K. Ü. Kastamonu Eğitim Dergisi 23 (4), 1615-1628

Yiyecek-İçecek Hizmetleri Bölümü Çırak Öğrencilerinin Öğün Tüketimi ve Sağlık Sorunlarının Değerlendirilmesi

Repast Consumption Habits And Health Issues Of Food and Beverage Services Department Apprentice Students

Ümit SORMAZ
Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Konya, Türkiye

Nevin ŞANLIER
Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, Türkiye

Makalenin Geliş Tarihi : 03.06.2014 ***Yayına Kabul Tarihi: 19.01.2015***

Özet

Yiyecek-İçecek Hizmetleri Bölümü'nde eğitim gören çırak öğrencilerinin öğün tüketim alışkanlıkları ve sağlık sorunlarını değerlendirmek amacıyla planlan çalışma; İstanbul'da 5 Mesleki Eğitim Merkezi'nde eğitim gören yaşları 14-24 yaş arasında değişen toplam 425 çırak öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Verilerin toplanmasında öğrencilerin demografik özellikleri, beslenme alışkanlıkları ve sağlık durumlarını belirlemeye yönelik 3 bölümden ve 26 sorudan oluşan anket formu hazırlanmıştır. Anketler öğrencilere uygulanmadan önce Etik Kurul onayı ve öğrencilerden onamı alınmış ve 2013-2014 eğitim öğretim yılı II. döneminde uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 21.0 programında değerlendirilmiştir. Çalışmada; aşçı öğrencilerin %59.1'i, pastacı öğrencilerin %63.8'i, servis elemanı öğrencilerinin %59.7'sinin ana öğünlerini atladıkları; ana öğün olarak en çok kahvaltı öğününün atlandığı (%51.3); öğrencilerin %32.9'unun kahvaltıyı 'işe erken gittiği için' atladıkları belirlenmiştir. Ana öğünlerini atlayan çırak öğrencilerin %42.6'sının sağlık sorunlarının çalışmalarını etkilediği belirlenmiştir. Her yaş grubunda bulunan başta öğrencilere olmak üzere tüm bireylere eğitim kurumlarında beslenme eğitiminin verilmesi bireylerin beslenme bilgilerini artırarak, yeme davranışlarını olumlu yönde değiştirilebileceği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Yiyecek-içecek hizmetleri, öğrenci, beslenme, öğün atlama.*

Abstract

Being planned to evaluate the effect of repast consumption habits and the health issues of apprentice students being educated at The Departments of Food and Beverage services, the study has been conducted on 425 apprentice students aged between 14-24 and being educated in 5 Centres for Development of Vocational Training in İstanbul. A questionnaire form consisting of 3 sections and 26 questions aiming to identify the demographic attributes, eating

habits and health conditions of the students was prepared in order to gather data. Prior consent of students and approval from Ethical Committee were received before the questionnaires were applied in the second half of the 2013-2014 Academic Year. The data gathered were assessed in a computer programme called SPSS 21.0. It has been found out that the %59.1 of the students who are cooks, %63.8 of the students who are pastry cooks, and the %59.7 of the students who work as service personnel skip the main meals, and it is the breakfast which is skipped the most (%51.3); and %32.9 of the students skip breakfasts because they go to work early. It has also been discovered that the health problems of the %42.6 of apprentice students who skip main meals affect their work lives. It has been concluded that eating habits of primarily students and all individuals from all ages can be altered positively by increasing their knowledge of nutrition by educating them about dietetics in educational institutions.

Key Words: *Food and Beverage Services, students, nutrition, skipping meals*

1. Giriş

Sağlığın korunması, büyüme ve gelişmenin sağlanabilmesi için gerekli olan enerji ve besin öğelerinin ihtiyaç olan miktar, kalite ve çeşitte, düzenli ve sürekli olarak vücuda sağlanmasına yeterli ve dengeli beslenme denir (1). Beslenme, enerji ve besin tüketimlerini içine alacak şekilde büyümenin önemli bir belirleyicisidir (2). Adölesan dönemi, besin gereksinimlerinin en yüksek olduğu, çocukluktan sonra görülen hızlı büyüme dönemidir. Bu dönemde yeterli ve dengeli beslenmenin sağlanamamasına bağlı olarak birçok sağlık sorunları ortaya çıkmaktadır. Yetersiz ve dengesiz beslenen çocuk ve adölesanlarda büyüme-gelişmelerinin aksadığı, dikkat sürelerinin kısaldığı, algılamalarının azaldığı ve öğrenmede güçlük çektikleri, hastalıklara karşı dirençsiz oldukları ve sık hastalandıkları saptanmıştır. Bunun yanında demir yetersizliği anemisi, iyot yetersizliği hastalıkları, diş çürükleri, diğer vitamin ve mineral yetersizlikleri sık görülen sağlık sorunlarından bazılarıdır. Özellikle adölesan dönemde kızlarda fiziksel görünüm büyük önem taşır. Şişmanlık veya zayıflık konusunda yanlış bilgiler sonucu hatalı uygulamalar görülebilir. Bunların aksine dengesiz beslenen çocuklarda şişmanlık oluşmakta ve şişmanlığa bağlı olarak ilerleyen yıllarda tansiyon, kan yağlarında artış, kalp-damar hastalıkları, şeker hastalığı gibi kronik hastalıklar görülmektedir. Ayrıca son yıllarda çocuklarda görülen erken ergenlik de önemli bir sağlık sorunu haline gelmiştir (3,4).

Bu yaş grubunda görülen yanlış beslenme alışkanlıkları; besin gereksinimlerinin bilinmemesi, öğünlerin atlanması ve besin alımındaki dengesizlik, okul yemeklerinin sevilmemesi, annelerin çalışıyor olması, aile yaşamının düzensizliği gibi nedenlerden kaynaklanabilir. Beslenme alışkanlığının kazanılmasında en etkin çevre aile, okul, iletişim ortamı ve içinde yaşanılan ortamdır. Çocuk önceden edinmiş olduğu yanlış beslenme alışkanlıklarını zor değiştirilir (5-11).

Çocukların büyüme ve gelişmesi bu kadar önemli iken Türkiye'nin ve dünyanın en önemli sorunlarından biri bu yaş çocukların maalesef çalıştırılmasıdır (12). Türkiye'de 3308 sayılı Mesleki Eğitim Kanunu ile çırak, kalfa ve ustaların eğitimi ile okullarda ve işletmelerde yapılacak mesleki eğitime ilişkin esasların düzenlenmesi amaçlanmıştır (13). Türkiye nüfusunun büyük çoğunluğu genç bireylerden oluşmaktadır. Her yıl 15-24 yaş arası binlerce genç iş gücüne katılmaktadır. Bunlar öğrenim gördükleri okullarda

yaptıkları iş yeri stajı dışında hiçbir iş tecrübesi olmadan iş gücüne katılmaktadır (14). Çıraklık eğitiminin temel amacı; "zorunlu temel eğitimini tamamladıktan sonra, gerçek iş ortamında fiilen çalışarak meslek öğrenmek isteyen 15 yaş ve üzerindeki bireylerin teorik ve pratik mesleki eğitimlerinin bir programa göre yapılmasını sağlayarak, onları ülkenin ihtiyaç duyduğu becerili iş gücü haline getirmektir" (15).

Mesleki Eğitim içindeki çıraklık eğitim, mesleki eğitimin ilk aşamasıdır ve okul-iş hayatının iş birliği ile gerçekleştirilen bir mesleki eğitim şeklidir. Sunulan eğitim, temel veya daha ileri bir eğitim kademesini tamamlamış belirli yaş grupları arasındaki bireyleri bir mesleğe hazırlamaya yöneliktir ve bu şekilde çırağa mesleki ve teknik eğitim verilmeye çalışılır (16). Günümüzde, mesleki ve teknik eğitimde sadece okul sistemiyle kalifiye meslek elemanı yetiştirilmesi mümkün olmamaktadır. Bu eğitimde, okul ve işyerinin ortaklaşa görev, yetki ve sorumluluk alacağı bir sistem hedeflenmektedir (17).

Ülkemizde beslenmeyle ilişkili ortaya çıkan sağlık sorunlarının son yıllarda hızla artması, beslenmeyle ilgili yeni politikaların geliştirilmesini ve uygulanmasını zorunlu hale getirmiştir (18, 19). Yaşla birlikte sağlıksız beslenme alışkanlıklarının artış göstermesi, çocuk ve gençlerde sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasına yönelik girişimlerin önemine işaret etmektedir. Bu kapsamda, okul temelli sağlıklı beslenme programlarının bu sorunun çözümünde önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir (20). Bu dönem çocuklarında en fazla görülen sağlıksız beslenme alışkanlığı öğün atlamadır (21). Oysa, vücudun fizyolojik dengesinin sağlanmasında öğün düzeni önemli bir etkendir (22). Sağlıklı beslenme için öğün atlanması önerilmektedir (23, 24).

Yetişen yeni nesil; beslenme alışkanlıkları ve sağlıklı beslenme konularına karşı ne kadar bilinçlendirilebilirse ekonomik, psikolojik ve sosyal anlamda topluma pozitif katkılar sağlayacağı bilinmektedir (25). Bu nedenle araştırma; İstanbul'da Mesleki Eğitim Merkezi'nde öğrenim gören, beslenme ve mutfak eğitimi alan yiyecek-içecek hizmetleri bölümü çırak öğrencilerinin, beslenme alışkanlıkları ve öğün tüketim durumları ile sağlık sorunlarını değerlendirmek amacıyla planlanmış ve yürütülmüştür. Bu araştırma sonucunda elde edilen veriler kapsamında mesleki eğitimde beslenme ve mutfak derslerinin önemi ortaya konacak ve Milli Eğitim Bakanlığı'na bu sonuçlar çerçevesinde önerilerde bulunulabilinecektir.

2. Araştırma Yöntemi Ve Araçlar

İstanbul'da toplam 31 adet Mesleki Eğitim Merkezi ve bu merkezlerde değişik alanlarda eğitim gören toplam 16.000 öğrenci bulunmaktadır (26). Ancak, bu kurumlardan 5'inde yiyecek içecek hizmetleri alanında eğitim verildiği için araştırma bu merkezlerde öğrenim gören öğrencilerde uygulanmış, gönüllülük esasına dayalı katılımda araştırmaya yiyecek içecek hizmetleri bölümünde öğrenim gören 425 öğrenci katılmıştır.

Çalışmada anket tekniği kullanılarak veriler toplanmış, hazırlanan anket daha önceki çalışmalarda kullanılan, geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış sorulardan oluşturulmuştur (21, 25, 27-29). Öğrencilerin demografik özellikleri, beslenme alışkanlıkları ve sağlık durumlarını belirlemeye yönelik olarak 3 bölümden ve 26 sorudan oluşan anket araştırmacı tarafından yüz-yüze tekniği ile uygulanmıştır. Anketler 2013-2014 eğitim öğretim yılı II. döneminde uygulanmış olup, çalışmaya başlamadan önce Etik Kurul

onayı alınmıştır.

Elde edilen veriler SPSS 21.0 programında değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde alınmış ve tablolarda istatistiksel değerlendirmede " Khi-kare testi" kullanılmıştır (30, 31).

3. Bulgular ve Tartışma

Araştırmaya katılan yiyecek-içecek hizmetleri bölümü çırak öğrencilerinin %28.9'u kız, %71.1'i erkektir. Kız öğrencilerin %66.7'si, erkeklerin %72.5'inin 17-19 yaş aralığındadır. Öğrencilerin annelerinin %26.4'ü, babalarının %46.8'i ortaokul mezunudur (Tablo 1). Demir (32), 7-15 yaş grubu öğrencilerin annelerinin eğitim durumu arttıkça çocuklarda obezite görülme oranının arttığını belirlemiştir. Buna karşın, Daşbaşı (33), annelerin eğitim düzeyinin çocukların beslenme alışkanlıklarında etkili olduğunu; Kikafunda ve Tumwine (34), çocuklarda yetersiz ve dengesiz beslenme ile annelerin eğitim düzeyinin düşük olmasının arasında önemli ilişki olduğunu; Moestue ve Huttly (35) ile Tada ve ark. (36), eğitimi ilkokul düzeyinden yüksek olan annelerin çocuklarının daha sağlıklı beslendiklerini belirlemiştir.

Araştırmaya katılan yiyecek-içecek hizmetleri bölümü çırak öğrencilerinin %65.6'sının annesi çalışmazken, %70.1'inin babasının işçi olarak çalıştığı tespit edilmiştir. Ayrıca, öğrencilerin %44.2'sinin ailelerinin ekonomik olarak aylık 1500-1999 TL gelire sahip olduklarını bildirdikleri belirlenmiştir (Tablo 1). Polonya'da çocukların beslenme alışkanlıklarını inceleyen bir çalışmada, çocukların beslenme alışkanlıkları ile ailenin sosyo-ekonomik düzeyinin doğru orantılı olduğunu (37), benzer çalışmalar ise ailelerin sosyo-ekonomik durumları ile çocukların tükettikleri günlük öğün sayısı arasında anlamlı ilişki olduğunu belirlemiştir (38-43).

Tablo1.Yiyecek-içecek hizmetleri çırak öğrencilerinin demografik özellikleri (n:425)

Değişkenler	Cinsiyet						
	Kız		Erkek		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	
Yaş (yıl)							
14-16	28	22.8	58	19.2	86	20.2	
17-19	82	66.7	219	72.5	301	70.8	χ^2=3.318
20-22	10	8.1	19	6.3	29	6.8	p<0.001
23-24	3	2.4	6	2.0	9	2.2	
Anne Eğitim Durumu							
Okuma-Yazması Yok	22	17.9	76	25.2	98	23.1	
İlkokul	24	19.5	72	23.9	96	22.5	
Ortaokul	33	26.8	79	26.2	112	26.4	χ^2=7.979
Lise	13	10.6	30	9.9	43	10.1	p=0.157
Ön Lisans	23	18.7	33	10.9	56	13.2	
Lisans	8	6.5	12	3.9	20	4.7	
Baba Eğitim Durumu							

Değişkenler	Cinsiyet						
	Kız		Erkek		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	
Okuma-Yazması Yok	5	4.1	14	4.6	19	4.5	
İlkokul	26	21.1	54	17.9	80	18.8	χ^2=1.939
Ortaokul	59	48.0	140	46.4	199	46.8	p=0.857
Lise	11	8.9	24	7.9	35	8.2	
Ön Lisans	10	8.1	29	9.6	39	9.2	
Lisans	12	9.8	41	13.6	53	12.5	
Anne Meslek							
Ev Hanımı/Çalışmıyor	87	70.7	192	63.5	279	65.6	χ^2=2.149
İşçi	24	19.5	69	22.8	93	21.9	p=0.341
Memur	12	9.8	41	13.7	53	12.5	
Baba Meslek							
İşçi	84	68.3	214	70.9	298	70.1	
Memur	9	7.3	36	11.9	45	10.6	χ^2=5.108
Esnaf	22	17.9	33	10.9	55	12.9	p=0.164
Serbest Meslek	8	6.5	19	6.3	27	6.4	
Ailenin Aylık Geliri (TL)							
500-1000	19	15.5	53	17.6	72	16.9	
1000-1499	8	6.5	13	4.3	21	4.9	χ^2=6.743
1500-1999	59	48.0	129	42.7	188	44.2	p=0.345
2000-2499	17	13.8	63	20.9	80	18.8	
2500-2999	1	0.8	9	3.0	10	2.4	
3000-3499	13	10.6	23	7.6	36	8.5	
3500-4000	6	4.9	12	4.0	18	4.3	
Toplam **123**	**100.0**		**302**	**100.0**	**425**	**100.0**	

Araştırmaya katılan öğrencilerden %48.9'u otellerde, %22.1'i restoranlarda, %16.3'ü catering servisi işletmelerinde, %7.3'ü tabldot lokantalarda ve %5.4'ü ikram hizmetlerinde çalışmaktadırlar (Tablo 2). Kız öğrencilerin %44.7'sinin ve erkeklerin %47.0'sinin yiyecek-içecek sektöründe 1-3 yıl çalıştıkları (p=0.424); kızların daha çok (%48.8) pastane bölümünde, erkeklerin (%74.2) ana mutfak bölümünde çalıştıkları tespit edilmiştir (p<0.001). Öğrencilerin çalıştıkları işletmelerde yiyecek içecek personel sayısının %34.7'sinde 80-100 (p=0.683), mutfak personel sayısı %28.2'sinde 31-40 (p=0.260) kişi olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Çırak öğrencilerinin çalıştıkları işletme bilgilerinin dağılımı (n=425)

Değişkenler	Kız		Erkek		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	
Çalıştığın İşletme							
Otel	58	47.2	150	49.7	208	48.9	
Restoran	27	21.9	67	22.1	94	22.1	χ^2=3.309
Catering servisi	25	20.3	44	14.6	69	16.3	p=0.508
İkram hizmetleri	7	5.7	16	5.3	23	5.4	
Tabldot lokanta	6	4.9	25	8.3	31	7.3	
Çalıştığın Süre (yıl)							

Değişkenler	Kız		Erkek		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	
1 yıldan daha az	42	34.2	80	26.5	122	28.7	
1-3 yıl	55	44.7	142	47.0	197	46.4	χ^2=3.866
4-6 yıl	17	13.8	46	15.2	63	14.8	p=0.424
7-10 yıl	7	5.7	30	9.9	37	8.7	
10 yıldan daha fazla	2	1.6	4	1.4	6	1.4	
Çalıştığın Departman							
Mutfak	40	32.5	224	74.2	264	62.1	χ^2=82.247
Servis	23	18.7	44	14.6	67	15.7	p<0.001
Pastane	60	48.8	34	11.2	94	22.2	
F&B Personel Sayısı							
20 den az	4	3.3	14	4.6	18	4.2	
21-40	19	15.4	32	10.6	51	12.0	χ^2=3.112
41-60	13	10.6	30	9.9	43	10.1	p=0.683
61-80	19	15.4	50	16.6	69	16.2	
80-100	44	35.8	103	34.1	147	34.7	
100 den fazla	24	19.5	73	24.2	97	22.8	
Mutfak Personel Sayısı							
10 den az	26	21.1	52	17.2	78	18.4	
10-20	14	11.4	38	12.6	52	12.2	χ^2=5.279
21-30	31	25.2	76	25.2	107	25.2	p=0.260
31-40	27	21.9	93	30.8	120	28.2	
40 den fazla	25	20.4	43	14.2	68	16.0	
Toplam	**125**	**100.0**	**302**	**100.0**	**425**	**100.0**	

Çalışmada, aşçı öğrencilerin %59.1'inin, pastacı öğrencilerin %63.8'inin, servis elemanı öğrencilerinin %59.7'sinin ana öğünlerini atladıkları tespit edilmiştir. Ancak gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır (p=0.818) (Tablo 3). Laza ve ark. (2003); öğrencilerin %50'sinin (44), Astarlı (28) %59.1'inin, Bekar (28) %13.1'inin öğün atladığını bildirmişlerdir. Türkiye'de yapılan çalışmalarda; öğrencilerin çoğunluğunun günde üç öğün yedikleri saptanmıştır (21, 38-42, 45-48).

Sabah kahvaltısı insanlar için önemli bir öğündür. Bireyin günlük enerji ve besin ögesi gereksinimlerini her öğünde yeterli ve dengeli bir şekilde alması gerekmektedir. Kahvaltı da bu öğünler arasındaki ilk ve en önemlisi olarak tanımlanmaktadır (49). Ancak, Amerikan Pediatri Akademisi, gençlerin özellikle kahvaltı ve öğle yemeği olmak üzere öğün atlamaya eğilimli olduklarını bildirmektedir (50). Niemeier ve ark. (51), bu dönemde kahvaltı öğününün atlanmasının en önemli nedeni olarak fast-food tüketiminin artmasını göstermiştir. Araştırmamızda öğrencilerinin %51.3'ünün kahvaltıyı atladıkları belirlenmiştir. Aşçı öğrencilerin %50.4'ünün, pastacı öğrencilerin %54.3'ünün, servis elemanı öğrencilerinin %50.8'inin en çok kahvaltıyı atladıkları saptanmıştır. Öğrencilerin ana öğünlerden en çok atladıkları öğün durumu gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (p=0.937) (Tablo 3). Yapılan benzer çalışmalar da artan yaş ile birlikte çoğu öğrencinin kahvaltı öğününü atladığı veya düşük enerji içeren kahvaltı tüketimlerinde artış olduğu belirlenmiştir (52). Astarlı (28) tıp fakültesi öğrencilerinde, Tokgöz ve ark. (53) üniversite öğrencilerinde, Tuncay (54) üniversiteye devam eden kız öğrencilerde en çok kahvaltı öğününün atlandığını, Aktaş (45), kız öğrencilerin en çok öğle öğününü, erkeklerin en çok kahvaltı öğününü atladıklarını, her iki grupta da en az atlananın akşam öğünü olduğunu ancak yapılan bir başka çalışmada ise üniversite öğrencilerinin %77.5'inin düzenli olarak kahvaltı yaptıkları belirlenmiştir (55).

Öğrencilerin %32.9'unun kahvaltıyı işe erken gittiği, %20.7'sinin alışkanlığı olmadığı, %12.9'unun iştahsız olduğu için atladıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin kahvaltıyı atlama nedenleri gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (p=0.411) (Tablo 3).

Tablo 3. Çırak öğrencilerinin öğün atlama alışkanlıklarına göre dağılımı (n=425)

Değişkenler	Meslek Alanı								
	Aşçı		Pastacı		Servis Elemanı		Toplam		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Ana Öğünleri Atlama									
Atlar	156	59.1	60	63.8	40	59.7	256	60.2	χ^2=0.403
Bazen atlar	31	11.7	10	10.6	3	4.5	44	10.4	p=0.818
Atlamaz	77	29.2	24	25.6	24	35.8	125	29.4	
En Çok Atlanan Öğün									
Kahvaltı	133	50.4	51	54.3	34	50.8	218	51.3	χ^2=0.415
Öğle	23	8.7	9	9.6	6	9.0	38	8.9	p=0.937
Akşam	31	11.7	10	10.6	3	4.4	44	10.4	
Atlamam	77	29.2	24	25.5	24	35.8	125	29.4	
Kahvaltıyı Atlama Nedeni									
İşe erken gittiğimden	86	32.6	32	34.1	22	32.8	140	32.9	χ^2=5.043
Alışkanlığım yok	56	21.2	18	19.1	14	20.9	88	20.7	p=0.411
İştahsızlıktan	37	14.0	14	14.9	4	6.0	55	12.9	
Zayıflamak için	8	3.0	6	6.4	3	4.5	17	4.0	
Atlamam	77	29.2	24	25.5	24	35.8	125	29.4	
Öğle Öğününü Atlama Nedenleri									
Alışkanlığım yok	23	8.7	7	7.4	6	9.0	36	8.5	
İştahsızlıktan	12	4.5	4	4.3	3	4.5	19	4.5	χ^2=0.583
Zayıflamak için	14	5.3	7	7.4	4	6.0	25	5.9	p=0.989
Dışarıda yemek pahalı	3	1.1	5	5.3	0	0.0	8	1.9	
İş yoğunluğundan	135	51.1	47	50.0	30	44.7	212	49.9	
Atlamam	77	29.2	24	25.5	24	35.8	125	29.4	
Akşam Öğününü Atlama Nedenleri									
Alışkanlığım yok	68	25.8	19	20.2	11	16.4	98	23.1	
İştahsızlıktan	37	14.0	16	17.0	5	7.5	58	13.6	χ^2=8.480
Zayıflamak için	45	17.0	6	6.4	1	1.5	52	12.2	p=0.075
İş yoğunluğundan	37	14.0	29	30.9	26	38.8	92	21.6	
Atlamam	77	29.2	24	25.5	24	35.8	125	29.4	
Toplam	**264**	**100.0**	**94**	**100.0**	**67**	**100.0**	**425**	**100.0**	

Yeterli ve dengeli beslenmenin; zihinsel gelişime ve iş verimine olumlu etkileri, beklenen yaşam süresini yükseltmesi, sağlık risklerini azaltması gerçeği tüketicilerde doğru, yeterli ve dengeli beslenme anlayışını gelişmiştir (56). Yetersiz ve dengesiz beslenme sadece şimdiki nesli değil, gelecek nesilleri de etkileyebilecek önemli bir halk sağlığı sorunudur (57). Yetersiz ve dengesiz beslenme; bağışıklık sisteminde zayıflık, hastalıklara karşı duyarlılık artışı, fiziksel ve zihinsel gelişimin bozulması ve üretkenlikte azalma ile birliktedir (58). Özellikle kahvaltı beslenme durumunu iyileştirerek bi-

lişsel fonksiyonların gelişmesinde etkili olan bir öğündür (59, 60). Bu çalışmaya katılan yiyecek-içecek hizmetleri bölümü çırak öğrencilerinin %55.3'ü sürekli sağlık sorunu olmadığını ifade etmişlerdir. Ana öğünlerini atlayan öğrencilerin %55.5'inin, bazen atlayan öğrencilerin %61.3'ünde sürekli sağlık sorunu görülmesine karşın atlamayan öğrencilerin %83.2'sinde sürekli sağlık sorunu görülmediği tespit edilmiştir (p=0.205).

Tablo 4.Öğrencilerin öğün atlama alışkanlıklarına göre sağlık sorunlarının karşılaştırması

Değişkenler	Ana Öğün Atlama Durumu						Toplam		
	Atlar		Bazen Atlar		Atlamaz				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Sürekli Sağlık Sorunu Olma Durumu									
Yok	114	44.5	17	38.7	104	83.2	235	55.3	
Astım	18	7.0	0	0.0	2	1.6	20	4.7	
Diyabet	20	7.8	3	6.8	2	1.6	25	5.9	χ^2=8.483
Hipertansiyon	10	3.9	3	6.8	3	2.4	16	3.8	p=0.205
Kansızlık	39	15.2	10	22.7	5	4.0	54	12.7	
Obezite	42	16.4	11	25.0	5	4.0	58	13.6	
Kalp-Damar	13	5.2	0	0.0	4	3.2	17	4.0	
Sağlık Sorununun Çalışmayı Engelleme Durumu									χ^2=0.291
Engelliyor	109	42.6	21	47.7	20	16.0	150	35.3	p=0.589
Engellemiyor	147	57.4	23	52.3	105	84.0	275	64.7	
Sürekli Psikolojik Sorunu Olma Durumu									
Yok	128	50.0	17	38.6	112	89.6	257	60.5	
Mutsuz	23	9.0	3	6.8	2	1.6	28	6.6	χ^2=6.021
Üzgün	30	11.7	4	9.1	1	0.8	35	8.2	p=0.198
Sinirli	34	13.3	5	11.4	4	3.2	43	10.1	
Stresli	41	16.0	15	34.1	6	4.8	62	14.6	
Psikolojik Sorunun Çalışmayı Engelleme Durumu									χ^2=5.374
Engelliyor	72	28.1	20	45.5	9	7.2	101	23.8	p=0.757
Engellemiyor	184	71.9	24	54.5	116	92.8	324	76.2	
Toplam	**256**	**100.0**	**44**	**100.0**	**125**	**100.0**	**425**	**100.0**	

Uygulanan anketlerde öğrencilerin kilo ve boy beyanından BKI kriterine göre; ana öğünlerini atlayan öğrencilerin %16.4' ünde ve bazen atlayan öğrencilerin %25.0'inde obezite görüldüğü belirlenmiştir (Tablo 4). Öğrencilerinin %35.3'ünün sağlık sorununun çalışmalarını engellediği, %64.7'sinin engellemediği; %60.5'inin sürekli psikolojik sorunu olmadığı saptanmıştır (p=0.198). Ana öğünlerini atlayan öğrencilerin %50.0'sinin, atlamayan öğrencilerin %89.6'sının ve bazen atlayan öğrencilerin %38.6'sının psikolojik sorunu olmadığı belirlenmiştir. Öğrencilerinin %76.2'sinin psikolojik sorunların

çalışmasını etkilemediği tespit edilmiştir (p=0.757), (Tablo 4). Yapılan benzer araştırmalar kız öğrencilerin erkeklerden daha yüksek oranda kaygılı ve endişeli olduğunu göstermektedir (21, 61).

4. Sonuç Ve Öneriler

Ülkemizde nüfusumuzun adrese dayalı kayıt sistemi 2012 verisine göre %25'lik bölümünü oluşturan 5-19 yaş okul çağı çocuklar ve adölesanların sağlığı dikkat çeken ve üzerinde durulması gereken konulardan biridir (62). Çünkü toplumların sağlıklı gelecekleri çocuk ve adölesanların sağlıklarının korunması ve geliştirilmesi ile gerçekleşebilir. Bu grubun optimal sağlık potansiyeline ulaşabilmelerini sağlamak açısından yaş grubu ve cinsiyetine göre enerji ve besin öğelerini günlük yeterli miktarlarda alması gerekmektedir. Yetersiz ve dengesiz beslenen çocuk ve adölesanlar hastalıklara karşı direnci azalarak sık hastalanır, hastalıkları ağır seyreder ve okula devamsızlıkları nedeniyle okul başarıları düşer. Tüm bunların yanında algılama, dikkat ve bilişsel yetenekleri etkilenir. Bireylerin yetişkinlikte sağlıklı bir yaşam sürdürebilmesi çocuklukta ve gençlikte düzenli bir beslenme alışkanlığı kazandırılması ile mümkündür (63). Beslenme alışkanlıklarındaki bozuklukların insan sağlığına etkileri uzun vadede ortaya çıktığından diğer sağlık bozucu faktörlere karşı alınan tedbirlerden daha farklı değerlendirilmektedir. Bu tehdit unsurları ile mücadelenin temelinde eğitim vardır. Son yıllarda yapılan beslenme alışkanlıkları ve insan sağlığı ile ilgili çalışmalar bu iki konunun birbiri ile doğrudan ilişkili olduğunu göstermiştir (25).

Ülkemizde son yıllarda beslenmeyle ilişkili ortaya çıkan sağlık sorunlarının hızla artması, bu konuda yeni politikaların geliştirilmesini ve uygulanmasını zorunlu hale getirmiştir (18, 19). Sağlıksız beslenme alışkanlıklarının yaşla birlikte artış göstermesi, çocuk ve gençlerde sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasına yönelik girişimlerin önemine işaret etmektedir (20). Öğrencilere sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırılmasıyla, sağlığının korunacağı, hastalıklardan uzak kalacağı, fiziksel ve sosyal huzurunun sağlanacağı, yaşam kalitesinin yükseleceği bilinci kazandırılmalı ve bu konuda beslenme eğitim desteği verilmelidir (27).

Okul, öğrencilere bilginin verilebileceği en önemli adrestir. Bilinçli toplumlar oluşturmak verilecek eğitimle mümkündür. Öğretmenler hizmet içi eğitimlerle beslenme konusunda yetiştirilerek toplumun etkileşimli olarak gelişmesinde önemli katkı sağlayabilir. Okulda öğrencilere verilen kuramsal beslenme bilgisi, öğrencilerin beslenme bilgi düzeyini arttırmaktadır. Ancak, beslenme derslerinin pratik olmaması, okulda verilen kuramsal beslenme bilgisinin öğrencilerde alışkanlık haline gelmediğini göstermektedir. Bu konuda yapılan çalışmalar T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'nın Talim Terbiye Kurulu'nda hazırlanan müfredat programlarında dikkate alınmalı, öğrencilere sağlıklı beslenme alışkanlığı kazandırmayı hedefleyen beslenme dersleri kuramsal ve pratik formatta hazırlanarak yürürlüğe konmalıdır.

Çocuk ve adölesanların büyüme ve gelişmelerinin yanında gelecek yıllardaki sağlıklarının korunması için okul çağı ve adölesan dönem sağlığına verilen önem arttırılmalıdır. Bu nedenle, üniversiteler, bakanlıklar ve ilgili devlet kurumları aracılığıyla daha güçlü ve sağlıklı nesiller yetiştirebilmek adına beslenme ve sağlık temelli projelerin

geliştirilmesine ve aktif olarak uygulanarak sürdürülmesine ayrıca bu yaş çocukların çalıştırılmasına ilişkin yasal düzenlemelerin yapılması ve denetlenmesine ihtiyaç vardır.

5. Kaynaklar

1.Şanlıer, N. ve Ersoy, Y. (2004). Çocuk ve Beslenme. Morpa Kültür Yayınları, Ankara.

2.Rogol, A.D., Roemmich, J.N. ve Clark P.A., (2002). Growth at puberty, Journal of Adolescent Health, 31, 192-200.

3.Tarım, Ö. (2010). Adölesanlarda Beslenme. (Hasanoğlu, E., Düşünsel, R., Bideci, A. Temel Pediatri) Güneş Tıp Kitabevleri, Ankara. Pp:1570.

4.Baltacı G., Ersoy., Karaağaoğlu N., Derman O. ve Kanbur N. (2008). Ergenlerde Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam. T.C. Sağlık Bakanlığı. Klasmat Yayıncılık, Ankara.

5.Lytle, L.A. (2002). Nutritional issues for adolescents, Journal American Dietetic Association, 102 (35); 8 12.

6.Whitney, E,N. ve Rolfes, S.R. (2002). Understanding Nutrition. 9. Edition, Wadsworth & Thomson Learning, USA.

7.Rampersaud, G.C., Pereira, M.A., Girard, B.L., Adams, J. ve Metzl, J.D. (2005). Breakfast habits, nutritional status, body weight and academic performance in children and adolescents, Journal of American Diet Association; 105:743-760.

8.Moore, L., Tapper, K., Dennehy, A. ve Cooper, A. (2005). Development and testing of a computerised 24-h recall questionnaire measuring fruit and snack consumption among 9–11 year olds, European Journal of Clinical Nutrition (2005) 59, 809–816.

9.James, J., Thomas, P., Cavan, D. ve Kerr, D. (2004). Preventing childhood obesity by reducing consumption of carbonated drinks: cluster randomised controlled trial, British Medical Journal, 328:1-6.

10.Mikkilä, V., Räsänen, L., Raitakari, O.T. ve Viikari, J. (2004). Longitudinal changes in diet from childhood into adulthood with respect to risk of cardiovascular diseases: The cardiovascular risk in young finns study, European Journal of Clinical Nutrition 58, 1038–1045.

11.Stang, J. ve Bayerl, C.T. (2003). Possition of the American dietetic assocation: child and adolescent food and nutrition programs, Journal American Dietetic Association, 103(7); 887-893.

12.ILO (2014). International Labor Organization, Çocuk İşçiliği, Erişim Tarihi: 22.02.2014, http://www.ilo.org/public/turkish/region/eurpro/ankara/about/ilo_cisc.htm

13.MEB (2014). T.C. Milli Eğitim Bakanlığı Mevzuatı, Milli Eğitim Kanunu, Erişim Tarihi: 22.02.2014, http://mevzuat.meb.gov.tr/html/3.html.

14. Güllü, A. ve Sarıkaya, M. (2009). İş Hayatına Yeni Başlayacak Olan Gençlerin İş Sağlığı Ve Güvenliği'ne Bakışı, İş Sağlığı ve Güvenliği Dergisi, 9(43); 20–23.

15. MEB (2006). İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumları Sınıf Rehberlik Programı, Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü. Ankara.

16.Yaman, H. (2011). Gaziantep'teki Meksa-Gesop Çıraklık Eğitim Merkezindeki Kursiyerlerin İş Sağlığı ve İş Güvenliğine Bakışının Değerlendirilmesi, Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bil. Enstitüsü, Hemşirelik A.D., Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep.

17.MEB (2014). Çıraklık Eğitiminin Önemi, Erişim Tarihi: 10.09.2014, http://cygm.meb.gov.tr/CEM.htm,

18.Serra-Majem, L., Ribas, L., Ngo, J., Ortega, R.M., Garcia, A., Perez-Rodrigo, C. ve Aranceta, J. (2004). Food, youth and the Mediterranean diet in Spain, Development of KIDMED, Mediterranean Diet Quality Index in children and adolescents, Public Health Nutrition. 7, 931-935

19.Hareket, E. (2012). İlköğretim öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve bu alışkanlıkların oluşumunda etkili olan faktörler (Kayseri örneği). II. Eğitim Bilimleri Öğrenci Araştırma Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı, Erciyes Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Pegem Akademi, Kayseri.

20.Demirezen, E. ve Coşansu, G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. STED, 14(8); 174-178.

21.Sormaz, Ü. (2006). İzmit'te Lise Öğrencilerinin Besin Tercihleri ve Beslenme Bilgi Düzeyleri Üzerinde Bir Araştırma, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ev Ekonomisi (Beslenme Bilimleri) Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

22.Kutlu, R. ve Çivi, S. (2009). Özel bir ilkoğretim okulu öğrencilerinde beslenme alışkanlıklarının ve beden kitle indekslerinin değerlendirilmesi, Fırat Tıp dergisi,14(1):18-24.

23.Deshmukh-Taskar, P.R., Nicklas, T.A., O'Neil, C.E. ve ark. (2010). The relationship of breakfast skipping and type of breakfast consumption with nutrient intake and weight status in children and adolescents: the National Health and Nutrition Examination Survey 1999–2006, Journal American Diet Association, 110: 869–78.

24.Sun, J., Yi, H., Liu, Z., Wu, Y., Bian, J., Wu, Y. ve ark. (2013). Factors associated with skipping breakfast among Inner Mongolia Medical students in China, BioMed Center Public Health, 13(42); 1-8.

25.Dalan, H. (2010). Liselerde Obezite ve Sağlıklı Beslenme Konularında Öğrencilerin Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Ortaöğretim Fen ve Matematik Alanları, Biyoloji Eğitimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

26.MEB (2014). Okul ve Diğer Kurumlar, Erişim Tarihi; 15.02.2014, http://www.meb.gov.tr/baglantilar/okullar/index.asp?ILKODU=34&ILCEKODU=19

27.Faydaoğlu, E., Energin, E. ve Sürücüoğlu, M.S. (2013). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde Okuyan Öğrencilerin Kahvaltı Yapma Alışkanlıklarının Saptanması, Gümüşhane Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Dergisi, 2 (3); 299-311.

28.Astarlı, Ö. (2008). Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi 1. ve 5. Sınıf Öğrencilerinde Beslenme Bilgi Düzeylerinin ve Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

29.Bekar, A. (2011). Mesleki Eğitim Merkezinde Kalfalık Ustalık Eğitimine Devam Eden İşçilerin Beslenme Durumları Ve Çalışma Koşullarının Performanslarına İlişkin Görüşleri, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Bilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara.

30.Büyüköztürk, Ş. (2004). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı, Pegem Yayıncılık, 195 s., Ankara.

31.Eymen, U.E. (2007). SPSS 15.0 veri analiz yöntemleri, Erişim Tarihi: 01.12.2012, www.istatistikmerkezi.com.

32.Demir, H.P. (2011). Farklı Sosyoekonomik İlköğretim Çocuklarında Beslenme, Fiziksel Aktivitelerin Değerlendirilmesi ve Obezite Prevelansının Belirlenmesi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İç Hastalıkları Anabilim Dalı, Beslenme Programı, Doktora Tezi, İstanbul.

33.Daşbaşı, M. (2003). İlköğretim Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları, Beslenme Eğitimine İhtiyaç Duyma Durumları ve Beslenme Eğitiminden Beklentileri, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

34.Kikafunda, J.K., ve Tumwine, J.K. (2006). Diet and socio-economic factors and their association with the nutritional status of pre-school children in a low income suburb of Kampala City, Uganda, East African Medical Journal, 83(10); 565-574.

35.Moestue, H. ve Huttly, S. (2008). Adult education and child nutrition: the role of family and community, Journal of Epidemiology and Community Health, 62; 153-159.

36.Tada, Y., Keiwkarnka, B., Pancharuniti, N. ve Chamroonsawasdi, K. (2002). Nutritional status of preschool children of the Klong Toey Slum, Bangkok, Southeast Asian Journal of Tropical Medicine and Public Health, 33(3); 628-637.

37.Suliga, E. (2010). Parental education and living environmental influence on physical development, nutritional habits as well as level of physical activity in Polish children and adolescents, Anthropol Anz., 68(1):53-66.

38.Kaşıkçı, S. (2010). Edirne İli Merkez İlköğretim Okullarında Okuyan 6., 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma, Namık Kemal Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Gıda Mühendisliği ABD, Yüksek Lisans Tezi, Tekirdağ.

39.Er, B. (2012). İstanbul İli Pendik İlçesi Ertuğrulgazi İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Besin Tüketim Durumları, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Ekonomi ve Beslenme Eğitimi ABD, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

40.Vançelik, S., Önal, S.G., Güraksın, A. ve Beyhun, E. (2007). Üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi ve alışkanlıkları ile ilişkili faktörler, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6 (4), 242-248.

41.Mendeş, E. (2011). Puberte (adölesan) Dönemi Çocuklarda Beslenme Alışkanlıkları İle Fiziksel Aktivite İlişkisinin İncelenmesi, Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep.

42.Karasu, Ö. (2006). Yatılı Olan ve Yatılı Olmayan Lise Öğrencilerinin Beslenme Bilgisi ve Durumlarının Değerlendirilmesi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi B.D., Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

43.Dereköy, S. (2006). Ankara İli Polatlı İlçesinde İlköğretim 7. Sınıf Öğrencilerinin Fiziki Büyüme Durumları ve Beslenme Alışkanlıklarının İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ev Ekonomisi (Beslenme Bilimleri) Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

44.Laza, V., Lotrean, L.M. ve Tuhasu, O. (2003). Nutritional customs of children in grade schools. Romania, IV. Uluslararası Beslenme ve Diyetetik Kongresi Bildiriler Kitabı, 253 s., Antalya.

45.Aktaş, E. (2011). Ahi Evran Üniversitesindeki Öğrencilerin Beslenme Durumlarının Arizona Besin Tüketim Sıklığı Formu İle Saptanması, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik A.D., Yüksek Lisans Tezi, Kayseri.

46.Arınlı, Y. (2013). Adölesan Dönemindeki Bale Öğrencilerinde Beslenme Alışkanlıklarının Büyüme Hormonu Üzerine Etkisi, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD, Yüksek Lisans Tezi, Mersin.

47.Önay, D. (2010). Selçuk Üniversitesi Akşehir Sağlık Yüksek Okulu hemşirelik öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve besin tüketim sıklıkları. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 5 (14): 128-146.

48.Çetin, G. (2013). Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Tıp Fakültesi Birinci ve Son Sınıfa Devam Eden Öğrencilerin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Ekonomisi ve Beslenme Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

49.Budak, N. ve ark. (2005). Kahvaltının Öğrencilerin Beslenmesine Katkısı ve Akademik Başarıya Etkisi, Beslenme ve Diyet Dergisi, 32(1); 47-54.

50.American Academy of Pediatrics. (2009). Pediatric Nutrition Handbook. 6th edition, United States of America.

51.Niemeier HM, Raynor HA, Lloyd-Richardson EE, Rogers ML, Wing RR. (2006). Fast-food consumption and breakfast skipping: Predictors of weight gain from adolescence to adulthood in a nationally represantive sample. Journal of Adolescent Health, 39: 842–849.

52.Deheeger, M. (2002). The French Longitudinal Study Of Growth And Nutrition: Data In Adolescent Males And Females, Journal of Human Nutrition Dietetics, 15: 429–438.

53.Tokgoz, P. ve ark. (2001). Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının saptanmasına ilişkin bir araştırma, Beslenme ve Diyet Dergisi, 24(2); 229– 238.

54.Tuncay, P. (2008). Başkent Üniversitesi Öğrencilerinin Sabah Kahvaltı Yapma ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Besin Analizleri ve Beslenme Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

55.Yılmaz, B. (2007). Ankara Üniversitesindeki Öğrencilerin Beslenme Durumları Fiziksel Aktiviteleri, Beden Kütle İndeksleri ve Kan Lipitleri Arasındaki İlişkiler, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

56.Dölekoğlu, C.Ö. ve Yurdakul, O. (2004). Adana İlinde hane halkının beslenme düzeyleri ve etkili faktörlerin logit analizi ile belirlenmesi, Akdeniz Üni. İ.İ.B.F.Dergisi, 8, 62-86.

57.Hosseinpoor, A.R., Van Doorslaer, E., Speybroeck, N., Naghavi, M., Mohamma, K., Majdzadeh, R. ve ark. (2006). Decomposing socioeconomic inequality in infant mortality in Iran, International Journal of Epidemiology, 35(5);1211-1219.

58.WHO (2013). World Health Organization, Health Topics, Nutrition, Erişim Tarihi:15.06.2013, http://www.who.int/topics/nutrition/en/

59.Benton D, Sargent J. Breakfast, Blood Glucose and Memory. Biological Psychology 1992; 33: 207-210.

60.Jacoby E, Cueto S, Poitt E. "When Science and Politics Listen to Each Other: Goo Prospects from a Ew School Breakfast Program İn Peru", The American Journal of Clinical Nutrition 1998; 67 Suppl:795-797.

61.Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları, Muğla Üniversitesi SBE Dergisi, 12:112-115.

62.SGK (2013). Erişim Tarihi: Aralık 12, 2013.http://www.sgk.gov.tr/wps/portal/tr/kurumsal/istatistikler/sgk_istatistik_yilliklari.

63.Yağmur, C. (1995). Çukurova Üniversitesi öğrencilerinin beslenme durumu üzerine bir araştırma, Beslenme ve Diyet Dergisi, 24 (2), 239-251.

Extended Abstract

Introduction

Regular and continuous intake of energy and nutritional elements, which are necessary to maintain good health and to ensure growth and development, in required quantity, quality and assortment is termed "adequate and balanced nutrition." (1). Adolescence is the period of rapid growth after childhood and the nutrient requirement gets the highest. Many health problems emerge if adequate and balanced nutrition cannot be ensured during this period. It has been found that children and adolescents who do not get adequate and balanced nutrition have difficulty in learning, are more vulnerable to illnesses, get sick more often and also their growth and development are impeded, their attention spans are shortened, and perceptiveness decreases. (3.4)

While growth and development of children are such an important issue, one of the main problems of Turkey and also of the world is that children in this age group, unfortunately, (are forced to) work. (12) With the implementation of Vocational Education Law No. 3308, it has been aimed to regulate the education of apprentices, qualified workmen and masters, and the basics of vocational education to be given in schools and enterprises. (13). For this reason, the research has been planned and carried out to evaluate the effect of nutrition and culinary courses which the apprentice students from The Department of Food and Beverage Services take in Vocational Training Centre in İstanbul on their eating habits and health status.

Methodology

The research has been carried out on a total number of 425 apprentice students aged between 14-24 and being educated in İstanbul in 5 Vocational Training Centres offering education in Food and Beverage Services. Ethical Committee Approval was received before the study began.

A questionnaire prepared by the researcher has been used to collect data. It consisted of 3 sections and 26 questions which were directed to determine students' demographic information, eating habits and health status. The questionnaires were given to apprentice students being educated in Food and Beverage Services Department in 5 Vocational Training Centres located in İstanbul during the second term of the 2013-2014 Academic Year, hence full participation of the apprentice students was ensured. The collected data has been assessed and interpreted using SPSS 21.0. Numbers are expressed as percentages and chi-square test was used in tables and statistical assessment while interpreting the data. (19, 20)

Results

The 48.9% of the apprentice students from The Department of Food and Beverage who participated in the research are working in hotels, 22.1% in restaurants, 16.3% in catering enterprises, 7.3% in table d'hôte restaurants and 5.4% in other food serving jobs.

The study reveals that 59.1% of the students working as a cook, 63.8% of the pastry cooks, and 59.7% of those working as service personnel are skipping main meals. The 51.3% of the students are found to be skipping breakfasts. The 32.9% of the students do skip breakfasts because they go to work early, 20.7% are also doing so because they have not acquired the habit of regular breakfast eating, and 12.9% because they do not have the appetite. Of all the students, 32.6% of the cooks, 34.1% of the pastry cooks, and 32.8 of the service personnel skip breakfasts because they go to work very early. Moreover, 51.1% of the cooks, 50% of the pastry cooks and 47.7% of the service personnel skip lunches due to heavy workload (p=0.989); 25.8% of the cooks skip dinners because they do not have the habit of regular dining, and 30.9% of pastry cooks and 38.8% of the service personnel skip dinners due to heavy workload (p=0.075). The 55.3% of the apprentice students from The Department of Food and Beverage who participated in the research have stated that they do not have any chronic health problems.

Discussion and Conclusion

The health status of school-age children aged 5-19 and adolescents who constitute the 25% of the population in Turkey, according to the 2012 data coming from address-based record system, is one of the important issues which is attention seeking and must be put emphasis on.

As unhealthy eating habits increase by age, this signifies the importance of attempts to gain children and adolescent healthy eating habits. (51) With having students gain healthy eating habits, we should make them become aware of the fact that their good health will be maintained, they will show more resistance to illnesses, they will have more physical and social happiness, and life standards will improve in this way, and this process should be supported by giving them nutritional education courses (24) Therefore, in order to raise stronger and healthier future generations we need to develop nutrition and health related projects and implement them actively through universities, ministries and relevant government agencies, also there is requirement for legal regulations and regular inspection regarding child labour.