



GIDA GÜNLÜĞÜ

Ziraat Yük.Müh. Gülgün AKBABA

TÜRKİYE'DE BESLENME DÜZEYİ

Beslenmedeki yetersizlik ve dengesizlik bireyin, dolayısıyla içinde yaşadığı toplumun sağlık ve ekonomik durumunun bozulmasına yol açar. Beslenmenin yetersiz ve dengesiz oluşu, niteliğe bağlı olarak değişiklik gösterir. O halde bireyin ve toplumun dengeli ve yeterli beslenmesini sağlamak için, öncelikle toplumun beslenme durumunu ve bunu etkileyen faktörleri incelemek gereklidir. Bu düşünceyle Dünya Çevre ve Kalkınma Komisyonu Raporu'nun izleme çalışmaları çerçevesinde, 8-16 Mayıs 1990'da Bergen (Norveç)'de yapılan BM/AEK Bölgesi Konferansı için hazırlanmış olan raporun beslenme bölümünü siz okuyucularımıza aktarıyoruz. Böylece toplumumuzun "beslenme" konusundaki durumuna ışık tutmuş olacağız.

Raporda "Türkiye'de Beslenme Sorunu" başlığı altında şu görüşlere yer verilmekte:

"Türkiye'de beslenme araştırmaları, hane halklarının % 17'sinden fazlasında günlük kişi başına enerji tüketiminin 1600 kilokalorinin altında olduğunu göstermektedir. Bu oran 1980 nüfus sayımı sonuçlarına göre yaklaşık 8 milyon, 1985 nüfus sayımı sonuçlarına göre ise 9 milyon kişi anlamına gelmektedir. Kuramsal olarak 1600 kilokalori/gün/kişi sınırı, "çok yetersiz" düzey olarak tanımlamak, bu sınırın altında kalanları "yarı aç" olarak nitelendirmek mümkündür. Günde kişi başına 1600 kilokalorilik bu sınır, Türkiye için hesaplanmış olan yaklaşık 2250 kilokalorilik ihtiyaç düzeyinin de çok altındadır".

Beslenme sorununu, enerjiden protein tüketimini getirelim. Göreceğiz ki, bu tablo da iç açıcı değil.

"Hane halklarının % 27'ye yakın "çok yetersiz" % 16 kadarının da "düşük düzeyde" tüketim yaptığı, toplam olarak hane halklarının % 43 kadarının hayvansal protein açığı ile karşı karşıya olduğu anlaşılmaktadır. Bu gözlem öteki besin elemanları tüketimi için de geçerlidir."

Eksik beslenme sorunuyla karşı karşıya olan insanlarımızın ülkemizdeki dağılımı ise raporda şu şekilde açıklanmaktadır:

"Eksik beslenme durumu öncelikle köylerde yaygındır. Özellikle Doğu ve İç Anadolu ile Akdeniz bölgesi köylerinde düşük gelir gruplarında (küçük çiftçi köylülerle, tarım işçilerinde) yeterli gıda maddesi tüketilmediği anlaşılmaktadır. Aynı biçimde, özellikle

büyük kentlerin gecekondu yörelerinde, hane halklarının önemli bölümünde eksik beslenme durumu gözlenmektedir."

Raporda soruna çözüm olabilecek şu görüşler ileri sürülmüştür.:

"Türkiye'de, önümüzdeki dönemlerde gıda maddeleri üretiminin, gerek bitkisel gerekse hayvansal kökenli gıdaların, önemli miktarlarda artırılması ve tüketiciye ulaştırılmasında etkinliğin artırılması gerektiği anlaşılmaktadır.

Bir yandan işlenebilir toprakların sınırına gelmiş olması, bir yandan iç göç baskısı, bir yandan da genel beslenme tablosu, üretim artışının, toprak verimlerinin yükseltilmesi yoluyla sağlanması gereğini vurgulamaktadır. Başka bir deyişle Türkiye önümüzdeki dönemlerde, tarımsal üretimde giderek daha fazla tarım dışı sektörlerde üretilmiş üretim girdisi (gübre, kimyasal ilaç, makine vb.) kullanmak zorundadır."

Görüldüğü gibi beslenmedeki sorun özellikle belirtilen sosyal yapıdaki insanlarımızı ilgilendiriyor. Konuyu bir de Türkiye genelinde ortalama rakamlarla ifade edecek olursak şu tabloyla karşı karşıya geleceğiz:

"Türkiye'de kişi başına ortalama yaklaşık 2300 kilokalori düşmektedir. Toplam protein tüketimi kişi başına 65 gr, kişi başına ortalama hayvansal protein tüketiminin ise 16-18 gr olduğu hesaplanmaktadır. Hayvansal protein için geçerli olan bu rakam toplam proteinin % 26'sı kadardır.

Rakamlardan anlaşılacağı üzere gerek beslenme araştırmaları gerekse gıda denge cetvelleri, temel besin elemanları (enerji ve protein) tüketiminde genel ortalamalar olarak yeterli sayılabilecek bir düzeydedir. Buna karşılık Türkiye'de beslenme sorunu, temel besin elemanlarının bölgeler, yerleşme yerleri, toplumsal katmanlar açısından dağılımı göz önüne alındığında ortaya çıkmaktadır."

Raporda temel gıda maddeleri tüketimi ise şu şekilde açıklanmıştır:

"Türkiye'de buğday ürünleri, özellikle buğday ekmeği temel yiyecektir. Günde kişi başına yaklaşık 500 gr tahıl tüketilmekte, bunun % 82'sini buğday ekmeği, % 11'ni ise diğer buğday ürünleri (un, bulgur, makarna, erişte vb.) oluşturmaktadır. Pirinç, mısır ve diğer tahıllar, ortalama olarak bakıldığında, buğday yanında önemsiz kalmaktadır. Kuramsal olarak adam başına düşen gelir arttıkça, kişi başına düşen tahıl tüketiminin azalacağı savunulabilir.

Süt ve ürünleri, ortalama gıda tüketim kalıbının enerjisi açısından % 5, protein açısından ise % 10 kadarını oluşturmaktadır. Bu değerlerin yarısından fazla bölümü peynirden elde edilmektedir. Günlük ortalama süt tüketimi ise 25 gr'dır. Buna karşılık sütün iki katı kadar (50 gr) yoğurt tüketildiği anlaşılmaktadır (Dikkatli çeken bir nokta süt tüketiminin yıl içinde dengeli bir biçimde yayılmadığı, bahar ve ilk yaz aylarında yükseldiğidir). Et, tavuk ve balık tüketimi sırasıyla günde kişi olarak 50,4 ve 3,5 gr'dır. Bu kümedeki yiyecekler günlük ortalama enerjinin yaklaşık % 6'sını, ortalama proteinin ise % 14'ünü sağlamaktadır. Gerek sağladığı enerji, gerekse protein açısından tavuk ve balık tüketimi önemsizdir. Aynı durum yumurta için de geçerli olup, günde kişi başına yaklaşık 10 gr yani 6-7 günde bir yumurta düşmektedir. Türkiye'de genel olarak et kümesi yiyeceklerin tüketim düzeyleri de düşüktür. Türkiye'de günde ortalama kişi başına 350 gr kadar (yilda 125 kg) sebze tüketilmektedir. Beslenme genel olarak tahılla (buğday) ve sebzeyle dayanmaktadır.

Kişi başına ortalama 225 gr (82 kg/yıl) kadar taze meyve tüketilmekte olup, bu meyveler içinde (yazın) kavun, karpuz ve üzüm tüketimi önemli bir bölüm oluşturur.

Araştırmalar günde kişi başına 38 gr kadar yağ, şeker tüketiminin ise yılda 13 kg dolayında olduğunu göstermektedir. Yağlar içinde bitkisel sıvı yağlar birinci sırayı almaktadır. Zaman içinde yağlı tohumlardan elde edilen sıvı yağların tüketim eğiliminin güçlendiği dikkati çekmektedir."

Sonuç olarak şu cümleler dikkatli çekmektedir:

"Türkiye'de her yerleşim yerinin kendi içindeki farklılaşması oldukça güçlüdür. Özellikle metropollerle, kırsal alanda enerji tüketiminin önemli ölçüde farklılaştığı anlaşılmaktadır. Genellikle değişen oranlarda olmak üzere, bütün bölgelerdeki yerleşim yerlerinde gelir yükseldikçe enerji tüketimi artmaktadır. Enerji tüketimi dağılımının tersine, hayvansal protein tüketiminin dağılımında bölgeler ve değişik büyüklükteki yerleşim yerleri arasında önemli farklar vardır. Marmara-Ege Bölgesi, özellikle üç büyük kente (Ankara, İstanbul, İzmir) hayvansal protein tüketimi diğer yerlere oranla çok yüksektir. Öte yandan, bölge ve yerleşim yeri içi dağılımdaki farklılaşma burada büsbütün çarpıcı hale gelmekte, farklılaşmanın önemli nedeni tüketimin gelirle ilişkilendirilmesinde ortaya çıkmaktadır. Üç büyük kentin yüksek gelir kümesi için bulunan değerler, Türkiye ortalamasının üç katından, kendisinden sonra gelen en yüksek değerlerden ise % 30 daha fazladır.

Bitkisel protein açısından bakıldığında ise en düşük ortalama tüketim sayısı Marmara-Ege, en yükseği ise Doğu Anadolu bölgelerindedir. Aynı şekilde yerleşim yeri küçüldükçe ortalama bitkisel protein tüketimi artmaktadır. Bitkisel protein tüketimi ile gelir arasında ters yönlü bir ilişki söz konusudur.

Bu durum kuşkusuz tahılların, özellikle buğdayın, bitkisel proteinlerin başlıca enerji kaynağı olmasından ileri gelmektedir ve her yerde her gelir kümesinde diyet içinde taşıdığı önemi vurgulamaktadır."

TÜKETİCİNİN KORUNMASI VE YEREL YÖNETİMLER

Aralık sayımızla 1990 yılını bitiriyoruz. Bu bir yılık dönemde yeri geldikçe tüketicinin bilgilendirilmesi, korunması konusuna değindim ve sizlere değişik kesimlerden mesajlar aktardım. 1990 yılının bu son sayısında da yine bu önemli konuda sizi bilgilendirmek istiyorum.

13-14 Ekim 1990 tarihleri arasında Ankara Büyükşehir Belediyesi tarafından Ankara'nın sorunlarının tartışıldığı ve sonunda öneri niteliğinde kararların oluşturulduğu 2. Ankara Kurultayı gerçekleştirildi. Ben Bilim ve Teknik Dergisi adına bu kurultaya delege olarak katıldım. Tüketicinin Korunması ve Yerel Yönetimler Komisyonu tarafından alınan bu kararları özetlemeden önce bu kurultaydaki kararların Ankara şehri için alınmış olsa bile sorunun hepimizin yani tüketicinin sorunu olduğunu belirtmek isterim.

— Örgütlenmeye yönelik bir daimi Tüketici Komisyonunun kurulması, bu komisyonun finansman bakımından Belediye tarafından desteklenmesi fakat komisyonda çalışanların sivil halktan olması hususuna dikkat edilmesi komisyonun aldığı ilk ve önemli bir karardır.

— Tüketim Kooperatifleri ve Tanzim Satış Magazalarının kurulması. Burada amaç üreticiden tüketiciye giden yolda aracı kârın ortadan kaldırılmasıdır.

— Tüketicinin bilgilенmesi amacıyla görsel yayınlardan (TV-Radyo-Basın Kuruluşları, Belediye Panoları vs.) mutlak surette faydalanılmalıdır.

— Belediye yetkililerinin yaptığı kontroller sadece gıda maddeleri konusunda sınırlı kalmamalı, geniş kapsamda ele alınmalıdır.

— Piyasanın temel gıda maddeleri konusunda serbest bırakılması uygulamasından vazgeçilmelidir.

— Belediye panoları ve yayın organları kalitesiz ve bozuk mal satanları teşhir etmeli ayrıca örnek davranışta bulunanları sergilemelidir.

— Belediye sağlık laboratuvarları kurmalı, mevcut olanları geliştirerek işletmelidir.

— Öğrencilerin pasolanı kayıt oldukları gün verilmeli ayrıca öğrenci şebekeleri otobüslerde paso yerine geçebilmeli.

İşte hepimizin sorunlarının duyarlı bir kesim tarafından ele alınıp, incelendiği bu komisyonda alınan kararlar bu doğrultuda. Bu kararların bir an önce uygulamaya konulması ise en büyük dileğimizdir. Hep birlikte nice yıllar dileği ile... □