

BESLENME-SAĞLIK İLİŞKİLERİ, GIDA SANAYİNDE BESİN VE SAĞLIK İDDİASI ETİKETİ UYGULAMALARI

Prof.Dr.Fatih YILDIZ
O.D.T.Ü.-Gıda Mühendisliği Bölümü
Ankara

Gıda, ilaç ve kozmetik maddelerin kullanımı ile insan sağlığı arasında çok yakın ilişki bulunmaktadır. İlaçların üretimi, dağıtımı ve kullanımı büyük ölçüde devlet ve doktor kontrolünde olmaktadır. Oysa gıda ve kozmetik ürünler tamamen serbest piyasa koşullarında üretilip tüketilmektedir. Kişi başına yıllık tüketimi sadece bir kaç yüz gram olan ilaca karşın, yıllık kişi başına tüketimi 1 1.5 tona varan gıda tüketiminde kontrol minimum düzeydedir. Bu nedenle, haksız rekabetin önlenmesi ve tüketicinin daha bilinçli tercih yapabilmesi için pek çok ülkede kapsamlı besin ve sağlık iddiası etiket sistemi uygulamaya konmuştur.

En eski çağlardan beri, son yıllarda ise; başta Kanada, Amerika Birleşik Devletleri, ve Japonya olmak üzere Dünya'da pek çok ülkede gıda tüketim alışkanlıkları ile hastalıklar ve insanın zihinsel, psikolojik ve fizyolojik performansı arasında bir ilişki olduğu kabul edilmektedir(1).

Artan ilgi ve talep üzerine ABD Sağlık Bakanlığı Gıda ve İlaç İdaresi(FDA) bu konuları bilimsel bir temele koymak üzere aşağıda temel ve genel prensipleri verilen "Sağlık İddiası Etiket" sistemini 1998 yılında kabul etmiştir.

Gıda imal eden firmalar aşağıda listesi verilen sağlık iddiası etiketini kullanabilirler;

- Kalsiyum ve Osteoporoz
- Besinlerdeki Toplam yağlar ve Kanser
- Sodyum ve yüksek tansiyon
- Çinko ve yaşlılarda bağışıklık sistemi ilişkisi
- Antioksidan vitaminler(A,E, ve C,) ve Kanser
- Besinlerdeki doymuş yağlar, Kolesterol, ve Koroner Kalp hastalıkları.
- Lifli gıdalar, hububat, meyve ve sebzeler ve Kanser ilişkileri
- Meyve, Sebze, ve hububat ürünlerindeki suda çözünür lif miktarı ve Koroner Kalp hastalıkları ilişkisi
- Kanser ile meyve ve sebzelerdeki klasik besinler dışında kalan fitokimyasal gıdalar arasındaki ilişki
- Folik asit ile doğumda oluşan nörel-tüp hastalığı arasındaki ilişki
- Şeker alkolleri ile diş çürümeleri arasındaki ilişki
- Yulaf ve psillium(ayrık otu) tohumunda bulunan suda çözünen lifler ile Koroner kalp hastalıkları arasındaki ilişki.

Özel olarak yukarıda belirtilen şartları miktar ve fizyolojik etki olarak yerine getiren gıdalar "Sağlık İddiası Etiketini" kullanabilirler. Gıdalardaki sağlık iddiaları daha çok hastalıkları önleyici ve koruyucu anlamını taşımaktadır, yoksa tedavi edici bir anlam taşımamaktadır.

Gıdalarda bulunan sağlık iddiası etiketi ilaçlar kadar

uzun ve zor olmadığı için pek çok firma bu tür gıdaları fonksiyonel gıda olarak satabilmektedir. Ortalama olarak bir kimyasal maddenin FDA tarafından ilaç olarak satılabilmesi için en az 250 milyon dolarlık ve 2-8 yıllık araştırmayı gerektirmektedir. Zaten yüzyıllardır gıda olarak kullanılan maddelerin sağlık iddiası ise daha kısa bir zaman ve masrafı gerektirmektedir.

Fakat bu iddiaların bilimsel temele oturması için en az aşağıdaki bilgilerin ortaya konması gerekmektedir;

- Aktif madde veya maddelerin belirlenmesi
- Aktif maddelerin kimyasal yapısı ve proses şartlarında toksikolojisi
- Aktif madde-Fizyolojik fonksiyon ilişkisinin belirlenmesi
- Gıda kaynakları(aktif maddenin bulunduğu gıdalar ve miktarları)
- Fizyolojik fonksiyonun biyokimyasal mekanizması(ADME araştırması)

Tüm bu araştırmalar sonucunda istatistiki tekniklerle belirlenen miktarda etkisi belirlenen gıdalara "Sağlık İddiası Etiketini" uygun puntolarla ve uygun yere yazılabilmektedir ve reklam edilebilmektedir. Eğer bilimsel tekniklerle belirlenen fizyolojik etki sadece tek bir gıdada veya tek bir coğrafi bölgede ise tek bir gıdaya özgü veya tek bir coğrafi bölgeye uygulanan iddialar yapılabilmektedir.

Aynı veya benzer gıda maddeleri farklı coğrafi bölgelerde farklı fizyolojik aktivite göstermektedir.

Sağlık iddiası olan gıdalar değişik isimler ve formlarda piyasaya çıkmaktadır.

Fonksiyonel, tasarlanmış gıdalar, farmatik gıdalar, nutrasötik, tıbbi, doğal, organik gıdalar hep aynı amaçla üretilmektedir. Yine bu gıdalar; içecek, hazır-gıda, tablet, şifalı otlar ve baharatlar, şuruplar, tozlar, sıvı ekstraktlar, infüzyonlar ve dil altı tabletleri olarak satılmaktadır.

Japon Sağlık Bakanlığı ise aşağıda listesi verilen gıda bileşenlerinin insan sağlığını artırdığı için etikette yer alabileceğini belirlemiştir.

- Lifli gıdalar (suda çözünen (pektin) ve çözünmeyen

- lifler(selüloz)
- Oligosakkaridler(inulin ve benzeri)
- Şeker Alkolleri(Sorbitol ,mannitol)
- Aminoasitler,peptidler, ve proteinler
- Glikozidler(saponinler)
- Karotenler ve tocotrienoller
- Koline
- Laktik asit bakterileri
- Çoklu doymamış yağ asitleri
- Fitokimyasallar (Flavonoidler, antosiyaninler)
- Antioksidan besinler(Polifenoller)

Bu besinlerin kalp damar, kanser, yüksek tansiyon, şeker, şişmanlık, bağışıklık sisteminin kuvventlendirilmesi, gibi hastalıklarda yararlı olduğu uzun yıllar yapılan araştırmalar sonucu kabul edilmektedir. Ayrıca antibakteriyel, antiallerjik, antikoagulant, antihistaminik, antiviral, ve benzeri pek çok hastalık için yararlı olan besin maddeleri araştırılmaktadır. Fonksiyonel gıdaların bir ihtiyaç haline gelmesi, son yüzyılda ortaya çıkan sosyal, ekonomik, ve teknolojik önemli değişimler sonucundadır. Bu değişimler;

- Hijyen ve senitasyondaki ilerlemeler sonucu

ÇOCUKLARIN DA FAVORİSİ SUPERFRESH PİZZALAR

SuperFresh'in 4'lü Ekonomik Pizza KİNG ve Pizza FAVORİ ürünlerine çocuklar büyük ilgi gösteriyor.Hem çok lezzetli,hem sağlıklı olan SuperFresh pizzalarıyla anneler çok mutlu.

En kaliteli,bol miktarda malzemeyle süslenen SuperFresh 4'lü Ekonomik Pizzaları piyasadaki en ağır pizza olma özelliğine sahipler.1 paketi tam 960 gr.

Sucuk,salam,soşis,peynir,zeytin,mısır ile süslenen Pizza King ile çocuklarınız için doyurucu,neşeli ve lezzetli sofralar hazırlamanız mümkün.

Pizza Favori sayesinde çocuklarınıza sebze yedirme şansı elinizde.Peynir ve sadece sebzelerle süslenmiş bu muhteşem pizzada mantar,siyah zeytin,brokoli,mısır,domates,biber bulunuyor.

8-10 dakikada yemeye hazır hale gelen Super Fresh pizzalarıyla öğünler ,hem çocuklar hem anneler için çok keyifli geçiyor.Bu lezzetler tüm satış noktalarında sizleri bekliyor.

insan bağışıklık sisteminde ortaya çıkan zayıflama. Bu ise bağışıklık sistemini kuvvetlendiren ek gıdalara ihtiyaç göstermektedir.

-Rafinasyon; aşırı işleme sonucu gıdalarda bulunan pek çok yararlı besin maddesinin atılması sonucu ortaya çıkan noksanlıklar; yağların rafinasyonu sırasında lesitin, tokoferoller, tokotrienollerin atılması, Hububat işleme sırasında; tiamin,demir, ve lif maddelerinin atılması gibi.

-Yaşlı nüfusun artması sonucu ek gıdalara ihtiyaç duyulması. Genel olarak 50 yaşın üstünde insan metabolizmasında enzimlerin miktarında azalmalar olmakta, ayrıca besinlerin biyoyararlılığında düşmeler görülmektedir. Bu ise sağlıklı bir yaşam için gerekli olan ek besin maddelerinin daha konsantre formda alınmasını zorunlu hale getirmektedir.

-Artan hastalık ve tedavi masrafları insanları alternatif ve koruyucu sağlık metodları aramaya yönlendirmektedir. Bu tür alternatif sağlığı koruyucu yollardan biri ve en kolayı ise uygun miktarda ve zamanda ek gıdaların alınmasıdır.

Türkiye'de henüz gıdalarda "Sağlık İddiası Etiket Sistemi" ve bununla ilgili bir yönetmelik bulunmamaktadır. Diğer taraftan Türkiye'de çok sayıda yerli temsilci firma ve yabancı firmalar kendi isimleri altında bu tür gıdaları pazarlamaktadır. Tüketicilerin bu tür gıdaları tüketirken kendi vücut ihtiyaçlarını iyi bilmeleri, gerekmektedir. Bu ise ancak doktor muayenesi ile yapılacak uygun tahliller sonucu ortaya konabilir.

PENGUEN YILIN EN GÜVENİLEN GIDA MARKASI

Türkiye genelinde düzenlenen "Markalar ve Tüketici Üzerindeki Etkileri" konulu anket çalışmasında PENGUEN; Tüketicinin En Fazla Güven Duyduğu Konserve, Salça, Reçel, Turşu markası seçildi.

Türkiye genelinde yapılan çalışma 25-45 yaş grupları arasında lise ve üstü eğitim düzeyi baz alınarak 13.000 kişiye sorularak elde edilen bilgiler değerlendirilerek bu sonuca ulaşılmıştır.

Penguen toplam 16 sektörde, 46 grupta 322 marka arasından tüketicinin bilgilendirilmesi ve korunması konusunda en fazla duyarlılık göstererek güven kazanan markalar arasından tüketicinin en çok güvendiği Konserve Markası ödülüne layık bulundu.

Penguen yetkilileri , Penguen markasının kaliteli hammadde, kaliteli üretim ve üretim sonrası tüketici memnuniyetine göstermiş olduğu hassasiyetten dolayı tüketici odaklı çalışmalarının meyvelerini,tüketicilerin vermiş olduğu oylardan gelmesinin, ayrıca onur ve gurur verici olduğunu belirttiler.