ve yaşlılık gibi kritik yaşam dönemlerinde bu gereksinim artar (Li ve ark., 2015; Ünal ve Besler, 2012; Wiley, 2011). Sütün, büyüme, gelişme, doku farklılaşması ve bağışıklık sistemine olumlu etkilerinin yanı sıra, bireyi hipertansiyon, kanser, obezite ve diş çürüğü risklerine karşı koruyucu rolleri de bulunmaktadır (Dror ve Allen, 2011; Garipağaoğlu ve Özgüneş, 2008; Sümbül ve Ünüsan, 2009; Ünal ve Besler, 2012). Dolayısıyla da sütün yeterli miktarda tüketilmesi insan sağlığı açısından yararlıdır.

Büyüme ve gelişme dönemindeki çocuklar beslenmelerinde gerekli olan kalsiyumun önemli bir bölümünü süt ve süt ürünleriyle karşılamaktadır (Li ve ark., 2015; Sümbül ve Ünüsan, 2009). Yapılan bazı araştırmalar düzenli süt tüketiminin, çocuklarda boy uzaması ve kilo alımı üzerinde olumlu etkilerinin olduğunu gösterirken (Du ve ark., 2004; Grillenberger ve ark., 2006), yetersiz süt tüketiminin kemik gelişimi olumsuz etkileyerek kırık (Hoppe ve ark., 2004; Wiley, 2009) ve osteoporoz gibi sorunlarına yol açabileceğini bildirmektedir (Drior ve Allen, 2011; Ünal ve Besler, 2012).

Çocukların sağlıklı büyüme ve gelişmeleri için günde en az iki porsiyon süt ya da süte eşdeğer besin tüketmeleri gerekir (Sepp ve ark., 2001; Ünal ve Besler, 2012; Sümbül ve Ünüsan, 2009). Literatür, birçok Avrupa ülkesinde kişi başı tüketilen süt miktarının 100 ml olduğunu ancak ülkemizde bu oranın 24 ml'e düştüğünü ve süt tüketiminin istendik düzeyde olmadığını ifade etmektedir (Ünal ve Besler, 2012). Yine okul çocuklarının meyve, sebze ve süt gibi sağlıklı besinlerin yerine, hazır meyve suyu gibi şekerli ve gazlı besinleri tükettiği bildirilmektedir. (Garipağaoğlu ve Özgüneş, 2008; Li ve ark., 2015). Bu durum çocukların beslenme alışkanlıklarının, okul döneminde risk altında olduğunu göstermektedir. Bu gerekçeyle okul dönemine geçmeden çocuğa doğru beslenme alışkanlığı kazandırmak, yaşamın ileri evrelerinde ortaya çıkabilecek sorunları önleme açısından yarar sağlayacaktır. Çocuğun sağlıklı beslenme alışkanlığı kazanmasında rol oynayan başta ebeveynler olmak üzere sağlık profesyonelleri ve eğitimcilere önemli sorumluluklar düşmektedir. (Arslan ve Pekşen Akça, 2012; Garipağaoğlu ve Özgüneş, 2008; Oğuz ve Önay Derin, 2013). Literatürde okul öncesi dönem çocuklarının süt tüketimine ilişkin çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Ayrıca araştırmanın planlandığı ilde okul öncesi dönem çocuklarının süt ve süt ürünlerini tüketme durumları ve ailelerin çocuklarına süt tükettirme gerekçeleri ile ilgili çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu gerekçelerle araştırma, bir il merkezinde okul öncesi kurumlarda eğitim gören okul öncesi dönem çocuklarının süt tüketme alışkanlıklarını ve annelerinin çocuklarına süt tükettirme gerekçelerini belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

## **Materyal ve Yöntem**

Araştırma, 4-29 Nisan 2016 tarihleri arasında, Tunceli il merkezinde bulunan ve devlete bağlı okul öncesi kurumlarda (6 tane okul öncesi kurum) yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini okul öncesi kurumlarda eğitim gören okul öncesi dönem çocuklarının anneleri oluşturmuştur. Evrenden örneklem seçimine gidilmeden, araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü 182 anne araştırmanın örneklemi oluşturmuştur. Araştırmanın verileri, araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda oluşturulan “*Çocukların süt tüketimi ve annelerin çocuklarına süt tükettirme gerekçeleri*” soru formu ile toplanmıştır. Soru formu, anne ve çocukların tanıtıcı özelliklerini içeren 10 soru; çocukların süt tüketim alışkanlıklarını değerlendirmeyi içeren 10 soru ( günlük süt tüketme durumu, sütü tüketme şekli, sütü severek tüketme vb) ve annelerin çocuklarına süt tükettirme gerekçelerini belirlemeyi amaçlayan 10 soru (kemik gelişimini desteklemek, diş sağlığını korumak vb.) olmak üzere toplam 30 sorudan oluşmaktadır. Veri toplama araçları, uygulanmaya başlamadan önce araştırma kapsamına alınmayan özel bir okul

öncesi kurumunda eğitim gören 10 okul öncesi dönem çocuğun ebeveynlerine uygulanarak gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Soru formu, 4-9 Nisan 2016 tarihleri arasında, araştırmanın amacını açıklayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olduğunu bildiren bir izin formu ile zarf içinde okul öncesi dönem çocukları ile annelere gönderilmiştir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan anneler izin formunu imzalayıp, soru formunu doldurduktan sonra aynı zarf içerisinde çocuklarıyla okula, öğretmenlere göndermiştir. Araştırmacılar 23-29 Nisan 2016 tarihleri arasında okul öncesi kurum öğretmenlerinden okula geri gönderilen soru formlarını toplamıştır. Eksik ve boş bırakılan 45 soru formu örnekleme dahil edilmemiştir. Elde edilen veriler SPSS veri tabanına aktarılarak sayı, yüzdelikler ve ki-kare önemlilik testi kullanılarak değerlendirilmiştir.

Çalışmanın yapılabilmesi için İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı okul öncesi kurumlardan yazılı izin alındıktan sonra ailelere araştırmanın amacını açıklayan form gönderilerek ailelerin yazılı onayları alınmıştır.

## Bulgular

Okul öncesi dönem çocuğu annelerin çocuklarının süt tüketme alışkanlıkları ve annelerin çocuklarına süt tükettirme gerekçelerini belirlemek amacıyla yapılan çalışmanın bulguları aşağıda verilmiştir.

**Tablo 1.** Anneleri ve Çocukları Tanıtıcı Bazı Özelliklerin Dağılımı (N=182)

Özellikler	Sayı	Yüzde
<b>Anne Yaş (Ortalama±SS)</b>	33.87±4.56	
<b>Anne Öğrenim Durumu</b>		
Okur-yazar değil	2	1.1
İlkokul	8	4.4
Ortaokul	14	7.7
Lise	73	40.1
Üniversite ve Üstü	85	46.7
<b>Anne Çalışma Durumu</b>		
Çalışıyor	82	45.1
Çalışmıyor	100	54.9
<b>Annenin Gelir Algısı</b>		
Geliri giderinden az	22	12.1

Geliri giderine denk	154	84.6
Geliri giderinden fazla	6	3.3
<b>Çocuk Yaş (Ortalama±SS)</b>	5.36± 0.79	
<b>Çocuğun Cinsiyeti</b>		
Kız	83	45.6
Erkek	99	54.4

Yaş ortalaması 33.87±4.56 olan annelerin %46.7'sinin üniversite ve üstü öğrenime sahip olduğu, %54.9'unun gelir getirici bir işte çalışmadığı görülmüştür. Yaş ortalaması 5.36±0.79 olan çocukların %54.4'ünün erkek olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

**Tablo 2.** Çocukların Süt Tüketimine İlişkin Bazı Özelliklerin Dağılımı(N=182)

<b>Özellikler</b>	<b>Sayı</b>	<b>Yüzde</b>
<b>Günlük Süt Tüketme Durumu</b>		
Tüketiyor	139	76.4
Tüketmiyor	43	33.4
<b>Sütü Severek Tüketme Durumu</b>		
Tüketiyor	167	91.8
Tüketmiyor	15	8.2
<b>Süt Tüketme Öğünü</b>		
Sabah	107	58.8
Öğle	14	7.7
Akşam	61	33.5
<b>Sütü Tüketme Şekli</b>		
Soğuk	31	17.0
Ilık	147	80.8
Sıcak	4	2.2
<b>Sütü Ek Madde ile Kullanma Durumu*</b>		
Kullanan	79	43.4
Kullanmayan	103	56.6
<b>Tüketilen Sütün Türü</b>		
Marketten Pastörize	124	68.1
Marketten Açık	5	2.7

Taze ve Günlük (Doğal)	53	29.2
------------------------	----	------

\*Kakao, Bal, Pekmez, Şeker vb

Çocukların %76.4'ünün günlük süt tükettiği, %91.8'inin sütü severek içtiği, %58.8'inin sabah saatlerinde süt tükettiği, %80.8'inin sütü ılık tükettiği, %43.4'ünün süte tatlandırıcı bir madde koyarak tükettiği, %68.1'inin marketten alınan pastörize sütü tükettiği belirlenmiştir (Tablo 2).

**Tablo 3.** Annelerin Çocuklarına Süt Tükettirme Gerekçeleri

Süt Tükettirme Gerekçesi	Sayı	Yüzde
<b>Kemikleri Güçlendirme*</b>	169	94.9
<b>Büyümeyi Destekleme*</b>	143	80.3
<b>Boy Uzamasını Sağlama*</b>	138	77.5
<b>Diş Sağlığını Koruma*</b>	131	73.6
<b>Kasları Kuvvetlendirme*</b>	92	51.2
<b>Sinir sistemini Güçlendirme*</b>	65	35.7

\*Birden fazla cevap verenler.

Annelerin %94.9'u kemikleri güçlendirme, %80.3'ü büyümeyi destekleme, %77.5'i boyun uzamamasını sağlama, %73.6'sı diş sağlığını koruma, %51.2'si kasları güçlendirme, %35.7'si sinir sistemini destekleme gerekçesiyle çocuklarına süt tükettirdiğini ifade etmiştir (Tablo 3).

**Tablo 4.** Annelerin Öğrenim Durumlarına Göre Çocuklarına Süt Verme Gerekçeleri

Gerekçe	Annenin Öğrenim Durumu				Toplam		P
	Ortaokul ve Öncesi		Lise ve sonrası				
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	

<b>Büyümeyi Destekleme (n=178)</b>							
Destekler	17	73.9	126	81.3	143	80.3	
Desteklemez	6	26.1	2	18.7	35	19.7	0.406
<b>Kemik Gelişimini Destekleme (n=178)</b>							
Destekler	19	82.6	150	96.8	169	94.9	0.036
Desteklemez	4	17.4	5	3.2	9	5.1	
<b>Diş Sağlığını Koruma (n=179)</b>							
Korur	12	50.0	120	77.4	132	73.6	0.011
Korumaz	12	50.0	35	22.6	47	26.4	

Lise ve üstü öğrenime sahip olan annelerin %96.8'i sütün kemik gelişimini desteklemede, %77.4'ü de diş sağlığını korumada etkili olması gerekçesiyle çocuklarına süt tükettirdiğini ifade ederken, orta okul ve altı öğrenime sahip annelerin %82.6'sı sütün kemik gelişimini destekleme ve %50.0'ı da diş sağlığını korumada etkili olması gerekçesiyle çocuklarına süt tükettirdiğini ifade etmektedir. Annelerin öğrenim durumlarına göre çocuklarına süt tükettirme gerekçelerine bakıldığında lise ve üstü öğrenime sahip olan annelerin kemik gelişimini destekleme ve diş sağlığını koruma gerekçeleriyle çocuklarına süt tükettirme oranı, orta öğretim ve altı öğrenime sahip olan annelere göre yüksek bulunmuş ve bu fark istatistiksel olarak anlamlı görülmüştür ( $p<0.05$ ).

**Tablo 5.** Annelerin Çalışma Durumlarına Göre Çocuklarına Süt Verme Gerekçeleri

Süt Tükettirme Gerekçesi	Annenin Çalışma Durumu				Toplam		P
	Çalışıyor		Çalışmıyor				
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
<b>Büyümeyi Destekleme(n=178)</b>							0.011
Destekler	71	88.8	72	73.5	143	80.3	
Desteklemez	9	11.2	26	26.5	35	19.7	
<b>Kemik Gelişimini Destekleme (n=178)</b>							0.036
Destekler	79	98.8	90	91.8	169	94.9	
Desteklemez	1	1.3	8	8.2	9	5.1	



<b>Kas Gelişimini Destekleme (n=177)</b>							
Destekler	50	62.6	42	42.9	92	51.2	0.046
Desteklemez	30	37.4	56	56.1	85	48.2	
<b>Boy Gelişimini Destekleme (n=178)</b>							
Destekler	68	85.0	68	69.4	136	76.4	0.023
Desteklemez	12	15.0	30	30.6	42	23.6	
<b>Diş Sağlığını Koruma (n=178)</b>							
Korur	67	83.8	64	65.3	131	73.6	0.013
Korumaz	13	16.3	34	34.7	47	26.4	

Çalışan annelerin %88.8'i sütün çocuklarda büyümeyi, %98.8'i kemik gelişimini, %62.6 kas gelişimini, %85.0'ı boy gelişimini desteklemesi ve %83.3'ü diş sağlığını koruması sebebiyle çocuklarına süt tükettirdiğini, çalışmayan annelerin ise sadece %73.5'inin sütün çocuklarda büyümeyi, %91.8'inin kemik gelişimini, %42.9'unun kas gelişimini, %69.4'ünün boy gelişimini desteklemesi ve %65.3'ünün de diş sağlığını koruması gerekçesiyle çocuklarına süt tükettirdiklerini ifade etmektedir. Çalışan annelerin büyümeyi, kemik gelişimini, kas gelişimini, boy gelişimini destekleme ve diş sağlığını koruma gerekçesiyle çocuklara süt tükettirme oranının, çalışmayan annelere göre daha yüksek olduğu görülmüş ve bu fark istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

## Tartışma

Süt ve süt ürünleri, çocuğun fiziksel gelişiminin yanında çocukta bellek, dikkat ve planlama gibi bilişsel işlevlerin gelişmesine de katkı sunmaktadır (Meydanlıoğlu 2016). Bu gerekçeyle çocuğa yeterli ve düzenli süt ve süt ürünlerini tükettirmek önemlidir. Çocukların beslenme alışkanlıklarının, okul öncesi dönemde şekillenmesi sebebiyle özellikle de bu dönemde, çocuğa süt tüketme alışkanlığı kazandırmada başta aile olmak üzere eğitici ve çocuk sağlığı alanında çalışan meslek profesyonellerine önemli sorumluluklar düşmektedir.

Yapılan bu son çalışmada, çocukların  $\frac{3}{4}$ 'ünün günlük süt tükettiği, tamamına yakınının sütü sevdiği, yarısından fazlasının sütü sabah öğününde,  $\frac{4}{5}$ 'ünden fazlasının sütü ılık ve

yaklaşık yarısına yakının da süte tatlandırıcı bir madde ekleyerek süt tükettiği görülmektedir. Yapılan bir araştırmada, çocukların %91.2'sinin sütü severek, %61.1'inin sıcak, %36.8'inin soğuk ve %89.1'inin de kahvaltıda tükettiği ifade edilmektedir (Nahçıvan, 2006). Diğer bir çalışmada ise çocukların %50'sinin sütü severek ve çoğunluğunun sabah öğününde tükettiği bildirilmektedir (Kobak ve Pek, 2015). Tarakçı ve ark. (2003) çalışmasında öğrencilerin %27.42'sinin sütü severek ve %22.65'inin şekerli olarak tükettiğini ifade etmektedir. Literatür, sütün içerisine konulan kakao, çikolata gibi tatlandırıcıların sütün tadını değiştirerek çocuk için cazip hale getirdiğini ve ayrıca çocuğun gazlı ve şekerli içeceklere yönelmesini engellemede iyi bir yöntem olabileceğini bildirilmektedir. (Johnson ve ark., 2002; Nahçıvan 2006). Bu araştırma ve diğer araştırma sonuçlarında da benzer olarak okul öncesi dönem çocuklarının tamamına yakınının sütü severek içtiği ve sütü sıcak ve çoğunlukla sabah öğününde tüketmeyi tercih ettikleri gözlemlenmektedir.

Yapılan bu araştırmada, annelerin tamamına yakını kemik gelişimini, 4/5'ü büyüme, boy ve diş gelişimini ve yaklaşık yarısı da kas gelişimini desteklemek amacıyla çocuklarına süt tükettirdiklerini ifade etmektedir. Yine annelerin çalışma durumunun ve öğrenim düzeylerinin çocuklarına süt tükettirme gerekçelerini etkilediği görülmektedir. Yapılan bir araştırmada katılımcıların %60.16'sı sütü besleyici olması nedeniyle tükettiklerini bildirmektedir (Tarakçı ve ark., 2003). Yeterli süt tüketimi kemik, sinir, kas ve diş sağlığı üzerinde olumlu etkilere sahip olup, özellikle de diş çürüklerinin oluşmasını önlemekte (Dror ve Allen, 2011; Garipağaoğlu ve Özgüneş, 2008; Sümbül ve Ünüsan, 2009) ve okul performansını pozitif yönde etkilemektedir (Kim ve ark. 2016). Çin'de (Du ve ark., 2004) ve Kenya'da (Grillenberger ve ark., 2006) yapılan araştırmalarda düzenli süt içen çocukların boy uzamalarının, içmeyenlere göre daha fazla olduğu ifade edilmektedir. Literatürde, annelerin öğrenim düzeyinin, ekonomik durumunun ve beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin çocukların doğru beslenme alışkanlığı edinmesi üzerinde etkili olduğu görülmektedir (Akgün ve ark., 2006; Sümbül ve Ünüsan, 2009). Nahçıvan (2006) ise yaptığı araştırmada annelerin öğrenim düzeyi ile çocuklarının süt tüketimi arasında bir ilişki olmadığını ifade etmiştir. Bu son araştırma sonuçları diğer araştırma sonuçlarına (Akgün ve ark., 2006; Sümbül ve Ünüsan, 2009) benzer olarak annelerin öğrenim düzeyleri yükseldikçe ve çalışma oranları arttıkça sütün yararları konusunda farkındalıklarının arttığını gösterirken Nahçıvan'ın çalışmasından farklılık göstermektedir. Bu farklılık ise Nahçıvan'ında çalışmasında belirttiği gibi araştırma kapsamına alınan annelerin eğitim durumlarının benzer olmasından kaynaklanabilmektedir. Dolayısıyla annelerin çocuklarına süt tükettirme ve sütün yararlarına ilişkin bilgi durumlarının öğrenim düzeyleri ve çalışma durumlarıyla ilişkili olduğu söylenebilir.

## **Sonuç ve Öneri**

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, okul öncesi dönem çocuklarının yaklaşık tamamı sütü severek tüketse de ancak her dört çocuktan biri günlük süt tüketmektedir. Yine, okul öncesi çocuğa sahip annelerin öğrenim düzeyi ve çalışma durumu, çocuklara amacına uygun süt tükettirilmesini etkilemektedir.

Bu sonuçlar doğrultusunda, okul öncesi dönem çocuk ile çalışan meslek profesyonellerinin (hemşire, öğretmen, doktor vb) süt tüketimi ve sütün çocuk sağlığına yararları konusunda ebeveynlerin bilgilencmelerine yönelik farkındalık çalışmaları yapmaları ve ebeveynleri çocuklarına günlük süt tükettirmeleri konusunda desteklemeleri önerilmektedir.

## **Kaynakça**

- Akgün, S., Bakar, C., Kut A., Kınık, S.T. (2006). Başkent Üniversitesi Hastanesi Pediatri Polikliniklerine Başvuran Beş Yaş Altı Çocuklarda Obezite Görülme Sıklığı ve Etkileyen Faktörler. STED,15(4): 60-66.
- Arslan, R., Pekşen Akça, R. (2012). Çocukların Eğitiminde Rol Model Oluşturacak Olan Eğitimci ve Usta Öğretici Adaylarının Beslenme Alışkanlıkları. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4(8):101-119.
- Dror, D.K., Allen, L.H. (2011). The Importance of Milk and Other Animal-Source Foods for Children in Low-Income Countries. Food and Nutrition Bulletin, 32(3):227-241.
- Du, X., Zhu, K., Trube, A., Zhang, Q., Ma, G., Hu, X., Fraser, D.R., Greenfield, H. (2004). School-Milk Intervention Trial Enhances Growth and Bone Mineral Accretion in Chinese Girls Aged 10-12 Years in Beijing. Br J Nutr., 92:159-68.
- Garipağaoğlu, M, Özgüneş, N. (2008). Okullarda Beslenme Uygulamaları. Çocuk Dergisi,8(3):152-159.
- Grillenberger, M., Neumann, C.G., Murphy, S.P., Bwibo, N.O., Weiss, R.E., Jiang, L., Hautvast, J.G., West, C.E. (2006). Intake of Micronutrients High in Animal-Source Foods is Associated with Better Growth in Rural Kenyan School Children. Br J Nutr., 95:379-390.
- Hoppe, C., Udam, T.R., Lauritzen, L., Mølgaard, C., Juul, A., Michaelsen, K.F. (2004). Animal Protein Intake, Serum Insulin-Like Growth Factor I, and Growth in Healthy 2.5-Y-Old Danish Children. Am J Clin Nutr., 80:447-452.

- Johnson, R.K., Frary, C., Wang, M.Q. (2002). The Nutritional Consequences of Flavored-Milk Consumption by School-Aged Children and Adolescents in the United States. *J Am Diet Assoc.*,102(6):853-856.
- Kim, S.Y., Sim, S., Park, B., Kong, I.G., Kim, J.H. & Choi, H.G. (2016). Dietary Habits are Associated with School Performance in adolescents. *Medicine (Baltimore)*, 95(12): e3096.
- Kobak, C., Pek, H. (2015). Okul Öncesi Dönemde (3-6 Yaş) Ana Çocuk Sağlığı ve Anaokulundaki Çocukların Beslenme Özelliklerinin Karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(2): 42-55.
- Li, X.E., Drake, M.A. (2015). Sensory Perception, Nutritional Role, and Challenges of Flavored Milk for Children and Adults. *Journal of Food Science*,80(4): R665-R670.
- Meydanlıoğlu, A. (2016). Çocukların Besin Tüketimi ve Beslenme Davranışlarının Akademik Başarılarına Etkisi. *Journal of Research in Education and Teaching*, 5(4):368-376.
- Nahcivan, N.Ö. (2006). Bir İlköğretim Okulundaki Öğrencilerde Süt Tüketim Durumu. *Sted*,15(3):38-44.
- Oğuz, Ş., Önay Derin, D. (2013). An Investigation of Some Nutrition Habits Of 60-72 Month-Old Children. *İlköğretim Online*, 12(2):498-511.
- Sepp, H., Hofvander, H., Abrahamsson, L. (2001). The Role of Milk in Swedish Pre-School Children's Diet. *Scandinavian Journal of Nutrition/Naringsforskning*, 145:131-136.
- Sümbül, E.İ., Ünüsan, N. (2009). 4-6 Yaş Arasındaki Öğrencilerin Okul Dönemindeki Yetersiz ve Dengesiz Beslenme Alışkanlıklarının Saptanması. Yüksek Lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Tarakçı, Z., Selçuk, Ş., Şahin, K., Coşkun, H. (2003). Üniversite Öğrencilerinin İçme Sütü Tüketim Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Tarım Bilimleri Dergisi (J. Agric. Sci.)*, 13(1): 15-21.
- Ünal, N.R., Besler, T. (2012). Beslenmede Sütün Önemi. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 727, İkinci Basım, Ankara.
- Wiley, A.S. (2009). Consumption of Milk, But Not Other Dairy Products, is Associated with Height Among U.S. Preschool Children in Nhanes 1999-2002. *Ann Hum Biol.*, 36:125-138.
- Wiley, A.S. (2011). Cow Milk Consumption, Insulin-Like Growth Factor-I, and Human Biology: A Life History Approach. *American Journal of Human Biology*, 00:000-000. DOI 10.1002/ajhb.22201.

Yiğit, E.K., Tezcan, S. (2004). Bebeklerin Beslenme Aışkanlıkları, Çocukların ve Annelerin Beslenme Durumu. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması 2003. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Ankara.