



# Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Sürecinde Yaşadıkları Güçlükler: Niteliksel Çalışma

## Difficulties Experienced by Mothers in Complementary Feeding Process: A Qualitative Study

Ayşe ŞENER TAPLAK<sup>®</sup>, Sevinç POLAT<sup>®</sup>, Emine ERDEM<sup>®</sup>, Muzaffer TAPLAK<sup>®</sup>

### ÖZ

**Amaç:** Bu çalışma, tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde annelerin yaşadıkları güçlükleri ve güçlüklerle baş etmeye ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla nitel çalışma olarak gerçekleştirildi.

**Yöntem:** Çalışma bir aile sağlığı merkezine 6-12 aylık bebeklerinin aşı ya da rutin kontrolleri için başvuran 10 primipar anne ile yürütüldü. Veriler, tanıtıcı bilgi formu ve yarı yapılandırılmış soru formuyla toplandı. Etik kurul ve kurum izni alınan çalışmada, araştırmanın amacı ve ses kaydı hakkında bilgi verilerek, annelerden sözel onam alındı. Elde edilen veriler tümevarımsal içerik analizi yöntemiyle çözümlendi.

**Bulgular:** Çalışmaya katılan annelerin tamamına yakınının tamamlayıcı beslenme hakkında daha önce bilgi aldığı, ancak kendilerini bu konuda yeterli hissetmedikleri belirlendi. Annelerin çoğunun tamamlayıcı beslenmeye 6. ayda geçtiği ve yarısından fazlasının bebeklerinin bazı gıdaların tadını beğenmeme, yeni gıdaları denemeye direnç gösterme, protein içerikli gıdaları almada isteksizlik, diş ağrısı nedeniyle gıdayı reddetme, bulantı ve yutamama gibi tepkileri nedeniyle güçlükler yaşadıkları belirlendi. Annelerin bebeklerinin doymadığını düşünerek fazla besin vermeye eğilimli oldukları, bebeklerinin zarar görebileceğini düşünerek korktukları ve çaresizlik hissettikleri saptandı.

**Sonuç:** Çalışmada, tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde annelerin kendilerini yetersiz hissettikleri ve bebek tepkilerinden kaynaklı güçlükler yaşadıkları belirlendi. Bu sonuçlara göre, tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecine ilişkin tekrarlı eğitimler verilmesi ve bu süreçte hemşireler tarafından annelerin desteklenmesi önerilebilir.

**Anahtar kelimeler:** Anne, bebek, tamamlayıcı beslenme, yaşanan güçlük, hemşire

### ABSTRACT

**Objective:** This study was conducted as a qualitative research to determine the opinions of mothers about the difficulties they experienced and their coping with difficulties during the transition period to complementary feeding.

**Method:** The study was carried out with 10 primiparous mothers who applied for vaccination or routine controls of their 6-12-month-old infants in a Family Health Center. The data were collected with an introductory information form and a semi-structured questionnaire. Permission was obtained from the institution and the ethics committee before the study started. In addition, verbal approval was obtained from the mother by giving information about the purpose of the research and voice recording. The obtained data were analyzed by inductive content analysis method.

**Results:** It was determined that nearly all of the mothers who were included in the study had already received information about complementary nutrition, but did not feel themselves adequately informed. Most of the mothers started to provide complementary feeding during the 6<sup>th</sup> month, but more than half of the babies had difficulties like disliking the taste of some food, resisting to try new foods, reluctance to intake the food with protein content, rejecting intake of food due to toothache, nausea and swallowing. It was determined that mothers were more prone to extra feeding thinking that their babies were still hungry and felt despair and fear thinking that their babies might be harmed.

**Conclusion:** In the study, it was determined that mothers felt insufficient during the transition period to complementary feeding and had difficulties due to reactions of their infants. According to these results, it may be suggested to give repetitive trainings on the transition to complementary feeding and to support mothers by nurses during this process.

**Keywords:** Mother, baby, complementary nutrition, experienced difficulties, nurse

Alındığı tarih: 11.08.2018

Kabul tarihi: 24.09.2019

Yayın tarihi: 31.08.2020

Atf vermek için: Şener Taplak A, Polat S, Erdem E, Taplak M. Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde yaşadıkları güçlükler: Niteliksel çalışma. Jaren. 2020;6(2):300-8.

Ayşe Şener Taplak

Yozgat Bozok Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Fakültesi,

Yozgat - Türkiye

✉ hem.ayse\_3886@hotmail.com

ORCID: 0000-0002-4229-038X

S. Polat 0000-0001-7718-9428

Yozgat Bozok Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Fakültesi,

Yozgat, Türkiye

E. Erdem 0000-0001-6386-5595

Erciyes Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Fakültesi,

Kayseri, Türkiye

M. Taplak 0000-0002-7106-3610

Yozgat İl Sağlık Müdürlüğü,

Yozgat, Türkiye



© Telif hakkı SBÜ Gaziosmanpaşa Eğitim ve Araştırma Hastanesi. Logos Tıp Yayıncılık tarafından yayınlanmaktadır. Bu dergide yayınlanan bütün makaleler Creative Commons Atf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

© Copyright Association of Publication of the Gaziosmanpaşa Training and Research Hospital.

This journal published by Logos Medical Publishing.

Licensed by Creative Commons Attribution-4.0 International (CC BY)

## GİRİŞ

Tamamlayıcı beslenme, 6-24 aylık bebek ve küçük çocukların uygun büyüme ve gelişmesinin sağlanması ve sağlıklı beslenme davranışının biçimlendirilmesi için anne sütüne ek olarak, sağlıklı ve güvenilir gıdalarla beslenme olarak tanımlanmaktadır<sup>(1)</sup>. Yaşamın ilk altı ayından sonra tamamlayıcı beslemeye geçilmesi ve iki yaşına kadar emzirmenin sürdürülmesi, sağlıklı beslenme alışkanlığı kazanılması ve sağlıklı bir yaşam için önemlidir<sup>(2-5)</sup>.

Tamamlayıcı beslenme sürecinin başarılı olması besinlere geçiş zamanı, beslemeye başlanılan besinlerin niteliği, hazırlanış şekli, besleme sıklığı gibi pek çok bileşenden etkilenmektedir. Nepal<sup>(6)</sup> ve Tanzanya'da<sup>(7)</sup> yapılan çalışmalar, tamamlayıcı besinlerin yalnızca bebeklerin gereksinimi olan minimum besin desteğini karşıladığını bildirirken, ABD ve İrlanda'da yapılan çalışmalar annelerin yaklaşık %20'sinin, 4. aydan önce tamamlayıcı beslenmeye başladıklarını göstermektedir<sup>(8,9)</sup>. Tamamlayıcı besinlere erken başlanması, anne sütünün bağırsak mukozasını koruyucu etkisinden bebeği mahrum bırakmakta ve ülkemiz için bebek ölümlerine yol açan en önemli nedenlerden biri olan bağırsak enfeksiyonu riskini arttırmaktadır<sup>(10)</sup>. Ayrıca geçici gluten intoleransı, inek sütüne bağlı enteropati, çölyak hastalığı, aşırı renal solüt yük, obesite riskinde artış ve bazı davranış sorunlarına da neden olabilmektedir<sup>(11-13)</sup>.

Tamamlayıcı beslenmeye geç başlanması ise, yetersiz enerji ve besin alımı, malnütrisyon, bazı vitamin ve mineral eksiklikleri, bebeğin oral motor fonksiyonlarında, yeni tat, lezzet ve besinlere alışmasında gecikme, besinlerin reddi ve büyüme-gelişme geriliğine yol açarak morbidite ve mortaliteye neden olmaktadır<sup>(13-18)</sup>. Az ve orta gelir grubundaki ülkelerde anne sütü ile birlikte tamamlayıcı beslenmeye geçiş 6-9 aylık çocuklarda %58, 10-23 aylık çocuklarda %50 oranında olup, istenilen düzeyde olmadığı görülmektedir<sup>(19)</sup>. Dünya genelinde beş yaş altındaki on milyon çocuğun ölümünden beslenme yetersizlikleri sorumlu tutulmakta ve bu çocukların üçte birinin ölüm nedeninin tamamlayıcı beslenme yetersizliğine bağlı gelişen malnütrisyon olduğu bildirilmektedir<sup>(20,21)</sup>. Tamamlayıcı beslenmeye geç başlanması aynı zamanda nörolojik ve zihinsel gelişim bozukluklarına ve çocuğun fiziksel ve sosyal çevresi içerisinde fonk-

siyonel izolasyonuna yol açabilmektedir<sup>(15,16,22)</sup>.

Ülkemizde ise tamamlayıcı besinlere erken dönemde başlandığı, doğum sonrası ilk iki ayda tek başına anne sütü ile beslenen bebeklerin oranı %58 iken, 4-6 ayda bu oranın %10'a kadar gerilediği belirtilmektedir. Yine, yaşına göre bodur çocuk oranı %10, zayıf çocuk oranı ise %2'dir<sup>(23)</sup>. Annelerin emzirme sürelerini istenilen düzeyde bulan, ancak tamamlayıcı beslenmeye geçiş ve özellikle su verme konusunda bilgi eksikliği belirleyen çalışmalar da bulunmaktadır<sup>(24-26)</sup>. Ünsal ve ark.<sup>(27)</sup> tarafından yapılan bir çalışmada, annelerin %61,5'inin doğumdan, %88,8'inin ikinci aydan, %98,6'sının dördüncü aydan itibaren bebeklerine anne sütünün yanı sıra su ve bitkisel çay verdikleri saptanmıştır. İlk altı ay içinde anne sütünün yanı sıra verilen bu besinler hem emzirmenin devamını hem de bebek sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir.

Bebeklerin sağlıklı büyümesi ve beslenmesinden birinci derecede sorumlu olan kişi annedir. Tamamlayıcı beslenme ile sağlıklı beslenmenin temelleri atıldığından, annelerin bu sürece ilişkin bilgileri ve yaşanan güçlüklerle baş etme becerileri önemlidir. Çünkü bu konuda yapılan hatalı ve bilinçsiz uygulamaların olumsuz etkileri yalnız çocukluk çağında değil, yaşamın bütün dönemlerinde etkisini göstermektedir<sup>(28)</sup>. Bununla birlikte, literatürde annelerin tamamlayıcı beslenme döneminde yaşadıkları sorunlara ilişkin herhangi bir niteliksel çalışmaya rastlanmamıştır.

Sağlıklı nesillerin devamı için sağlıklı beslenmenin önemini sıklıkla vurgulandığı günümüzde, bu bilgiyi annelere ulaştırmak başta hemşireler olmak üzere sağlık profesyonellerinin en önemli görevlerindedir<sup>(29)</sup>. Bu doğrultuda eğitici ve danışmanlık rollerini yerine getirirken hemşireler tarafından annelere verilecek eğitimin içeriğini oluşturmak amacıyla bu konuda yaşanan sorunları belirlemeye yönelik kapsamlı çalışmalara gereksinim duyulmaktadır.

Bu çalışma, tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde annelerin yaşadıkları güçlükleri ve güçlüklerle baş etmeye ilişkin görüşlerini belirlemek ve bu konuda farkındalık oluşturarak, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılması ve sağlıklı nesillerin oluşturulmasına katkıda bulunmak amacıyla yapıldı.



## YÖNTEM

Bu çalışma İç Anadolu'da bir il merkezinde bulunan Aile Sağlığı Merkezleri (ASM) arasından basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen bir ASM'de, 02-07 Ocak 2015 tarihleri arasında gerçekleştirildi.

### Evren ve Örneklem

Çalışma kapsamına, 6-12 aylık bebeklerinin aşı ya da rutin kontrolleri için ASM'ye başvuran 12 primipar annenin alınması planlandı. Ancak 2 anne çocuklarının huzursuz olduğunu ve zamanlarının olmadığını belirterek görüşmeyi kabul etmediği için 10 anne ile çalışma tamamlandı. Bu doğrultuda çalışmaya, -6-12 aylık bebeği olan, -Tamamlayıcı beslenmeye geçiş yapmış olan, -Herhangi bir iletişim sorunu olmayan ve -Çalışmaya katılmayı kabul eden primipar anneler dahil edildi.

### Verilerin Toplanması

Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden derinlemesine bireysel görüşme yöntemiyle gerçekleştirildi. Veriler, araştırmacılar tarafından geliştirilen bebek ve annelerin tanıtıcı bilgilerinin yer aldığı anket formu ve annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş döneminde yaşadıkları güçlükleri ve beslenme yöntemlerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formuyla toplandı.

Görüşmeler annelerle rahat iletişim kurulabilmesi için ASM'ye ait bir odada araştırmacı ve katılımcının birbirini rahatlıkla görebileceği, gürültü ve bölünmelerin olmadığı uygun bir ortamda gerçekleştirildi. Birebir derinlemesine görüşmeler, araştırmacı tarafından birebir, gözlemci ve raportör kullanılmadan yapıldı ve ses kayıt cihazına kaydedilen görüşmeler ortalama 30 dakika sürdü.

### Veri Toplama Araçları

**Anne-Bebek Tanıtıcı Veri Formu:** Annelerin yaşı, eğitim düzeyi, çalışma durumu, sosyoekonomik durumu ile bebeklerin yaşları, doğumdaki ve şimdiki boy ve kiloları ile annelerin tamamlayıcı beslenme hakkında bilgi alma durumlarını içeren sorulardan oluşmaktaydı.

**Yarı Yapılandırılmış Soru Formu:** Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecine ve ilk tercih ettikleri besinlere ilişkin görüşlerini, bu besinleri tercih etme

nedenlerini, tamamlayıcı beslenme döneminde yaşadıkları güçlükleri ve baş etme yöntemlerini değerlendiren 4 ana soruyu içeriyordu. Bu sorular:

1. Tamamlayıcı beslenmeye (ek besinlere) geçişe ilişkin bilgi ve uygulamalarınız nelerdi?
2. Tamamlayıcı beslenmeye (ek besinlere) geçiş sürecine nasıl başladınız? (İlk tercih ettiğiniz besinler nelerdi? Bu besinleri tercih etme nedeninizi açıklar mısınız?)
3. Tamamlayıcı beslenmeye (ek besinlere) geçiş sürecinde güçlükler yaşadınız mı? Ne tür güçlükler yaşadınız açıklar mısınız?
4. Tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde yaşadığınız güçlüklerle nasıl baş ettiniz? Açıklar mısınız?

### Verilerin Değerlendirilmesi

Elde edilen veriler tümevarımsal içerik analizi yöntemiyle çözümlendi. Verilerin dökümlenmesi bir araştırmacı tarafından, içerik analizi ise üç uzman tarafından gerçekleştirildi. İlk olarak veriler uzmanlar tarafından birbirinden bağımsız olarak kodlandı, daha sonra kodlamalar karşılaştırılarak kategoriler oluşturuldu. Kategoriler ve çalışma soruları dikkate alınarak dört ana tema başlığı oluşturuldu. Temalardan elde edilen veriler yorumlanarak rapor haline getirildi.

**Tema 1:** "Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş dönemine ilişkin bilgileri ve uygulamaları", **Tema 2:** "Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçişte tercih ettikleri besinler"; bu tema ilk tercih edilen besinler ve tercih nedenleri ile besleme sıklığı olarak iki alt kategoriden oluştu. **Tema 3:** "Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde yaşadığı güçlükler"; bu tema annelerden gelen yanıtlar doğrultusunda anne ve bebeğe ilişkin güçlükler olarak iki kategoride ele alındı. **Tema 4:** "Annelerin tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde yaşadığı güçlüklerle baş etme yöntemleri" olarak belirlendi.

### Etik Boyut

Görüşmelere başlamadan önce çalışmanın yapıldığı kurumdan ve etik kuruldan (Karar No: 2015-23/06) gerekli izinler alındı. Ayrıca görüşmeler esnasında annelere görüşmenin amacı ve ses kaydı hakkında bilgi verildi. Ses kaydı ve araştırma verilerinin bilimsel amaçlı kullanılacağına ve gizlilik esasının göz önünde bulundurulacağına dair gerekli açıklamalar yapılarak annelerin sözel onamları alındı.

## BULGULAR

Tablo 1’de annelerin tanıtıcı özellikleri yer almaktadır. Çalışma kapsamına alınan annelerin yaş ortalamasının  $28,10 \pm 3,14$  yıl olduğu, 6 annenin lise mezunu olduğu, 7 annenin çalışmadığı ve 9’unun gelirinin giderinden az olduğu belirlendi.

**Tablo 1. Annelerin Tanıtıcı Özellikleri.**

	Yaş	Öğrenim Durumu	Gelir Durumu	Çalışma Durumu
A1	29	Üniversite	Geliri giderine denk	Çalışıyor
A2	30	İlköğretim	Geliri giderinden az	Çalışmıyor
A3	26	Lise	Geliri giderinden az	Çalışmıyor
A4	26	Lise	Geliri giderinden az	Çalışmıyor
A5	30	Lise	Geliri giderinden az	Çalışıyor
A6	30	Lise	Geliri giderinden az	Çalışıyor
A7	24	Lise	Geliri giderinden az	Çalışmıyor
A8	24	Lise	Geliri giderinden az	Çalışmıyor
A9	28	İlköğretim	Geliri giderinden az	Çalışmıyor
A10	34	İlköğretim	Geliri giderinden az	Çalışmıyor

Bebeklere ilişkin tanıtıcı özellikler Tablo 2’de görülmektedir. Bebeklerin 7’sinin erkek olduğu, 5’inin 6 aylık olduğu, tamamının boy ve kilolarının yaşları ile uyumlu olduğu saptandı. Annelerden 8’inin tamamlayıcı beslenmeye 6. ayda geçtiği ve tamamlayıcı beslenme ile ilgili daha önce bilgi aldıkları belirlendi.

**Tablo 2. Bebeklerin Tanıtıcı Özellikleri.**

	Cinsiyet	Yaş	Doğum Boyu (cm)/ Kilosu (gr)	Şimdiki Boyu(cm)/ Kilosu (gr)	Ek gıdaya geçiş zamanı
B1	E	7 aylık	50/3360	67/7800	6.ay
B2	E	8 aylık	50/3100	70/7500	6.ay
B3	E	6 aylık	48/2500	63/5800	6.ay
B4	E	6 aylık	50/3300	65/6500	6.ay
B5	K	6 aylık	50/3250	66/6900	6.ay
B6	E	9 aylık	50/3500	72/9000	6.ay
B7	E	6 aylık	48/2600	62/5400	5.ay
B8	E	6 aylık	51/4000	66/7800	6.ay
B9	K	7 aylık	51/3500	66/7000	4.ay
B10	K	7 aylık	49/2750	64/6200	6.ay

### Tema 1: Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Dönemine İlişkin Bilgileri ve Uygulamaları

Annelerden 8’i tamamlayıcı beslenme ile ilgili daha önce bilgi aldıklarını ancak bu konudaki bilgilerini yeterli bulmadıklarını belirttiler. Çalışmaya katılan anneler tamamlayıcı beslenmeye geçiş dönemine ilişkin bilgi ve uygulamalarını aşağıdaki şekilde ifade ettiler:

“Doğumdan sonra hastanede anne sütü ile ilgili bir eğitim verildi. İlk 6 ay yalnızca anne sütü, sonra ek gıdaya başlanması gerektiğini hemşire hanım anlattı. Ancak, bu konuda çok yeterli bilgiye sahip olduğum söylenemez.” (A2).

“Aile doktorumuz bebeğin 6. ayından sonra ek gıdalara geçiş yapılabileceğini söyledi ama önce hangi yiyeceği vereceğim ya da ay ay neler verebileceğimi anlatmadı bunları kendim araştırdım.” (A5).

“Hemşire hanımdan bilgi aldım. Ek gıdaya geçme zamanı ve hangi besinlerle geçileceği ile ilgili yoğurt, yumurta gibi eğitim verdiler.” (A7).

Bir annenin bu konuyla ilgili görüşleri çarpıcı idi, “Evet ek gıdaya başlama zamanı geldiğinde doktora sordum, ancak daha çok kendim araştırdım internetten bu beslenme sitelerinden ama bazen bilmek de yetmiyor. Bunu uygulamak daha zor bir şey.” (A8).

Çalışmaya katılan başka bir anne tamamlayıcı beslenmeye geçişteki bilgi ve uygulamalarını, “Bu konuda eğitim aldım ve kendim de okurum, araştırdım. 6. aydan sonra taze sıkılmış meyve suları tattırılmalı, az günlük yoğurt verilmeli, azar azar yumurta sarısı verilmeli. Ancak, bir yaşına kadar tuz, şeker, yumurta beyazı, bal gibi yiyecekler verilmemeli, giderek katılaştırarak yemeklere geçilebilir.” (A10) şeklinde belirtti.

### Tema 2: Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçişte Tercih Ettikleri Besinler

#### -İlk Tercih Edilen Besinler ve Tercih Nedenleri

Annelerden 4’ü tamamlayıcı beslenmeye geçişte ilk tercih ettikleri besinlerin “çorba, yoğurt, meyve suyu ve peynir”, 3 anne “yoğurt, çorba, yumurta sarısı ve meyve püresi”, 2 anne “normal ev yemekleri”, 1 anne de “yoğurt ve meyve suları” olduğunu belirtti. Çalışmada, annelerin tamamlayıcı besinleri seçerken sindirimi kolay besinleri tercih ettikleri belirlendi. Annelerin bu konuya ilişkin söylemleri aşağıda yer almaktadır:

“Bebeğin aylara göre yiyeceği besinler de farklı olduğundan bebeğimin alıştırmaya sürecini sorunsuz atlatması için yoğurt, tuzsuz, salçasız çorbalar, yumurta sarısı, meyve püreleri gibi bebeğin kolay sindirebileceği yiyecekleri verdim.” (A5).

“Sebze çorbaları, yoğurt, su, yumurta sarısı, taze

meyve suları gibi sindirimi kolay yiyecekler tercih ettim.” (A4).

“Sindirimi daha kolay olduğu için üzüm suyu, elma suyu gibi sıvı gıdalar ve yoğurt verdim.” (A1).

Annelerden 2’si tercihlerini, “Çorbaları tercih ettim, bebeğim henüz yutma ve çiğnemeyi bilmediği için.” (A7, A9) şeklinde ifade ederken, annelerden 5’i, “Dişleri olmadığından soframızda bulunan ve bebeğimin kolay yiyebileceği yumuşak gıdalardan verdim.” (A2, A3, A6, A8, A10) şeklinde belirtti.

#### -Besleme Sıklığı

Çalışmaya katılan annelerin ek besinlerin gün içinde verilme sıklığına ilişkin görüşlerinde farklılıklar vardı. Annelerden 6’sı, “Ek besinlerin günde üç öğün verilmesi yeterli olur.” 2 anne, “İki öğün yeterli çünkü ek gıdaları sık verirsem memeyi emmiyor.”, 2 anne ise, “Ben yerken ara ara veriyorum. Küçük olduğu için öğünleri anlamıyor henüz” şeklinde görüş belirtmişlerdir.

#### Tema 3: Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Sürecinde Yaşadığı Güçlükler

##### -Bebeğe İlişkin Güçlükler

Çalışmamıza katılan annelerin 6’sı bebeklerin bazı gıdaların tadını beğenmeme, yeni gıdaları denemeye direnç gösterme, protein içerikli gıdaları almada isteksizlik yaşama, diş ağrısı nedeniyle gıdayı reddetme, bulantı ve yutamama gibi sorunlar nedeniyle tamamlayıcı beslenmeye geçiş döneminde güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir.

“Kusma, iştahsızlık, yemeyi istememe gibi şeyler yaşadım, çok sıkıntılıydı.” (A10)

“Protein canlı vücudunda yapı malzemesi ancak protein içerikli besinlerden hoşlanmadı bebeğim, bu sıralar diş sancıları nedeniyle bir şey yemekte istemiyor.” (A6).

“Yutmada zorlandık, mide bulantıları ve kusmalar yaşadık başlarda, bir şey olacak diye çok korktum her kustuğunda.” (A7).

##### -Anneyle İlişkin Güçlükler

Çalışmamıza katılan anneler tamamlayıcı beslenmeye geçiş döneminde bebeklerinin doymadığını düşünerek fazla beslemeye eğilimli olma, gereğinden fazla besin verme endişesi taşıma, bebeğinin zarar görebileceğini düşünme, çaresizlik/korku hissetme gibi güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir:

Tamamlayıcı beslenmeye 4. ayda başlayan bir anne, “Sürekli olarak bebeğimin doymadığını düşünüyordum. Ek gıdaya başladığımda artık tam olarak doyaçağına inanıyordum. Sanırım biz anneler bebeğinin alabileceğinden fazla beslememeliyiz.” (A10) şeklinde yaşadığı güçlüğü ifade etti.

“... bu sıralar diş sancıları nedeniyle bir şey yemekte istemiyor, insan bazen çaresiz gibi hissediyor.” (A6).

Tamamlayıcı beslemeye 6. ayda başlayan bir anne ise, “Yutmada zorlandık, mide bulantıları ve kusmalar yaşadık başlarda, bir şey olacak diye çok korktum her kustuğunda.” (A7) şeklinde görüş bildirdi.

#### Tema 4: Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Sürecinde Yaşadığı Güçlüklerle Baş Etme Yöntemleri

Çalışmada anneler tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde yaşadıkları güçlüklerle baş etmek için sağlık personeli (doktor, hemşire) ve aile yakınlarından yardım aldıklarını, internetten araştırma yaptıklarını ve verilen önerilere uymaya çalıştıklarını belirtmişlerdir:

“Bu güçlüklerle baş etmek için hemşireden ve aile yakınlarımdan yardım aldım. Başka türlü için içinden çıkamazdım zaten.” (A4, A7).

“Hemşire hanıma sordum. Yeni tatları bebeğim açken verdim, inatlaşmadan biraz ısrarcı davrandım.” (A5, A10).

“Doktora sordum ve onun tavsiyelerine uymaya çalıştım.” (A1, A6).

“Daha çok internetten kendim araştırdım.” (A2, A3).

“Önlemlerrr...Aslında ne yapabileceğimi bilemedim, yemeği fazla koymadım, bunun gibi kafamdan bazı yöntemler kullandım.” (A9).

“Büyüklerimden yardım aldım. Onlar büyüttü sonuçta bizi bu yaşa getirdi, deneyimleri daha fazla. Bazen gıdalara ara verdim.” (A8).

#### TARTIŞMA

Tamamlayıcı beslenmeye geçiş, besinlerle ilk kez tanışan bebek için oldukça önemli bir adımdır. Bu süreci bebeğin psikososyal özellikleri göz ardı etmeden yine anne ve bebek için travmatik bir hale getirmeden atlatmak önem taşımaktadır. Bu dönemde yaşanan psikososyal sorunlar ilerleyen dönemlerde çocuğun büyümesini ve sağlığını doğrudan etkile-



mektedir <sup>(28,30-33)</sup>. Bu nedenle ebeveynler ve sağlık profesyonelleri tarafından tamamlayıcı beslenme dönemine gereken önemin verilmesi beklenmektedir <sup>(33)</sup>.

### **Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Dönemine İlişkin Bilgileri ve Uygulamaları**

Çalışmaya katılan annelerin tamamına yakınının, tamamlayıcı besinlere başlama sürecine ilişkin sağlık personelinin bilgi aldıkları, ancak kendilerini bu konuda yeterli hissetmedikleri için tamamlayıcı beslenme dönemi ile ilgili bilgi almaya gereksinim duydıkları belirlenmiştir. Berisha et al. <sup>(34)</sup> çalışmalarında, annelerin üçte ikisinin tamamlayıcı beslenmeye geçiş zamanına ilişkin bilgilendirildiğini belirtirken, Sivri'nin yaptığı çalışmada, annelerin %54'ünün tamamlayıcı beslenmeye geçiş dönemi hakkında sağlık personeli tarafından bilgilendirildiği, ancak %84,5'inin bu süreçte yardıma ihtiyaç duyduğunu bildirdiği saptanmıştır <sup>(35)</sup>. Bu bulgu, sağlık personeli tarafından tekrarlı eğitimlerle konuya ilişkin bilgilendirmelerin yapılmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Çalışmamızda, annelerin çoğunluğunun bebeklerini ilk 6 ay yalnızca anne sütü ile beslediği ve 6. ayda tamamlayıcı beslenmeye geçtiği saptanmıştır. Kavlashvili et al. <sup>(36)</sup> annelerin yalnızca %30,2'sinin 6. ayda tamamlayıcı besinlere başladığını belirtirken, Saka ve ark. <sup>(37)</sup> Diyarbakır'da yaptıkları çalışmada, ilk altı ay içinde tamamlayıcı besinlere başlama oranını %54,9 olarak bulmuşlardır. Ebeveynlerin bebeklerini 6. aydan önce katı gıdalar ile tanıştırdıklarını gösteren çalışmalar da literatürde yer almaktadır <sup>(38-41)</sup>. Berisha et al., annelerin %57,1'inin tamamlayıcı besinlerin 6. aydan sonra verilmesi gerektiğini bilmesine karşın, uygulamada %61,6'sının bebeklerini 6. aydan önce tamamlayıcı besin ile beslemeye başladığını belirlemişlerdir <sup>(34)</sup>. Ülkemizde konu ile ilgili yapılan ve farklı bölgeleri içeren çeşitli çalışmalarda değişik sonuçlar elde edilmiştir. Kaynar Tunçel ve ark. <sup>(42)</sup> tamamlayıcı beslenmeye başlama zamanını ortalama 3,9±1,7 ay, Arslan ve ark., ise <sup>(43)</sup> 5,5±0,1 ay olarak saptamışlardır. Çalışmamızda uygun zamanda tamamlayıcı beslenmeye geçen anne oranı diğer çalışmalara göre yüksek bulunmakla birlikte daha büyük örnekleme içeren çalışmalarda bu sonucun değişebileceği düşünülmektedir.

### **Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçişte Tercih Ettikleri Besinler**

Anne sütü ile birlikte uygun zamanda ve uygun besinler ile tamamlayıcı beslenmeye geçilmesinin; çocuklarda büyüme geriliklerini, morbidite ve mortaliteyi azalttığı bildirilmektedir <sup>(44,45)</sup>. Bu doğrultuda tamamlayıcı beslenmeye bebeğin ayına ve motor gelişimine uygun besinlerle başlamak, bu dönemde yaşanan sorunları en aza indirmede ve bu süreci sorunsuz atlatmada son derece önemlidir <sup>(46-48)</sup>. Bu çalışmada, 4 annenin seçtikleri tamamlayıcı besinlerin, bebeğin kolay yutacağı ve sindireceği besinler olmasına dikkat ettikleri belirlenmiştir. Tamamlayıcı beslenmeye geçişte aynı zamanda anneler ya da bakım veren kişiler tarafından seçilecek ek besinlerin, bebeğin optimum hızda büyüme ve gelişmesini sağlayacak şekilde uygun besin desteğini içermesi önemlidir. Aksi takdirde bebeklerde vitamin A eksikliği, anemi gibi sorunların yanı sıra nitelik ve nicelik olarak yetersiz beslemeye bağlı olarak ilerleyen yaşlarda obezite, dislipidemi ve diyabet gibi sorunlar görülebilmektedir <sup>(49)</sup>. Bu çalışmada, annelerin çoğunun tamamlayıcı beslenmeye ilk geçişte tercih ettikleri besinlerin; meyve suyu/püresi, yumurta sarısı, yoğurt, peynir ve çorbalar gibi gıdalar olduğu belirlenmiştir. TNSA 2013'de 6 aydan küçük bebeklerde hazır mamanın (%28) en çok verilen ek gıda olduğu ve 6-9 aylık bebeklere ise en çok peynir, yoğurt ve diğer süt ürünleri (%57) verildiği bulunmuştur <sup>(23)</sup>. Bununla birlikte, ülkemizde tahılların diyetle 2-3 aylıktan itibaren dahil edildiği, altı aydan küçük bebeklerin %3,3'ünde, 6-9 aylık bebeklerin ise %69,4'ünde tahıl ürünlerinin tüketildiği bildirilmektedir <sup>(47)</sup>. Sivri, annelerin yaklaşık yarısının (%49,5) komşu ve çevreden edindikleri bilgiler doğrultusunda bebeklerine ek gıda olarak bebe bisküvisi, çorba suları, yemek suları, %81,9'unun da doktorun önerisiyle mama verdiğini saptamıştır <sup>(35)</sup>. Yücecan ve ark. <sup>(50)</sup> bebeklere ilk verilen ek besinlerin meyve suyu, hazır mamalar, inek sütü, muhallebi ve yoğurt olduğunu belirtmişlerdir. Semahegn et al. <sup>(38)</sup> ek gıdaya başlamada annelerin yarısının süt ve süt ürünleri ile hazırlanan çorbalar, yumurta, et, sebze ve meyve püresini tercih ettiklerini belirtirken, Kittisakmontri et al. <sup>(51)</sup> pirinç lapası ve muz püresinin en çok tercih edilen besinler olduklarını bulmuşlardır.

### **Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Sürecinde Yaşadığı Güçlükler**

Bu çalışmada, annelerin yarıdan fazlasının tamamlayıcı beslenme döneminde bebeklerin gıdaların tadını beğenmeme, yeni gıdaları denemeye direnç gösterme, protein içerikli gıdaları almada isteksizlik gösterme, diş ağrısı nedeniyle gıdayı reddetme, bulantı ve yutamama gibi çeşitli güçlükler yaşadıkları belirlenmiştir. İngiltere’de yapılan “Infant Feeding Survey” 2010’a göre 0-1 yaş grubunda çocuğu olan annelerin %11’inin bebeklerin besinlere ilgi duymaması, katı gıdayı reddetme, kaşıkla beslenmekten hoşlanmama ve kusma gibi nedenlerle tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde güçlükler yaşadığı bildirilmiştir<sup>(52)</sup>. Bebeklerin besinlerin tadını beğenmemesi ve davranışsal olarak olumsuz tepkiler vermesi de tamamlayıcı beslenmeye geçişte yaşanan güçlükler arasında yer almaktadır<sup>(53,54)</sup>.

Tamamlayıcı beslenme sürecinde katı gıdalara erken başlama ve uygun olmayan besinler ile başlama, gıdayı almakta isteksizlik ve bulantı-kusma ile sonuçlanabilir. Hollis et al.<sup>(55)</sup> 6. aydan önce katı gıdalarla tanışan bebeklerin beslenme güçlüğü yaşama riskinin daha fazla olduğunu belirlemişlerdir. Bu durum bebeğin yeni gıdaları denemeye direnç göstermesine ayrıca bulantı-kusma ve sindirim güçlüğü gibi sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir. Çalışmaya katılan annelerin tamamlayıcı beslenme sürecine ilişkin bilgi eksikliklerinin olması ve kendilerini yeterli görmemelerinin bu süreçte daha fazla sorun yaşama ve stres deneyimlemeleri ile ilişkili olduğu düşünülebilir. Ayrıca, annelerin bebeklerinin verdiği ipuçlarına güvenmemeleri ve bebeklerini aşırı beslemeye çalışma davranışlarının da bulantı-kusma ile sonuçlanabileceği belirtilmektedir<sup>(56,57)</sup>. Bebek besinleri reddettiğinde, bebeği zorlamadan farklı besinleri birlikte vererek yeni tat ve yapıların denenmesi önerilmektedir<sup>(58)</sup>. Aksi takdirde iştahsızlık, kusma ve buna bağlı yetersiz kilo alımı, aynı zamanda anne ve bebek arasındaki beslenme ilişkisinin bozulmasıyla sonuçlanan ciddi sorunlar oluşabilir.

Bu çalışmada, anneler tamamlayıcı beslenmeye geçiş döneminde bebeklerinin doymadığını düşünerek fazla beslemeye eğilimli olma, gereğinden fazla besin verme endişesi taşıma, bebeğinin zarar görebileceğini düşünme, çaresizlik-korku hissetme gibi güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir. Annelerin bebeğin yete-

rince yiyip yemediğine ilişkin kaygılarının nedeni, çoğunlukla “iyi anne olabilmekle” doğrudan ilişkilidir<sup>(59-61)</sup>. Çünkü annelik ile beslenme fonksiyonu arasında toplumsal bakış açısının da desteklediği gizli bir anlam ilişkisi vardır. Çalışmalar toplumsal ve kültürel faktörler ile tabuların tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecini etkilediğini bildirmektedir<sup>(53,54,62)</sup>. Toplum tarafından “iyi anne” bebeğini “iyi besleyen” anne olarak görülmektedir. Bu nedenle anneler bebek doyduğu halde, ek besin vermekteki ısrarını sürdürmektedirler. Oysa annelerin bilinçli ya da bilinçsiz olarak bu yaklaşımlara yönelmeleri, çocuğun diğer gereksinimlerinin göz ardı edilmesi tehlikesini yaratabilir. “iyi anne” olma kaygısı, bazen bebeğin başka gereksinimlerinin de acıkma olarak yorumlanmasına neden olabilir. Böylece bebek daha ilk dönemlerden itibaren gerilim, endişe, huzursuzluk gibi duygularını yiyerek yatırtırmayı öğrenmeye başlayabilir. Annenin yemek yeme gereksinimine çok büyük anlam ve beklentiler yükleme eğiliminde olması, ilerleyen zamanlarda bu çocuklarda “yeme problemi” yaşanması olasılığını güçlendirmektedir<sup>(61,63)</sup>.

### **Annelerin Tamamlayıcı Beslenmeye Geçiş Sürecinde Yaşadığı Güçlüklerle Baş Etme Yöntemleri**

Sağlıklı beslenme alışkanlığının ilk basamağı olarak kabul edilen tamamlayıcı beslenme sürecinin, anne ve bebek açısından sorunsuz geçirilmesi hedeflenmektedir. Çalışmamızda, tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde annelerin yarıdan fazlasının çeşitli güçlükler yaşadıkları ve bunlarla baş etmek için sağlık personeli (hemşire, doktor), aile yakınları ve internetten bilgi aldıkları belirlendi. Tamamlayıcı beslenme sürecinde bebeğe ilişkin yaşanan güçlükler ve “iyi anne” olma düşüncesi annelerin bu süreçte zorlanmalarına neden olabilmektedir. Annelerin bu dönemde yaşadıkları güçlüklerle nasıl baş edeceklerini bilememeleri, daha önce sağlık personeli tarafından bu konuda yeterli desteklenmediklerini ve tamamlayıcı beslenme konusunda bilgi eksikliklerini göstermesi bakımından önemlidir.

### **SONUÇ ve ÖNERİLER**

Bu çalışmada, tamamlayıcı beslenmeye geçiş sürecinde annelerin kendilerini yetersiz hissettikleri; bebeklerinin gıdaların tadını beğenmeme, yeni gıdaları denemeye direnç gösterme, protein içerikli gıdaları almada isteksizlik yaşama, diş ağrısı nedeniyle

gıdayı reddetme, bulantı ve yutamama gibi tepkileri nedeniyle güçlükler yaşadıkları belirlendi. Bulgular doğrultusunda; sağlık profesyonelleri tarafından tamamlayıcı beslenmeye geçiş döneminde bebeğin motor ve psikososyal gelişimleri göz önüne alınarak, yavaş ve sabırla, zorlamadan, farklı tatlar deneyerek sağlıklı bir beslenme alışkanlığının kazandırılması ve annelerin bu dönemde yaşadıkları güçlüklerle baş etme becerilerini geliştiren tekrarlı eğitimlerin verilmesi ayrıca konu ile ilgili daha büyük örneklem gruplarını içeren çalışmaların yapılması önerilmektedir.

**Etik Kurul Onayı:** Etik kurul izni alınmış (Karar No: 2015-23/06).

**Çıkar Çatışması:** Yok.

**Finansal Destek:** Yok.

**Hasta Onamı:** Sözel onam alındı.

**Ethics Committee Approval:** Ethics committee approval was obtained (Decision No: 2015-23/06).

**Conflict of Interest:** None.

**Funding:** None.

**Informed Consent:** Verbal consent was obtained.

## KAYNAKLAR

1. WHO. Indicators for assessing infant and young child feeding practices I. World Health Organization, Geneva, Switzerland. 2008.
2. Olmedo SI, Vallengia C. The initiation of complementary feeding among Qom indigenous people. *Arch Argent Pediatr.* 2014;112(3):254-7. [CrossRef]
3. American Academy of Pediatrics. Section on breastfeeding. Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics.* 2012;129:e827-41. [CrossRef]
4. Imdad A, Yakoob MY, Bhutta ZA. Impact of maternal education about complementary feeding and provision of complementary foods on child growth in developing countries. *BMC Public Health.* 2011;11:S25. [CrossRef]
5. WHO. Health Topics: Breastfeeding. World Health Organization, 2015 Retrieved from <http://www.who.int/topics/breastfeeding/en/>.
6. Khanal V, Sauer K, Zhao Y. Determinants of complementary feeding practices among Nepalese children aged 6-23 months: Findings from Demographic and Health Survey 2011. *BMC Pediatrics.* 2013;13:131. [CrossRef]
7. Victor R, Baines SK, Agho KE, Dibley MJ. Factors associated with inappropriate complementary feeding practices among children aged 6-23 months in Tanzania. *Matern Child Nutr.* 2014;10(4):545-61. [CrossRef]
8. Fein SB, Labiner-Wolfe J, Scanlon KS, Grummer-Strawn LM. Selected complementary feeding practices and their association with maternal education. *Pediatrics.* 2008;122:S91-7. [CrossRef]
9. Tarrant RC, Younger KM, Sheridan-Pereira M, White MJ, Kearney JM. Factors associated with weaning practices in term infants: A prospective observational study in Ireland. *Br J Nutr.* 2010;104(10):1544-54. [CrossRef]
10. Buckley KM, Charles GE. Benefits and challenges of transitioning preterm infants to atbreast feedings. *Int Breastfeed J.* 2006;31:1-13. [CrossRef]
11. Seach KA, Dharmage SC, Lowe AJ, Dixon JB. Delayed introduction of solid feeding reduces child overweight and obesity at 10 years. *Int J Obes (Lond).* 2010;34:1475-9. [CrossRef]
12. Shim JE, Kim J, Mathai RA. Associations of infant feeding practices and picky eating behaviors of preschool children. *J Am Diet Assoc.* 2011;111:1363-8. [CrossRef]
13. Topal S, Çınar N, Altınkaynak S. Süt çocukluğu döneminde beslenme. *DÜ Sağlık Bil Enst Derg.* 2016;6(1):63-70.
14. Köksal G, Gökmen Özel H. Bebek beslenmesi (Sağlık Bakanlığı Yayın No: 726). Ankara, 2008:13. Erişim adresi: <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/A%208.pdf>.
15. Moreno AC, Flores ALA. Factores demográficos, crianza e historia de salud: vinculación con la nutrición y el desarrollo infantil. *Universitas Psychologica.* 2011;10(3):789-802. [CrossRef]
16. Cruz-Góngora V, Villalpando S, Rebollar R, Shamah-Levy T, Humarán IMG. Nutritional causes of anemia in Mexican children under 5 years. Results from the 2006 National Health and Nutrition Survey. *Salud Publica Mex.* 2012;54(2):108-15. [CrossRef]
17. Mokori A, Orikushaba P. Nutritional status, complementary feeding practices and feasible strategies to promote nutrition in return children aged 6-23 months in Northern Uganda. *South African Journal of Clinical Nutrition (SAJCN).* 2012;25(4):173-9. [CrossRef]
18. Motee A, Ramasawmy D, Pugo-Gunsam P, Jeewon R. An assessment of the breastfeeding practices and infant feeding pattern among mothers in Mauritius. *J Nutr Metab.* 2013;2013:243852. [CrossRef]
19. UNICEF. Improving child nutrition: The achievable imperative for global progress. New York: United Nations. 2013.
20. UNICEF. Infant and young child feeding, nutrition section program. New York. 2012.
21. Liu L, Johnson HL, Cousens S, Perin J, Scott S, Lawn JE, et al. Global, regional, and national causes of child mortality: An updated systematic analysis for 2010 with time trends since 2000. *Lancet.* 2012;379(9832):2151-61. [CrossRef]
22. Wutich A, McCarty C. Social networks and infant feeding in Oaxaca, Mexico. *Matern Child Nutr.* 2008;4:121-35. [CrossRef]
23. Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması-TNSA. Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü, Ankara. 2013.
24. Oğur R, Tekbaş ÖF, Yaren H, Ünay B. Sağlam bebek kliniğine başvuran annelerin hamilelik, bebek beslenmesi ve bakımı hakkında bilgi düzeyleri. *Türkiye Klinikleri J Pediatr.* 2000;9(3):150-4.
25. Güneş M, Atay G, Şimşek F, Uluyol B, Suskan E, Gülner S. Anne sütünün yetersiz alınmasına neden olan faktörler. 47. Milli Pediatri Kongresi, 3. Milli Çocuk Hemşireliği Kongresi Özet Kitabı, İstanbul, 21-23 Ekim, 2003.
26. Pek H. Dünyada ve ülkemizde anne sütü ile beslenme durumu. XI. Ulusal Noenotoloji Kongre Kitabı. Samsun, 25-28 Haziran, 2001.
27. Ünsal H, Atlıhan F, Özkan H, Targan Ş, Hassoy H. Toplumda anne sütü verme eğilimi ve buna etki eden faktörler. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi.* 2005;48:226-33.
28. Demirel F, Üner A, Kırmı E. Van ili kırsalındaki annelerin çocuk beslenmesindeki alışkanlıkları ve uygulamaları.



- ları. Van Tıp Dergisi. 2001;8:18-22.
29. Gür E. Tamamlayıcı beslenme. Türk Ped Arş. 2006;41:181-8.
30. Faith MS, Scanlon KS, Birch LL, Francis LA, Sherry B. Parent-child feeding strategies and their relationships to child eating and weight status. *Obes Res.* 2004;12:1711-22. [CrossRef]
31. Samlı G, Kara B, Ünalın PC, Samlı B, Sarper N, Gökalp AS. Annelerin emzirme ve süt çocuğu beslenmesi konusundaki bilgi, inanış ve uygulamaları: Niteliksel bir araştırma. *Marmara Medical Journal.* 2006;19(1):13-20.
32. Devociođlu E, Gökçay G. Tamamlayıcı beslenme. *Çocuk Dergisi.* 2012;12(4):159-63. [CrossRef]
33. Yağcı VR. Çocukluk çağında beslenme. *Klinik Çocuk Forum Dergisi.* 2002;2:654.
34. Berisha M, Ramadani N, Hoxha R, Gashi S, Zhjeqi V, Zajmi D, et al. Knowledge, attitudes and practices of mothers in kosova about complementary feeding for infant and children 6-24 months. *Med Arch.* 2017;71(1):37-41. [CrossRef]
35. Sivri BB. 0-6 aylık bebeği olan annelerin katı gıdaya geçiş süreci ve emzirmeye ilişkin bilgi ve uygulamaları. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi.* 2014;5:59-65.
36. Kavlashvili N, Kherkheulidze M, Kandelaki E, Chkhaidze I. Infants' complementary feeding and factors influencing its timing. *Georgian Med News.* 2014;234:112-6.
37. Saka G, Ertem M, Musayeva A, Ceylan A, Kocurk T. Breastfeeding patterns, beliefs and attitudes among mothers in Diyarbakir, Turkey. *Acta Paediatr.* 2005;94(9):1303-9. [CrossRef]
38. Semahegn A, Tesfaye G, Bogale A. Complementary feeding practice of mothers and associated factors in Hiwot Fana Specialized Hospital, Eastern Ethiopia. *Pan African Medical Journal.* 2014;18:143. [CrossRef]
39. Brown A, Rowan H. Maternal and infant factors associated with reasons for introducing solid foods. *Matern Child Nutr.* 2016;12(3):500-15. [CrossRef]
40. Doub AE, Moding KJ, Stifter CA. Infant and maternal predictors of early life feeding decisions. The timing of solid food introduction. *Appetite.* 2015;92:261-8. [CrossRef]
41. Kimani-Murage EW, Madise NJ, Fotso JC, Kyobutungi C, Mutua MK, Gitau TM, et al. Patterns and determinants of breastfeeding and complementary feeding practices in urban informal settlements, Nairobi Kenya. *BMC Public Health.* 2011;11:396. [CrossRef]
42. Kaynar Tunçel E, Dündar C, Pekşen Y. Ebelerin anne sütü ile ilgili bilgi ve uygulamalarının değerlendirilmesi. *Kocatepe Tıp Dergisi.* 2005;6:43-8.
43. Arslan N, Akbaş A, Kameri M, Korkmaz Ö, Polat B, Aydın A. Sağlıklı süt çocuklarında beslenme tipleri ve annelerin bebek beslenmesi uygulamaları: Anket çalışması. *DEÜ Tıp Fakültesi Dergisi.* 2007;21(1):1-5.
44. Black RE, Victora CG, Walker SP, Bhutta ZA, Christian P, de Onis M, et al. Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet.* 2013;382(9890):427-451. [CrossRef]
45. UNICEF. Programming guide for infant and young child feeding, nutrition section programmes. New York. 2011.
46. Ilgaz Ş. Tamamlayıcı beslenme sağlık çalışanları için rehber kitap. T.C. Sağlık Bakanlığı Ana ve Çocuk Sağlığı Genel Müdürlüğü. 2009: 15-20.
47. T.C. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. Aile Sağlığı Merkezi Bebek Beslenmesi Rehberi. 2014. <http://thsk.saglik.gov.tr/yeterli-ve-dengeli-beslenme/761-bebek-beslenmesi.html>
48. Pantoja-Mendoza IY, Meléndez G, Cruz MG, Serralde-Zúñiga AE. Review of complementary feeding practices in Mexican children. *Nutr Hosp.* 2014;31(2):552-8.
49. Souza FI, Caetano MC, Ortiz TT, Silva SG, Sarni RO. Complementary feeding of infants in their first year of life: Focus on the main pureed baby foods. *Rev Assoc Med Bras.* 2014;60(3):231-5.
50. Yücecan S, Pekcan G, Açık S, Akal E, Samur G, Rakıcıoğlu N. İstanbul, Muğla, Tokat ve Yozgat illerindeki ebelerin beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin ve eğitim programının etkinliğinin belirlenmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi.* 1994;23:247-54.
51. Kittisakmontri K, Fewtrell M, Roekworachai K, Phanpong C, Lanigan J. Complementary feeding: Attitudes, knowledge and practices of urban families in Northern Thailand. *Nutr Diet.* 2019;76(1):57-66. [CrossRef]
52. McAndrew F, Thompson J, Fellows L, Large A, Speed M, Renfrew MJ. Infant Feeding Survey 2010. Health and Social Care Information Centre, (UK Data Archive Study Number 7281), 2012. [http://doc.ukdataservice.ac.uk/doc/7281/mrdoc/pdf/7281\\_ifs-uk-2010\\_report.pdf](http://doc.ukdataservice.ac.uk/doc/7281/mrdoc/pdf/7281_ifs-uk-2010_report.pdf)
53. Rasheed S, Haider R, Hassan N, Pachón H, Islam S, Jalal CSB, et al. Why does nutrition deteriorate rapidly among children under 2 years of age? Using qualitative methods to understand community perspectives on complementary feeding practices in Bangladesh. *Food Nutr Bull.* 2011; 32:192-200. [CrossRef]
54. Paul S, Islam Q, Roy S, Pranab K. Complimentary feeding practices in under 2 children. *Chattagram Maa-O-Shishu Hosp Med Coll J.* 2014;13:35-41. [CrossRef]
55. Hollis JL, Crozier SR, Inskip HM, Cooper C, Godfrey KM, Robinson SM, et al. Age at introduction of solid foods and feeding difficulties in childhood: Findings from the Southampton Women's Survey. *Br J Nutr.* 2016;116(4):743-50.
56. Butte N, Cobb K, Dwyer J, Graney L, Heird W, Rickard K, et al. The start healthy feeding guidelines for infants and toddlers. *J Am Diet Assoc.* 2004;104(3):442-54. [CrossRef]
57. 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. [CrossRef]
58. Benton D. Role of parents in the determination of the food preferences of children and the development of obesity. *Int J Obes Relat Metab Disord.* 2004; 28(7):858-69. [CrossRef]
59. Özçetin M, Yılmaz R, Erkorkmaz Ü, Esmeray H. Ebeveyn besleme tarzı anketi geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Ped Arş.* 2010;45:124-31. [CrossRef]
60. Karayağız Muslu G, Beytut D, Kahraman A, Yardımcı F, Başbakkal Z. Ebeveyn besleme tarzı ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Türk Ped Arş.* 2014;49:224-30. [CrossRef]
61. Tokatlı A. Bebeklerde ek besinlere geçiş; "Weaning" Dönemi. *Sted.* 2003;12:134-6.
62. Hackett KM, Mukta US, Jalal CSB, Sellen DW. Knowledge, attitudes and perceptions on infant and young child nutrition and feeding among adolescent girls and young mothers in rural Bangladesh. *Matern Child Nutr.* 2015;11:173-89. [CrossRef]
63. Beşer Cidal S. Sofra mücadeleleri anne-baba ve çocuk arasındaki yemek masası çekişmeleri. [http://nihaterim.meb.k12.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/34/14/7411106/dosyalar/2015\\_04/14101532\\_soframucadeleleri.pdf](http://nihaterim.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/34/14/7411106/dosyalar/2015_04/14101532_soframucadeleleri.pdf)