

## **ANKARA İLİNDE İKAMET EDEN 19-65 YAŞ ARASI YETİŞKİN BİREYLERDE SÜT TÜKETİM TERCİHLERİNİN VE BU TERCİHLERE YÖNELİM NEDENLERİNİN BELİRLENMESİ**

Ayşegül Çakmak Aksan, Aylin Çerçi, İlker Pazarbaşı, Damla Gümüş

Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü

Süt bebeklikten yaşlılığa vücudun gelişmesi, güçlenmesi ve sağlığın korunması için gereken besin öğelerini bünyesinde bulundurmaktadır. İnsan yaşamının her evresinde gerekli olan süt, C vitamini ve demir dışında tüm besin öğelerini içeren en iyi kaynaktır. Özellikle çocukluk, gebelik-emzilik ve yaşlılık dönemlerinde kemik sağlığı için önemli bir besin kaynağı olan süt, büyüme gelişmede, bağışıklık sisteminin güçlenmesinde, kan basıncının düzenlenmesi ve bazı kanserlerin gelişiminin azaltılmasında koruyucudur ancak, uygun koşullarda tüketilmediği takdirde çeşitli hastalıklara neden olabilecek zararlı bakteri ve virüslerin üremesi için çok uygun bir besin maddesidir. Bunun için sütü sağlıklı tüketmek çok önemlidir.

Sütte bulunan ve hastalığa neden olan bakteri ve virüsleri yok etmek için pastörizasyon ya da UHT (ultra yüksek ısı) işlemleri uygulanmalıdır. Ancak; Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde açık süt üreticiden tüketiciye doğrudan satılabilmekte ve uygun olmayan koşullarda tüketilebilmektedir. Bu doğrultuda çalışmanın amacı; bireylerin süt tüketim tercihlerinin ve bu tercihlere yönelim nedenlerinin ve belirlenmesidir.

Bu çalışmanın örneklemini; Ankara ilinde yaşayan, 19-65 yaş arası 98 gönüllü birey (37 erkek, 61 kadın) oluşturmuştur. Bireylere demografik, sosyokültürel özelliklerini ve süt tüketim tercihleri ile onları bu tercihlere yönelten nedenleri sorgulayan bir anket formu yüz yüze görüşme yöntemi ile uygulanmış, boy uzunluğu (cm) ve vücut ağırlığı (kg) ölçümleri alınmıştır. Verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır.

Çalışmaya katılan bireylerin süt tüketim tercihleri %22.4 UHT, %65.3 pastörize, %12.2 açık süt olarak belirlenmiştir. Açık süt tüketmeyi tercih eden bireylerde en sık tercih nedenleri; %75 katkı maddesi içermemesi, %58.3 yoğurdunun daha güzel olması, %50 daha sağlıklı olması, tadının daha güzel olması ve daha taze olmasıyken, pastörize ve uzun ömürlü (UHT) sütler için ise %62.2 hijyenik olması, %53.1 ambalajlı olması, %42.9 raf ömrünün uzun olması şeklindedir. Süt tüketim tercihlerinin cinsiyet, beden kütle indeksi ve gelir durumuna göre

farklılık göstermediği ( $p>0.05$ ) ancak eğitim düzeyi arttıkça pastörize ve UHT süt tüketimine yönelimin anlamlı olarak arttığı ( $p=0.021$ ) belirlenmiştir.

Açık olarak tüketilen sütlerin yüksek olası patojenik yükünün yanında, bu sütlere ev ortamında uygulanan ısı işlemler besin değerinde oluşan kayıpları da beraberinde getirmektedir. Bu nedenle pastörize ve UHT sütler ile ilgili toplumsal farkındalığın artırılmasına yönelik girişimler planlanmalıdır.

#### Seçilmiş Kaynaklar

1.Süt ve Sütün Sağlıklı Beslenmedeki Önemi. Türkiye Halk Sağlığı Kurumu - Obezite, Diyabet ve Metabolik Hastalıklar Daire Başkanlığı Yayınları. <http://beslenme.gov.tr/index.php?lang=tr&page=172>

2. Bohlmann, L. Raw milk still a hot topic : processing. 2012. 19, 109-111.

3.Burton, H., Properties of UHT-Processed Milk, in Ultra-High-Temperature Processing of Milk and Milk Products. 1994, Springer US. p. 254-291.