

Ankara Gıda Güvenliği ve Sağlıklı Beslenme Giriřimi Bilgilendirme Serisi

No: 1

SAĞLIKLI GIDA, SAĞLIKLI BESLENME-MERAK EDİLENLER

Kasım 2012

1. Sağlıklı ve güvenli gıda ile ilgili uluslararası ve ulusal standartlar/düzenlemeler var mıdır?

Gıdalar "sınır tanımayan" bir hareket içindedir. Bir ülkede üretilen bir gıda çok sayıda ülkede tüketilebilir. Buna ek olarak bir ürün yerel olarak bir bölgede, ülkede üretilse bile, turizm hareketleri nedeniyle tüm dünya ülkelerinin vatandaşları tarafından da çok kısa süre içinde tüketilebilir. Bu durum gıda güvenliği konusunda dünya ölçeğinde bir iş birliğini gerektirir. Diğer bir deyişle gıda güvenliği standartlarının bilime dayalı ve uluslararası ölçekte olma zorunluluğu vardır. Gıda güvenliğine ilişkin olarak bilimi temel alan standartların oluşturulmasında bazı uluslararası örgütler (*Dünya Sağlık Örgütü-WHO, Gıda ve Tarım Organizasyonu-FAO gibi*) tarafından ortaklaşa oluşturulan komisyonlar, çalışmalar yapmaktadır (*Kodeks Alimentarius Komisyonu*). Bu çalışmalar gıda standartlarının oluşturulmasıyla başlayan sürecin çok sayıda uluslararası uzman komisyonunun süzgecinden geçerek ulusal standartlara kadar ulaşmasına katkı sağlar. Gıda standartları bilimdeki yeni gelişmelere bağlı olarak da sürekli gözetim altındadır. Bütün bu adımlar süresince en öncelikli ve belirgin amaç insan sağlığının korunmasıdır.

Ülkemizde de gıda güvenliği ile ilgili uluslararası standartların ulusal uyarlamaları, ilgili kamu birimleri tarafından yapılmakta ve ulusal yasal düzenlemeler oluşturulmaktadır. Toplumun birincil sağlık hakkı olarak da değerlendirilebilen sağlıklı ve güvenli gıdaya ulaşım bu düzenlemelerin eksiksiz olarak yapılması, izleme çalışmalarının bağımsız kurullar tarafından şeffaf bir şekilde sürdürülmesi, bilimin her türlü gelişiminden güncel bir şekilde yararlanarak gerekli revizyonların zamanında yapılması ile mümkün olabilir.

2. Gıda güvenliği ve gıda güvencesi kavramları ne anlama gelmektedir?¹

Gıda güvenliği; tarladan/çiftlikten sofraya kadar çevre ve insan sağlığına zarar vermeyen, üretimin her aşamasında gerekli kontrolleri yapılmış, sağlıklı ve güvenilir ürünlerin temin edilme süreci olarak tanımlanmaktadır. Bu konuda yapılan bir başka tanım da “*gıdalarda olabilecek fiziksel, kimyasal, biyolojik ve her türlü zararın bertaraf edilmesi için alınan tedbirler bütünü*”dür.

Gıda güvencesi kavramı ise bireylerin ekonomik ve diğer açılardan yeterli gıdaya ulaşabilmeleri ve bu süreçte herhangi bir risk ile karşılaşmamaları anlamı taşımaktadır.

3. Sağlıklı beslenme nedir?

“Sağlıklı beslenme” yeterli ve dengeli beslenme anlamı da taşımaktadır. “Yeterli ve dengeli beslenme” denildiğinde ise vücudun gereksinim duyduğu gıdanın yeterince ve temel besin gruplarının bir denge içerisinde tüketimi anlaşılmalıdır. Bu kapsamda temel besin gruplarının süt ve süt ürünleri, et-yumurta-kuru baklagiller, sebze ve meyve grubu, ekmek ve tahıl grubu, yağ ve şekerler olduğu hatırlanmalıdır.

4. Gıdalardan kaynaklanan hastalıklar var mıdır?

Üretim aşamasından tüketim aşamasına kadar sağlık açısından bazı kurallara dikkat edilmediği takdirde gıdalardan kaynaklanan hastalıklar olabilir. Örneğin, besinlerle geçen parazitler, bakteri ve virüslerden kaynaklanan hastalıklar, gıda kaynaklı zehirlenmeler, gıdalarda birikim, doz fazlalığı gibi nedenlere bağlı gelişen süregen (kronik) hastalıklar bu başlık altında incelenebilir.

¹ Gıda güvenliği ve güvencesi terimleri 5996 Sayılı Kanun'un 11 Haziran 2010 tarihli Resmi Gazete'de yayınlanarak Kanunlaşmasına kadar yukarıdaki gibi kullanılmakta idi. Ancak bu Kanun'la birlikte “Gıda Güvenliği” ifadesi “gıda güvenilirliği” olarak değiştirilmiştir. Benzer şekilde yıllardır “yeterli gıdaya ulaşmak” anlamında kullanılan “gıda güvencesi” ifadesi ise “Gıda Güvenliği” olarak kullanılmaya başlanmıştır. Tüm kesimlerce kullanımı oturmuş olan bu iki terimin anlamının taban tabana zıt bir biçimde değiştirilmiş olması önemli bir kavram kargaşası yaratmıştır. Günümüzde Üniversiteler, Meslek Odaları, Sivil Toplum Kuruluşları ilgili kavramları yukarıda yer aldığı biçimde kullanmaya devam ederken; Kamu Kurumları “Gıda Güvenliği” terimini insanların yeterli gıdaya ulaşımı olarak kullanılmaktadır.

5. Gıda zehirlenmesi ne anlama gelmektedir? Korunma nasıl olmalıdır?

Tüketilen gıdaların saklama, hazırlama, sunum aşamalarında sağlık açısından uygun koşullar sağlanamadığında hastalık yapıcı mikroplar aracılığı ile meydana gelen durumun genel adıdır. Neden olan etkene bağlı olarak belirti ve bulgular farklıdır. Ancak genel olarak bulantı, kusma, karın ağrısı, vb. belirtiler öne çıkar. Tedavi ve yaklaşım da hastanın durumuna, nedene göre değişebilir. Gıda zehirlenmesinin önlenmesi için evrensel olarak kabul gören ilkelerin çok iyi bilinmesi gerekir. Bu ilkeler aşağıda sıralanmıştır:

- ✓ Temizlik (El yıkama, mutfak tezgahı ve araç gereçlerin temizliği)
- ✓ Pişmiş ve çiğ gıdaların ayrı tutulması ve ayrı aletlerle işlenmesi
- ✓ İyi pişirme
- ✓ Yiyecekleri doğru sıcaklıkta saklama
- ✓ Temiz su kullanımı

6. Genetiği değiştirilmiş organizma ve hibrit (melez) tohum arasında fark var mıdır?

EVET, Bu kavramlar birbirinden farklıdır.

Genetiği değiştirilmiş organizma (GDO) biyoteknolojik yöntemlerle kendi türü haricinde bir türden gen aktararak belirli özellikleri değiştirilmiş bitki, hayvan ya da mikroorganizmalar ya da bunlar kullanılarak elde edilen gıdalar olarak tanımlanmaktadır.

Hibrid (hibrit?)(melez) tohum, İki farklı saf hattın birbirleriyle melezlenmesinden elde edilen yavru döl hibrit/melez olarak adlandırılır. Sonuç olarak hibrit, türün kendinden bir çeşitle özelliklerinin iyileştirilmesi/düzeltilmesi işlemidir.

7. Gıda katkı maddesi nedir?

Katkı maddeleri; teknolojik bir zorunluluk gereği, üretimin her aşamasında ürünün tat, koku, görünüş, yapı ve diğer niteliklerini korumak, düzeltmek veya istenmeyen değişikliklere engel olmak amacıyla kullanılan maddelerdir. Gıda katkı maddeleri tek başlarına gıda olarak tüketilmezler ancak besleyici değerleri olabilir.

Ürünlerde bulunabilecek miktarları, tüketime hazır ürün üzerinden tespit edilmiş ve Türk Gıda Kodeksi'nin ilgili bölümlerinde yayınlanarak yasal zorunluluk haline getirilmiştir. Gıda katkı maddelerinin kullanımı, kimi zaman insan sağlığına olası olumsuz etkileri nedeniyle, kimi zaman ise teknolojik gerekliliği olmadığından veya tüketiciyi yanıltabileceğinden bazı gıda maddelerinde yasaklanır veya sınırlanırken, bir başka gıda maddesinde serbest olabilir.

Gıda maddelerinde kullanımı onaylanan katkı maddelerine E kodu verilir. "Europa" nın baş harfinden gelmektedir.

8. Hormonlu ürün/gıda tanımı doğru bir tanımlama mıdır?

HAYIR. Bitkilerin üretimi sırasında **bitki gelişim düzenleyici** adı verilen kimyasallardan yararlanılmaktadır. Ancak bu maddeler hormon sınıfına girmemektedir. Bitki gelişim düzenleyicilerinin de belirli bir standarda göre kullanımı yasal düzenlemelerle belirlenmiştir. Adı geçen uygulamanın az sayıda bitki için yapıldığı da bilinmelidir.

Hayvansal gıdalarda ise uygulama daha farklıdır. ABD ve Kanada gibi ülkelerde hayvanların daha hızlı gelişmesi için hormonların belirli miktarlarda kullanımına izin verilmektedir. WHO ve FAO'nun Ortak Uzmanlar Komitesi (JECFA), bu amaçla hormon uygulanan hayvanlardan elde edilen etin insanlarda hormonal etkiye yol açmayacağını, böylece zehirli de olmayacağını ve halk sağlığı açısından sakınca doğurmayacağını açıklamıştır. Buna rağmen AB ülkelerinde benzer amaçla hormon kullanılmasına hayvan refahı gerekçe gösterilerek izin verilmemektedir. Türkiye'de de gıda mevzuatı AB uyum sürecinde yeniden yapılandırıldığı için, hayvanlarda gelişmeyi hızlandırmak amacıyla hormon kullanılması yasaktır. Kanatlılarda da hiçbir şekilde hormon kullanımına izin verilmemektedir.

KAYNAKLAR

1. Assuring Food Safety and Quality: Guidelines for Strengthening National Food Control System. Joint FAO/WHO Publication:3-6.
2. Aslan D. Uluslararası Gıda Güvenliği Yaklaşımı ve Yerel Yönetimler. Kent ve Gıda Sempozyumu, IV. Türk Belediyecilik Sempozyumu Bildiri Kitabı, Haziran 2007.
3. Gıda güvenliği. <http://ato.org.tr/bilgi/hekimler-icin-guncel-tibbi-bilgiler/detay/35>. Erişim: 9.6.2012.
4. FAO.2002.Dünya Gıda Zirvesi, <http://www.un.org.tr>. Erişim: 9.6.2012.
5. http://www.ttb.org.tr/mevzuat/index.php?option=com_content&view=article&id=753:bogem-kanunu&catid=1:yasa&Itemid=28. Erişim: 9.6.2012.
6. <http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/5keys/en/index.html>. Erişim: 9.6.2012.
7. Güler Ç. Çobanoğlu Z. Besin Kirliliği. Çevre Sağlığı Temel Kaynak Dizisi 11, T.C. Sağlık Bakanlığı Yayınları, Ankara, 1994.
8. Velle W. (2012). The use of hormones in animal production. FAO Corporate Document Repository. <http://www.fao.org/DOCREP/004/X6533E/X6533E01.htm>. Erişim:25.06.2012.

