

---

# TÜRKİYE'DE BESLENME EĞİTİMİ SORUNLARI

---

**Doç. Dr. Nevzat EREN**

Hacettepe Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi  
Öğretim Üyesi-ANKARA

**Prof. Dr. Ayşe BAYSAL**

Hacettepe Üniversitesi  
Sağlık Teknolojisi Yüksek Ok.  
Öğretim Üyesi-ANKARA

---

## GİRİŞ

Yetersiz ve dengesiz beslenme ülkemizde, başlarda gelen sağlık sorunlarından. Bebek ve çocuklarda büyüme ve gelişme geriliğine, primer beslenme hastalıklarına, enfeksiyonlara karşı dirençsizliğe, bunun sonucu olarak da yüksek bebek ve orantılı ölüm oranlarının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. İş veriminin düşmesi ile kronik-dejeneratif hastalıklara duyarlılık, yetersiz ve dengesiz beslenmenin yetişkin ve yaşlılarda ortaya çıkardığı sorunlardır. Kamu'nun halka sağlıklı bir yaşam sağlama grevi yanında, kalkınmakta olan bir ülke olarak, bedensel ve ruhsal yönden sağlıklı insangücüne büyük gereksinim olduğu gerçeği, konuyu, önemi tartışılma bir biçimde gündeme getirmektedir.

## SORUNUN BOYUTLARI

Yetersiz ve dengesiz beslenmeden en çok, bebekler okul çağı çocukları ile, doğurganlık çağındaki kadınlar ve ağır işlerde çalışan işçiler etkilenmektedir. Ülkemizde hem yetersiz ve dengesiz, hem de aşırı ve yanlış beslenmeden kaynaklanan sorunlar vardır. 1974 Türkiye Beslenme Araştırması'ndan alınan bazı sayısal veriler, konunun önemini belirtmek amacıyla aşağıda sunulmuştur.

Elde edilen verilere göre, okul öncesi çağ bebek ve çocukların ortalama % 20'sinde, değişik derecelerde beslenme bozukluğu vardır. Bu oran kırsal bölgelerde daha da yükselmektedir. Tersine, yetişkin erkeklerin % 34, kadınların ise % 64'ünün, gereğinden daha şişman olduğu ortaya konmuştur. Demir eksikliği anemisi, diğer önemli bir beslenme sorunudur. 1974 araştırması bulgularına göre, okul öncesi yaş grubu erkek çocukların % 50.6'sında, kız çocukların

% 47.1'inde demir eksikliği anemisi vardır. Bu oran 5 yaşından büyük erkeklerde % 25.3, kadınlarda ise 28.3'tür. Asıl sorun gebe ve emzikli kadınlarda ortaya çıkmaktadır. Gebe kadınların % 51.2'sinde, emzikli- lilerinse % 41.2'sinde demir eksikliği anemisi saptanmıştır. Demir eksikliği anemisinin diğer olumsuz yönleri yanında, akıl ve bedensel verimi önemli ölçüde kısıtladığı göz önüne alınırsa, ne denli büyük bir halk sağlığı sorunu ile karşı karşıya bulunulduğu kolaylıkla anlaşılır. Guatr da, önemli bir sağlık sorunu olma özelliğini korumaktadır. Özellikle kadınlarda daha çok görülmekle birlikte, bazı yerleşim yerlerinde % 72 oranında guatr prevalansı saptanmaktadır. Değişik vitamin eksiklikleri arasında B<sub>2</sub> vitaminozu başlarda gelmektedir.

Beslenme bozukluklarının büyüme ve gelişmeyi yavaşlatıp-durdurması, enfeksiyonlara karşı direnci azaltması yanında, bunlar kadar önemli bir kötü etkisi de, akıl ve beden verimini önemli ölçüde kısıtlaması, azaltmasıdır. Kötü beslenen bir toplumdaki nitelikli insan-gücü elde etmek olası değildir. Yetersiz ve dengesiz beslenmenin, ulusal sağlık sorunları arasındaki yerini ve önceliğini kararlaştırırken, sorunun bu yanları üzerinde önemle durulması gerekir.

### **YETERSİZ VE DENGESİZ BESLENMENİN NEDENLERİ**

Dünyanın her yerinde olduğu gibi ülkemizde de, yetersiz ve dengesiz beslenmenin temel nedenleri ekonomik güçsüzlük ve dengesiz besin dağılımıdır. Yetersiz ve dengesiz beslenme, özellikle gelişmekte olan ülkelerin sağlık sorunudur. Bunun böyle oluşunun temelinde, hem bu ülkelerdeki ulusal gelirin az oluşu, bu gelirin dengesiz dağılımı, hem de buna koşut olarak besin maddelerinin, özellikle hayvansal proteini yüksek olan besinlerin dağılımının dengesiz oluşu gerçeği yatmaktadır. Ancak, önemli nedenlerden birisi de toplulukların beslenme konusunda gereğince eğitilmemiş, bilgisiz olmalarıdır. Gelişmekte olan ülkelerde beslenme konularına ayrılan kaynakların yetersizliği kadar, bu kaynakların etkin kullanılmaması da, önemli bir etken olmaktadır. Yetersiz ve dengesiz beslenme sonucunu doğuran bu etmenlerden önemli bir bölümünün çözümü ulusal kalkınmaya, dolayısı ile oldukça uzun bir süre çaba göstermeye bağlıdır. Bunların, gene önemli bir bölümü, sağlık örgütleri ve görevlilerin yetki ve gücünü aşan sorunlardır. Ancak sağlık eğitimi, bu arada yeterli ve dengeli beslenme eğitimi, hem büyük kaynak gereksinimi olmayan, hem de örgün ve yaygın eğitim düzeni içinde ele alınıp çözüme ulaştırılabilecek olan bir konudur. Bu nedenle bu sunuda, sorunun eğitim yanı- rı üzerinde durulacaktır.

## BESLENME EĞİTİMİNİN ÖRGÜTLENMESİ

Kişilere ve topluluklara yetersi ve dengeli beslenme alışkanlığı kazandırmak için yapılacak beslenme eğitimini iki bölüm olarak ele almak gerekir :

1 — Örgün eğitim içinde beslenme eğitimi.

2 — Yaygın eğitim içinde beslenme eğitimi.

Kuşkusuz, bu iki bölüm eğitim, birbirlerinin tamamlayıcısı ve izleyicisi olmak durumundadırlar. Başka bir anlatıyla, beslenme eğitimi bir bütündür, çünkü amaç tektir. Bu da halkın yeterli ve dengeli beslenmesidir. Bu bütünü alt başlıklara ayırmaktan amaç, örgütlenme ve yönetim kolaylığı sağlamaktır.

1 — Örgün eğitim içinde beslenme eğitimi: Bu eğitimi de, birden çok düzeyde ele almak gerekmektedir.

1-1 — Eğiticilerin eğitimi: Hekim ve hekim olmayan tüm sağlık personelinin yetiştiği okul ve yüksek okulların, eğitici kadroları içinde, beslenme ve beslenme eğitimi konularında yetişmiş eğiticilerin bulunmasının, bunların nitelik ve nicelik yönünden yeterli olmasının yaşamsal önemi vardır. Bazı üniversitelerde (Hacettepe ve Ege Üniversiteleri gibi) beslenme ya da gıda bölümleri kurulmuş, bu bölümler için akademik personel yetiştirilmiştir. Ancak, fakülteler düzeyinde, sorunun çözülebilmesi için yapılacak daha pek çok şey vardır. Bir kez, bu konularda öğretim üyesi yetiştirmek sorunu, hem pek çok üniversitede henüz ele bile alınamamıştır. Hem de, öğretim üyesi yetiştirilmiş üniversitelerde, bu öğretim üyelerinin eğitim görevleri özlenen etkinlikle kullanılamamıştır. Örnek olarak Hacettepe Üniversitesi gösterilirse, bu üniversitede öğretim üyesi kadrosu nitelik ve nicelik yönünden yeterli bulunduğu halde, bu kadronun tıp ve hemşirelik öğrencilerine, özlenen düzeyde beslenme eğitimi veremedikleri, bu öğretim üyelerinin kendilerinin ortaya koydukları bir gerçektir. Bazı yönetsel engeller, böyle etkin bir eğitimi olanaklı kılmamaktadır.

1-2 — Eğiticilerin eğitimi konusunda **değinilmesi gereken ikinci** nokta, yüksek hemşirelik okulları, Gevher Nesibe Sağlık Eğitim Enstitüsü gibi, sağlık personeli yetiştiren okullara, beslenme konusunda eğiticiler yetiştirmek sorunudur. Bu okullarda görev yapacak eğiticilerin nerede yetiştirileceği bir kurala bağlanmamıştır. Çözüm olarak akla, üniversitelerin bu okullara eğiticiler yetiştirmesi gelmekte ise de, üniversitelerin kendi eğitici açıkları yukarıda belirtildiğinden, bu yol şimdili kolanağı görülmemektedir. Bir öğretim üyesi yetiştirmenin maliyeti ve gereken zaman göz önüne alındığında, bu sorunun da önemli ve çözüm bekleyen bir sorun olduğu ortaya çık-

maktadır. Üniversitelerin beslenme ve diyetetik bölümleri mezunlarının bu okullarda görevlendirilebileceği de akla gelmekte ise de, böyle bir uygulama henüz yapılmamıştır.

1-3 — Aslında, halka beslenme eğitimi verecek asıl sağlık personeli, sağlık örgütünün uç birimlerinde görev alan personeldir. Bu personelden hekimlerin, beslenme ve beslenme eğitimi konularındaki yetersizliklerine ve bunun nedenlerine, yukarıda kısaca değinilmiştir. Uçtaki diğer sağlık personeli olarak hemşireler, ebeler ve sağlık memurları akla gelmektedir. Bu personelin yetiştiği sağlık kolejleri ve ebe okullarında ise, beslenme ve beslenme eğitimi verecek, bu personele halka beslenme eğitimi yapabilecek bilgi ve beceriyi kazandıracak eitici kadro ise, hemen hemen hiç yoktur. Bu eğiticilerin yüksek hemşirelik okulları ve Gevher Nesibe Sağlık Eğitim Enstitüsü çıkışlı oldukları bilinmektedir. Bu okullardaki kadro yetersizliğine ise yukarıda değinilmişti. Kendisi yeterli bir eğitim görmeyen eğiticiden başarılı bir eğitim beklemek olanaklı olamaz.

1-4 — Örgün eğitim içinde beslenme eğitimi yapacak okullar olarak, Millî Eğitim ve diğer Bakanlıklar ile, bazı kuruluşlarca yönetilen, değişik personel yetiştiren okullar ele alınabilir. Bu okullarda da, okulların öğretmenlerinin eğitimlerinin yetersiz, bazan hiç olmaması nedeniyle, «Lâf Etmek» ten öte bir beslenme eğitimi yapıldığı söylenemez. Yapılan tüm eğitim «Et, süt, yumurta yiyiniz» biçiminde özetlenirse, bu fazla abartılmış bir görüş sayılmamalıdır. Orta öğretime öğretmen yetiştiren bazı yüksek okullarda, söz gelimi kız teknik ve endüstriyel sanatlar yüksek öğretmen okullarında ev ekonomisi dersleri içinde beslenme dersleri de yer almaktadır. Bunun gibi, orta öğretim düzeyindeki meslek okullarında, kız meslek liseleri, köy kadın kurs öğretmeni yetiştiren okullarda beslenme, eğitim programları içinde yer almıştır. Ayrıca, kız meslek liselerinde besin teknolojisi bölümünün açıldığı da bilinmektedir. Ancak, bu yapılan uygulamaların nasıl bir sonuç vereceği bilinmediği gibi, hem programları yetersiz bulunmakta, hem de bu programlarda ağırlık, besinlerin hazırlanması ve besin teknolojisi gibi konulara verilmektedir. Beslenmenin en büyük önemi kazandığı ilkokul çağı çocukları eğitecek öğretmenlerin yetiştirilmesi için kurulan iki yıllık eğitim enstitülerinin programlarında, beslenmeye hiç yer verilmediği de ortadadır. Gıda-Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'na bağlı meslek liselerinde beslenme ve besinlerin saklanması konuları eğitim programlarına alınmıştır. Ancak bu eğitim de, besinlerin beslenme ilkelerine uygun olarak kullanılması, toplumun beslenme sorunlarına bu sorunlara karşı neler yapılabileceği konularında yetersiz kalmaktadır.

Diğer yandan, beslenme ve besin eğitimi yapılan okulların pek çoğunda, yeterli ve dengeli beslenmeyi sağlamak için yerel besinlerden nasıl yararlanılabileceği ekonusuna yeterince ağırlık verilmemektedir. Öğrencilere klâsi kalıplar öğretilmekte, bu kalıplar içindeki besin maddeleri çevrede yoksa, ya da halkın satın alma gücü bu besinleri elde edip tüketmesine olanak vermiyorsa, verilen eğitimin uygulama değeri sifıra düşmektedir.

### BESLENME EĞİTİMİNDE İNSANGÜCÜ

Beslenme eğitimi yapacak eğitimcilerin eğitimi konusunda, yukarıda sunulan bilgilerin ışığında, bu alanda görev alacak personeli, iki bölüme ayırmak olanak içindedir :

- 1 — Asıl mesleği beslenme olanlar.
- 2 — Asıl mesleği beslenme olmayıp, beslenmeyi de içeren bir eğitim görenler, ya da olması gereken meslekler.

Bunlardan ikinci grubu oluşturan meslekler için eğitimin yetersiz olduğuna yukarıda değinilmiştir. Belirtilmesi gereken önemli bir diğer konu ise, beslenme eğitimini, belli kurslar, görev başı eğitimlerle özlenen düzeye yakın bir biçimde yapabilecek, sayısal yönden önemli bir kapasitenin varlığına karşın, bu kapasiteyi etkinleştirme çalışmalarına başlanmamış olmasıdır. Bu kapasite, asıl mesleği beslenme olan meslek sahiplerinden oluşmaktadır. Beslenme meslek eğitimi veren yüksek dereceli okulların meun sayıları özlenen çoklukta değilse de, bunların sağlık ve eğitim örgütleri içinde görev yerleri bile belirlenmemiştir. Ülkemizde bugün, aileye çok yönlü hizmet götürmekle görevli olan, bu arada beslenme eğitimi görevini de yapabilecek (gerekli ve etkin bir ön eğitimden sonra) 1000 dolayında ev ekonomisti, 2600 dolayında köy kadın kursu öğretmeni, 15000 dolayında ebe ve ana-çocuk sağlığı hemşiresi, diğer bir söyleyişle halk sağlığı hemşiresi vardır. Buna göre 19000 dolayında personel halkın, özellikle kadınların eğitiminde görevlendirilmiştir. Buna, okullarda yapılacak beslenme eğitimi de eklenirse, bu görevi yapabilecek personel sayısının, grekenin üstünde olduğu bile söylenebilir. Sorun, bu personelin etkin bir beslenme ve sağlık eğitimi yapabilecek nitelikte olmaması ve düzensiz-plânsız-yetersiz çalışmasıdır. Bu denli çok personelden eğitici denetim yetersizliği ve örgütlenme bozuklukları nedeni ile yararlanılamamaktadır. Eşgüdüm ya da tek elden yönetim eksikliği de, bu yararlanamamayı doğuran başta gelen nedenlerden biridir.

Yaygın eğitimin plânlanıp uygulanmamasının nedenlerinin başında da, gene eldeki potansiyeli kullanmamak ile tek elden yönetim ve eşgüdüm kusurları gelmektedir. Toplum için en etkili eğitim araçla-

rından biri olan televizyon ve radyo programları, tutarlılıktan ve süreklilikten yoksundur. Program yapımcıları konuşmacıları seçerken, bilimsel yeterlilikten çok, tanışıklık ilişkileri ile karar vermektedirler. Halkı yanıltıcı, yanlış uygulamalara yöneltici konuşma ve programlar az değildir. T.R.T. Kurumu ile, bu konuda yapılan temaslar, kurumun özerk olduğu, programcılarının da, istedikleri kişilerle çalışacakları yanıtının alınması ile sonuçlanmaktadır. Diğer özerk kuruluşların bazılarında da olduğu gibi, T.R.T.'de de, bazı bilim dışı uygulamaların savunusu için özerklik kavramına sığınabilmektedir. Herhalde, bilim gibi özerkliğin de halkın yararına, halkın doğru bilgilenebilmesi ve bilinçlenmesi yanında kullanılması gereği konusunda bir ortak noktaya gelinmesi zorunluluğu kabul edilmelidir.

### ÖNERİLER

Etkin ve ülke koşullarına uygun bir beslenme eğitimi yapabilmek için aşağıdaki önerilerin göz önüne alınması gereklidir :

1 — Beslenme eğitimi, en etkin olarak sağlık kuruluşlarında yapılabilir. Bu kuruluşlarda görevli sağlık personeli, hem beslenme hem de beslenme eğitimi yapma konularında iyi eğitilmiş, yetiştirilmiş olmalıdır.

2 — Bir yerleşme yerinde, söz gelimi bir köyde, bu konu için tek bir kişi görevlendirilmelidir. Böylece, hem değişik ve halkı yanıltacak bireysel yanaşmalar ortadan kaldırılmış, hem de personel tasarrufu yapılmış olur.

3 — Bu konuda en uygun eğitim yaşı okul çağıdır. Ayrıca, öğrencilerin okulda aldıkları eğitimi evlerine taşıdıkları da bilinmektedir. Bu nedenle, özellikle ilkökul öğrencilerinin bu konuda yetiştirilmeleri önem ve öncelikle ele alınmalıdır.

4 — Kitle haberleşme araçları aracılığıyla eğitim yeniden ele alınmalı ve bu eğitim araçlarının etkin ve doğru kullanılması programlanmalıdır.

5 — Ülke düzeyinde bir «Beslenme Yönetim Kurulu» ya da adı başka bir kuruluşa gerek vardır. Bu kuruluş, ülke düzeyindeki beslenme, besin ve eğitim plân ve programlarının ilkelerini saptamalı, bu konularda politikaları oluşturmalıdır. İllerde de, benzeri-ül düzeyinde görev yapacak kuruluşlara gerek olacağı kuşkusudur. Bu konuda, sağlık hizmetleri içinde örgütlenmenin sayısız yararı vardır. Bu kuruluşların sekretarya görevleri de sağlık kuruluşlarına verilmelidir.

6 — Beslenme ve besin üretimi, tüketimi, pazarlaması, besin saklanması, beslenme eğitimi ve benzeri konularda, temsilci ve ye-

rel araştırmalara gerek vardır. Bu araştırmalarla, hem beslenme sorunları ulusal ve bölgesel düzeyde saptanmalı, hem de gene ulusal ve bölgesel düzeyde çözümler aranmalıdır.

Özetlenen sorunlar ve önerilen çözümlere yenileri katılabilir. Ancak, unutulmaması gereken en önemli nokta, beslenmenin doğrudan bir kalkınma sorunu olduğu, kalkınmanın ön koşulunun yeterli ve dengeli beslenmiş insan gücü gereksiniminin karşılanması olduğudur. İyi bir plânlama ve örgütleme, görev öncesi ve hizmet içi eğitimi ile, bu sorunun üstesinden gelebilecek sayıda, personelin bulunduğu da, ayrıca akılda tutulmalıdır. Bu konularda başarılı olmayı kuşkusuz ekonomik gelişme, temelden etkileyecektir.