
TÜRKİYE'DE BESLENME DURUMUNUN GENEL DEĞERLENDİRİLMESİ VE ÇÖZÜM İÇİN ÖNERİLER

Prof. Dr. Orhan KÖKSAL
Hacettepe Tıp Fakültesi

Yeterli ve dengeli beslenme, çeşitli yiyeceklerin tüketilmesiyle sağlanır. Bireylerin fizyolojik ve hijyenik olarak besin maddeleri gereksinmelerini karşılayan, psiko-sosyal istemlerine uygun nitelikte ve kişiye doygunluk ve doyum sağlayan yiyeceklerden oluşan beslenme sistemine iyi beslenme adı verilebilir. Bu tanımlama, beslenme ile ilgili uygulamalarda çok çeşitli faktörlerin ve niteliklerin gözönünde tutulması gereğini ortaya koymaktadır.

İyi beslenme sadece karın doyurma değildir. Kişinin günlük enerji ve tüm besin maddeleri gereksinmesinin karşılanmış olması da yeterli değildir. İnsan psiko-sosyal bir varlıktır, her türlü etkiyi en az beş duyusu ile algılamakta ve tepki göstermektedir. Kişinin ve toplumun beslenme durumunu bu görünüm ışığında değerlendirmek gerekmektedir.

Türkiye'de Beslenme Durumu :

1974 yılında yaptığımız ulusal beslenme araştırmasına göre Türk halkı önemli beslenme sorunları ile karşı karşıyadır. **0-6 yaş grubu çocuklar arasında % 20 oranında protein-enerji malnütrisyonu sorunu (1,5 milyon çocuk), % 15-20 oranında raşitizm hastalığı (1,2-1,5 milyon) ve % 25 oranında kansızlık (1,8-2 milyon çocuk) şeklinde beslenme yetersizlikleri görülmektedir. Gebe annelerin % 50 si (1 milyon anne) kansızdır.** Türk toplumunun tümünün 1/3 ünde hafif ve orta derecede, % 4-5 inde oldukça ilerlemiş ve ciddi düzeyde kansızlık sorunu mevcuttur. Çoğunluğu Karadeniz bölgesinde ve Doğu Anadolu bölgesinin bazı yörelerinde olmak üzere ülkemizde 2 milyondan fazla kişide basit guvatr belirtileri vardır. Orta yaştan sonra kadınlar arasında %25, erkekler arasında %8 oranında şişmanlık sorunu bulunmaktadır.

Ulusal düzeyde % 17,5 ailede kalori, % 10 ailede total protein % 22 ailede hayvansal protein ve % 39 ailede demir elementi tüketimi yetersiz miktardadır. Kötü beslenme ile ilgili sorunlar kırsal alanlarda ve şehirlerin gecekondu bölgelerinde yaygın durumdadır. Doğu-Güney Doğu bölgeleri ve Orta Anadolunun bazı yöreleri en kötü durumda olan yerlerdir. Sorunlar ailelerin ekonomik durumu, kalabalıklığı, eğitim düzeyleri ile ilişki göstermektedir. Türk halkının te-

mel yiyeceği tahıl (buğday) grubu yiyecekler, özellikle ekmektir. Türkiye'de ulusal düzeyde bir kişinin günlük kalorisinin % 55 i ekmek ve buğday ürünlerinden sağlanır. Ekmek ve buğday ürünlerinden sağlanan kalorisinin oranı Doğu Anadolu halkında % 63 dür. Geliri yüksek ailelerde bu oran % 45, geliri düşük ailelerde ise % 67 dir. Geliri yüksek ailelerde bir kişi günde 100 gram et tüketebilirken düşük gelirlili ailelerde kişinin tükettiği et günde 20 gramdır. Yüksek gelir grubunda kişi yılda ortalama 190-200 (günaşırı bir tane) yumurta tüketirken düşük gelirlili ailelerde kişi yılda 50 (haftada bir tane) yumurta yiyebilmektedir. Bu araştırma ile saptanmış olan daha bir çok verileri sıralayabiliriz. Bu veriler ile birlikte daha başka bulgu ve olguların da gözönüne alınarak ülkemizdeki beslenme durumunun değerlendirilmesinde yararlı olacak bazı konulara değineceğim.

Türkiye'de iyi beslenmeyi sağlamak için gerekli olan birçok yiyeceklerin üretimi yetersiz, dağıtım ve tüketimi düzensizdir. Üretim ve dağıtımın zaman boyunca daha da kötüye gitmekte olduğunun işaretleri vardır.

I — Gıda Üretimi Durumunun Değerlendirilmesi :

Güvenilirliği kuşku verici olan üretim tahminleri ile ilgili istatistik verileri bile bazı gıdaların üretimindeki artışın nüfus artışı hızının gerisinde kaldığını göstermektedir. Türkiye'de nüfusun katına ulaşması için (% 100 artışı) geçecek süre 25-30 yıl olarak belirlenmektedir. Oysa süt üretiminin bu süre içinde % 75 oranında, et üretiminin ise % 50-60 oranında artırılabilmiş olduğu görülmektedir. Meyva üretimi ve son yıllarda tahıl üretimindeki artış oranı da nüfus artış hızının altına düşmüş bulunmaktadır. Bu gıdalardaki üretim eksikliği nedeniyle her geçen yıl kişi başına düşen pay önemli ölçüde azalmaktadır. Bu gıdalardan satışı serbest olanların fiyatı hızla artmakta, fiyatları kontrol edilenleri alabilmek için uzayan kuyruklarda saatlerce beklemek gerekmektedir.

Türk halkının büyük kesimi bazı gıdaları devamlı ve daha fazla miktarda yeme alışkanlığına sahip değildir. Ya da bu gibi gıdaları (et, balık, süt, tereyağı, zeytinyağı gibi) her zaman her yerde bulabilme olanağı yoktur ve fiyatları da bir çok ailenin satınalma gücünün üstündedir. Bu ve daha başka nedenlerde et, balık, süt, yumurta, tereyağı gibi gıdaların tüketimi azdır ve üretim talep azlığından dolayı yeterli gibi görülmektedir. Türk halkı bu gıdaları batı ülkeleri halkının yılda yarısı kadar yiyecek olsa, bu gıdalar yılın yarısında tamamen tükenmiş olacak ve bunları alabilmek için sıra bekleyen kişilerin oluşturduğu kuyruklar kilometrelerce uzayacaktır.

Bu durumun en garip ve kötü yanı ise ülkenin bu konuda kade-rine hakim olan politikacı ve yöneticilerin bilerek ya da bilmeyerek Türkiye'yi «dünyada gıda üretimi yönünden kendi kendine yeterli olan ender ülkeler arasında» saymalarındır. Evet, Türkiye halkının alışageldiği yiyecek görüntüsü açısından bugün için yeterli üretim yapılabilmektedir. Ancak bu görüntü iyi ve sağlıklı beslenmeyi sağlayabilecek nitelikte değildir. Nitekim bu durumun sonucu olarak bazı besin elementlerine gereksinmesi fazla olan toplum grupları vulnerable grubunun beslenme durumları bozuktur. Bebek ve çocuklar arasında protein-enerji malnütrasyonu ve raşitizm ve özellikle gebe annelerde yaygın olmak üzere kadın ve çocuklar arasındaki kansızlık sorunları et, süt, yumurta üretimindeki yetersizlik ile ilişkilidir.

II — Gıda Tüketim ve Dağıtım Durumunun Değerlendirilmesi:

Türkiye'de bölgeler arasında, kırsal ve kentsel yerleşme yerleri, sosyo-ekonomik niteliği ayrı aileler ve ailelerin yaş ve cinslerine göre bireyleri arasında gıda dağıtım ve tüketimi yönünden önemli ölçüde ayrılıklar olduğu saptanmaktadır.

Karadeniz bölgesi et ve ürünleri tüketiminin en az olduğu bir bölgedir. Bu nedenle demir alınması yetersizdir. Bu bölgede kansızlık daha yaygın durumdadır. Doğu, Güneydoğu ve Orta Anadolu bölgeleri birçok gıdaların daha az tüketildiği bölgelerdir. Metropollerin ve şehirlerin gecekondü bölgelerinde yaşayan aileler arasında hayvansal gıdaların tüketimi daha azdır. Birçok köylerde et tüketimi çok düşük düzeydedir. Ailelerin önemli bir bölümünde küçük çocuk, genç kız ve kadınlar ailenin diğer bireylerine kıyasla besin gereksinmelerini daha az karşılayabilecek bir gıda dağıtımı ile karşı karşıyadır. Bu durumlarla ilgili sayısal değerler «Türkiye 1974 Beslenme ve Gıda Tüketimi Araştırması Raporu»nda yer almaktadır.

Türkiye'de gıda tüketim durumu, beslenme sorunları olan aileler için giderek daha kötüleşmektedir. Protein, demir ve bazı vitaminlerce zengin olan hayvansal gıdalar ile meyvelerin tüketimi çeşitli etkenlere bağlı olan fiyat artışları nedeniyle giderek azalmaktadır. Dar gelirli ailelerin; memur ve bir kısım işçi ailelerinin gelirindeki artış bazı gıdaların fiyatlarının artış oranından düşük kalmaktadır. 1974 Ekiminde 1200 TL brüt asgari ücret, 1979 yılı Ekim ayındaki 5400 TL brüt asgari ücrete kıyasla et, peynir, yumurta, balık ve meyveleri daha fazla miktarda alabilmekte idi. Bu gıdaların 1974 ve 1979 Ekim ayı parakende fiyatları ile hesaplandığında; asgari ücret 1974 de 1979 yılına kıyasla yılda 8-10 kilo peynir, 12-15 kg. et, 60-70 adet yumurta ve 15-20 kg meyve daha fazla alabilmekte idi. Asgari ücret net olarak 3-4

kat artmış, buna karşın bu gıdaların fiyatları 5-6 kat artmıştır. Böylece fiyatları asgari ücret artışı kadar ya da daha az artmış olan gıdalara karşı halkın talebi artarak, tahıl, bitkisel sıvı yağ ve margarin ile şeker tüketimi yükselmiştir. Bu gıdaların tüketimindeki artış beslenme sorunlarını daha da kötüleştirmektedir.

Gıda fiyatlarının artışına yol açan enflasyon, devalüasyon, taban fiyat ayarlamaları, gıda ihracatı ve diğer müdahalelerin halkın beslenme durumu üzerindeki etkileri daima gözönüne alınmalıdır.

III — Çözüm İçin Öneriler :

Türkiye'de beslenme durumunun düzene konulması ancak bir bütünlük içinde ve «Ulusal beslenme politika ve plânı» uygulanması sonucunda mümkün olabilecektir. Birbiri ile entegre edilmemiş, kopukluklar, çatışmalar gösteren ve bilimsellikten uzak kişisel görüşlere dayalı önlemlerle durum düzeltilemez. Bu konudaki görüşlerimi, 1978 Nisan ayında yapılan «Türkiye Ulusal Gıda ve Beslenme Planlama Semineri»nde yaptığım «Türkiye'de Kalkınma Planları İçinde Gıda ve Beslenme Politikası ve Programları» adlı bildirimde açıklamıştım. Aynı görüşleri bu yazıda da tekrarlamakta yarar görmekteyim.

Gıda ve Beslenme Plânları içinde yer alan programlar iki grupta toplanmaktadır.

a) Uzun Süreli (Vadeli) Programlar:

1. Halkın Gelir Düzeyini Yükseltmek:

Bu çabalarla ilgili olarak, çalışanlar için asgari ücret miktarını gereksinimleri karşılayacak düzeye getirmek ve tüm çalışanlara yaygınlaştırmak, en önemli yeri almaktadır. Türkiye'de bu konuda yapılan çabalar sınırlıdır. Organize işçi ve kamu görevlileri böyle bir olanağa kavuşturulmaya çalışılmıştır. Ancak ücretlerdeki artırmalar enflasyon, gıda ve diğer zorunlu maddeler fiyatlarındaki ani ve yüksek artışlar nedeniyle etkisiz kalmaktadır. Ayrıca ülkede çok geniş bir toplum kesimi asgari ücret bile alabilecek durumda değildir. Özellikle şehir ve büyük şehirlerin gecekondu semtlerinde kırsal alandan henüz göç etmiş yoksul ailelerin gelir düzeyi, yeterli gıda temin etmelerine olanak vermemektedir. Yapılan araştırmalar Türkiye'de en az 150-200 bin ailenin gıda yardımına muhtaç olduğunu göstermektedir. Özellikle bu ailelerin bebek, okul öncesi ve okul çağındaki çocuklarına ek gıda verilmesi şeklinde beslenme programları uygulanması gerekmektedir.

Halkın gelir düzeyinde adaleti sağlamak ve gelir dağılımındaki çok büyük ayrıcalıkları azaltmak amacıyla düşünülen en az geçim indirimi saptanması ile vergileme düzenlemesi henüz gerçekleşmemiştir. Bu konuda yasal hazırlıklar bulunmaktadır.

Gelir düzeyini artırmada en önemlisi halka iş sağlamak ve işsizliği azaltmaktır. Türkiye her yıl ortalama bir milyon kişiye yeni bir iş alanı açılmasını gerektiren nüfus artışı ile karşı karşıyadır. Oysa daha önceki beşer yıllık üç kalkınma planı döneminde endüstrileşme ve üretime geniş bir şekilde teknolojiyi sokma uygulaması hedef alınmıştır. Teknolojinin amaçlarından birisi, insan gücüne olan gereksinimi azaltmaktır. Bu nedenle insan işgücü arzına olan talep giderek azalmaktadır. İnsan gücünün yapabileceği işleri makinalara yaptırmak işsizliğe yol açmaktadır. Ayrıca bu teknoloji için gerekli enerjinin temininde de dar boğaza girilmiş ve insan gücü için gerekli enerjiyi temin etmek üzere, yani gıda temini için bireylere yeterli gelirin sağlanması da güçleşmiştir. Ailelerin gelir düzeyini artırmada ve iş bulmada yardımcı bir etken olabilecek olan aile planlaması çalışmaları ise henüz istenilen ölçüde başarılı olamamıştır.

2. Gıda Üretimini Artırmak ve Tedarikini Düzene Koymak:

Türkiye'de oldukça geniş bir gıda üretim potansiyeli olduğu halde hem üretici hem de tüketici, üretim azlığı ve dağıtımındaki düzensizliklerden zarar görmektedir. Gıda üretimini miktar olarak artırmak ve gıda üretimini çeşit olarak ülkenin beslenme gereksinmelerine uyarlı olarak düzenlemek amacıyla yapılacak müdahaleler içinde üreticiye yönelen teşvik önlemleri büyük önem taşımaktadır. Bu teşvik önlemleri arasında, a) güvenilir pazar sağlama ve pazarlama sorunlarını önleme, b) yeterli ve zamanında verilen düşük faizli kredi sağlama, c) üretim için gerekli girdilerin zamanında, yeterli ölçüde ve uygun fiyatla sağlanması ve bu teşvik önlemlerini alacak örgütlenmeyi sağlama, yani kooperatiflerin kurulması ve etkin bir şekilde çalıştırılması yer almaktadır. Türkiye'de 1978 yılında bu konulardaki durum 15 yıllık bir planlama dönemi geçirilmiş olmasına karşın hiç de iç açıcı değildir. Bir kısım çabalar yapılmış olmakla birlikte sorunlara köklü çözümler getirilememiştir. Özetlenirse, hayvansal gıda üretimi, su ürünleri, sebze ve meyve üretimi konularında durum planlama dönemlerinden önceki yıllardan pek farklı değildir. Yetersiz üretim yanında aşırı üretim yapılarak talep olmadığı için çürüyen gıda miktarı da önemli bir sorun olmaktadır.

Gıda üretimini kalite ve kantite yönünden ülke gereksinmelerine ve ekonomisine uygun bir duruma getirebilecek olan Toprak ve Tarım Reformu gibi ana önlemler uygulamaya geçirilememiştir. Hazırlanmış olan kanunun bazı hükümleri çok sınırlı bölgelerde pilot

çalışma şeklinde uygulamaya başlatılmış ve bir süre sonra bu da durdurulmuştur. Asıl amacı, üretimi düzene koymak ve ülke ekonomisine büyük katkı sağlamak olan yeni bir yasal düzenlemeye gereksinim bulunmaktadır. Özellikle tarımı rantabl olarak düzenleyebilecek, savurganlığı önleyecek ve işgücü arzını karşılayabilecek bir tarım politikası saptanmasına gerek vardır. Hesapsız, ileriye dönük sonuçları ve sorunları iyi düşünülmeden uygulanmasına geçilmiş olan endüstrileşme politikası, maalesef Türkiye tarımı ve gıda üretimi üzerinde çok olumsuz etkiler yapmıştır.

3. Halkın Beslenme Konusunda Eğitilmesi.
4. Beslenme Üzerine Olumsuz Etki Yapan Sağlık Sorunlarını Önleme ve Gıda Sanitasyonu ile Genel Çevre Sağlığı Sorunlarını İyileştirme.

b) Kısa Süreli Programlar :

1. Gıda Fiyatları ile İlgili Olarak Devletin Müdahalesi:

Son yıllarda birçok gıdaların üreticiden alınmasında taban fiyatlarını saptama ile ilgili olarak devlet müdahaleleri yapılmaktadır. Ayrıca tüketiciyi korumak amacıyla bazı gıdaların piyasa fiyatları sınırlandırılmaktadır. Gerek alış, gerekse satış fiyatlarını tesbit konusunda bu müdahalelerin halkın beslenme durumu ve sorunlarına yapaacağı olumlu ve olumsuz etkiler dikkatle gözönüne alınmak zorundadır. Bu müdahalelerin her zaman iyi sonuçlar verdiği söylenemez.

Bazı gıda ve diğer tarım ürünleri üretici ve tüketiciyi korumak amacıyla desteklemekte - sübvansede edilmektedir. Bu şekildeki müdahalelerin asıl amacı, halkın iyi beslenmesine yardımcı olmak ve beslenme sorunlarına çözüm sağlamak olmalıdır. Oysa Türkiye'de bu amaçlara varmada yararlı olabilecek önemli bazı gıdalar, örneğin, süt, yoğurt, pekmez, kurubaklagiller gibi gıdalar hiçbir destek görmemektedir. Bu desteğin yeterli düzeyde olması bebek, çocuk ve hamile anne beslenmesinde sorunların yaygınlaşmasını önleyebilecek değerdedir.

2. Toplu Beslenme Uygulamalarını Düzene Koyma:

Birçok ülkede olduğu gibi Türkiye'de de hiç değilse bir övün topluca beslenme yapan yerlerde gıdalanma şeklindeki uygulama giderek yaygınlaşmaktadır. Kreşler, çocuk yuvaları, toplu beslenme uygulayan yurtlar, okullar, işçi ve memura yemek veren kantinler, yemek sağlayan diğer kurumlar sayıca artmakta ve bu yerlerden yararlanan birey sayısı giderek çoğalmaktadır. Toplu besleme yapan yerlerin beslenme kuralları, sağlık koşulları ve yiyeceklerin rantabl bir

şekilde hazırlanması, bu kurumların savurganlık yapılmadan işletilmesi için gerekli yasal önlemler belirlenerek kalkınma planlarına girmemiştir. Planlarda bu hususlar belirtilmeli sorumlu örgütlere görev ve yetki verilmelidir.

3. Bebek ve Çocuk Beslenmesine Yönelik Çabalar

4. Gıda Zenginleştirilmesi ve Gıda Kontrolü:

Bazı önemli beslenme sorunlarını önlemede gıda zenginleştirilmesi programları çok yararlı olabilmektedir. Birçok ülkede yaygın olan basit guvatr sorunu, sofraya tuzunun iyodla zenginleştirilmesi ve dağıtımı sonucu çok düşük bir düzeye indirilmiştir. Türkiye'de üç milyona yakın toplum grubu basit guvatr belirtisi göstermektedir. Ülkemizde iyodlu tuz imali için yasal düzenlemeler hazır. Ancak, iyodlu tuzun devlet tarafından imâl edilmesi ve gerekli bölgelerde ucuz bir fiyatla dağıtımı uzun yıllardan bu yana ihmal edilmektedir.

Birçok ülkelerde demir eksikliği kansızlıklarının önlenmesi amacıyla unlar, özellikle ekmeçlik unlar, demir bileşikleriyle zenginleştirilmektedir. Türkiye'de temel gıda olan ekmeğin demirle zenginleştirilmesi çok yaygın bir sorun olan kansızlığın önlenmesinde yararlı olacaktır.

Ulusal Gıda ve Beslenme Politikası Karar Organı:

Genel Kalkınma Plânlarını hazırlama ile yükümlü olan Devlet Plânlama Örgütünün bugünkü statüsü, Türkiye'de sorunlara yönelik, koordine, etkin, yararlı ve tutarlı nitelikte Gıda ve Beslenme Plân ve Programları hazırlanmasına müsait değildir. Beşer yıllık planlama çalışmaları yapılırken kurulan özel ihtisas komisyonları, konuya gereği gibi eğilememektedirler. Bu komisyonlar tarafından hazırlanan raporlar ve öneriler de çoğu kez Plânlama Örgütü tarafından dikkate alınmama, bir kenara atılmaktadır. Böylece gıda ve beslenme ile ilgili plân ve programlar yetersiz, hatta yok denecek durumdadır. Devlet Plânlama Örgütü içinde salt gıda ve beslenme plân ve programlarını hazırlamakla görevli bir daire kurulması zorunlu hale gelmiştir. Bu daire, plânların hazırlanması için gerekli verilerin toplanması ile ilgili çabalara geçmeli ve devamlı çalışan bilimsel nitelikteki Ekspertler Kurulu ile birlikte plân ve programları düzenlemelidir.

Plân ve Programların Uygulanmasını Koordine Etme Organı:

Plân ve programlarda yer alan çabaların zamanında, etkin bir biçimde ve koordineli olarak uygulanabilmesi son derece önemlidir. Birçok ülkelerde bu iş için bakanlıklararası konseyler kurulmaktadır.

Türkiye'de de gıda ve beslenme konuları ile ilgili bakanlıkların müsteşarları ya da yardımcılarının katılacağı ve bir Başbakan yardımcısı ya da Devlet Bakanı'nın başkanlığında çalışacak «ULUSAL GIDA VE BESLENME YÜKSEK KOORDİNASYON KURULU» kurulmasına şiddetle gereksinme vardır. Plânda yer alan çabaların uygulanması bu kurul tarafından kararlaştırılmalı ve takip edilmelidir. Ayrıca plânlarda yer alan çalışmaları yapmak üzere ilgili bakanlıklarda, Gıda ve Beslenme Daireleri kurulması gerekmektedir. Bu örgütlerde görev alabilecek bilgi ve beceriye sahip personel yetiştirilmiş olup sayıları giderek artmaktadır. Plânlarda yer alan çabaların etkinliği, bu kurul tarafından önerilen değerlendirme çalışmaları ile sık sık saptanmalıdır.

Türkiye'de devlet düzeni ve bürokratik sistem, belki de bir «Beslenme Bakanlığı» kurulmasını bile gerektirebilir. «Gıda-Tarım ve Hayvancılık» adlı bakanlık tarafından konunun ele alınması düşünülebilir. Ancak çok çeşitli alanlarda ilgi ve ilişkisi olan çabaları ahenkli bir şekilde yürütebilmek için etkin bir merkezi örgütün yararı da düşünülmelidir.

TOPLUM ve HEKİM

Cilt 1	350 TL.
Cilt 2	350 TL.
Cilt 3	350 TL.
Cilt 4	350 TL.

Cilt Kapakları 100 TL.'dir

Ödemeli olarak isteyebilirsiniz.
