

# TÜRKİYE

## BÜYÜK ÖLÇEKLI BUĞDAY UNU ZENGİNLEŞTİRMESİYLE YAŞAMLARI DÖNÜŞTÜRMEK

Vitaminler ve mineraller insanların potansiyellerini gerçekleştirmeleri için kritik öneme sahiptir. Tüm insanların mikro besin öğeleri olarak da bilinen vitamin ve mineraller yönünden zengin besinleri tüketmelerini sağlamak, sağlıklı besin sistemi inşa etmenin ve ulusal hedefleri gerçekleştirmenin temelini oluşturmaktadır.

Mikro besin ögesi yetersizliği Türkiye’de ve dünyada acilbir sorundur. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması’na (2019) göre; folik asit, demir ve B12 vitamini gibi mikro besin öğelerinin günlük alımı özellikle kız çocukları ve doğurganlık çağındaki kadınlarda ihtiyacın çok altındadır.<sup>1</sup>



### 3500 çocuk

~Türkiye’de her yıl 3500 çocuk folik asit takviyesi ile önlenemeyen NTD (nöral tüp defekti) ile doğmaktadır.<sup>2</sup>

Türkiye’de bulunan doğurganlık çağındaki 20 milyon kadının her biri, beyinde veya omurilikte doğum kusuru olan (NTD) bir bebek dünyaya getirme riski altındadır. Folik asit ile zenginleştirilmiş besinler tüketen kadınların NTD olan bebek dünyaya getirme riski daha azdır.



### 1/3 kadın

Her üç kadından biri anemiktir.<sup>3</sup>

Anemi çoğunlukla demir ve çinkoyu içeren mikro besin öğelerinin yetersizliği nedeniyle oluşmaktadır. Ağır anemisi olan gebe kadınların, anemik olmayan gebe kadınlara göre doğumda veya doğumdan kısa bir süre sonra ölme riski iki kat daha fazladır.



### ₺149 milyar

GSYH’de yıllık 149 milyar Türk Lirası (5 milyar Euro) kaybın sebebi mikro besin ögesi yetersizlikleridir.<sup>4</sup>

Ekonomik üretkenliği artırmak için doğru beslenme çok önemlidir. Anemi, üretkenliği %17 azaltabilir.<sup>5</sup> Anne karnında olduğu dönemden iki yaşına kadar geçen sürede vücudunun ihtiyaç duyduğu mikro besin öğelerini almayan çocuklarda yetersiz beyin gelişimi riski yüksektir. Bu durum çocuğun gelecekteki gelişimini ve üretkenliğini olumsuz etkilemektedir.

### Fayda:

- Elzem besin öğelerini 80 milyonun üzerinde insana ulaştırmak
- Her yıl yaklaşık 3500 çocukta beyin ve omuriliği ile ilgili doğum kusurlarını (nöral tüp defektleri (NTD)) önlemek
- Doğurganlık çağındaki kadınlardan 1.6 milyonunda görülen anemi vakalarını önlemek

## GÜÇLÜ BİR ÇÖZÜM OLARAK BESİN ZENGİNLEŞTİRME

Besin zenginleştirme, buğday unu ve pirinç gibi sık tüketilen besinlere öğütme işlemi sırasında az miktarlarda mikro besin ögesi eklenmesidir. Eklenen mikro besin öğeleri, genelde besinde doğal olarak bulunan ancak öğütme işlemi esnasında kaybolan besin öğeleridir.

Büyük ölçekli besin zenginleştirilmesi geçtiğimiz yüz yılda uygulamaya geçmiş olan bir besin sistemleri müdahalesi olup, bu tür bir zenginleştirmenin mikro besin ögesi yetersizliklerini neredeyse tamamen ortadan kaldırdığına dair kanıtlar bulunmaktadır. Dünya çapında [92 ülke](#), endüstriyel olarak öğütülmüş tahıllardan en az bir tanesinde besin zenginleştirilmesi olması zorunluluğuna dair yasaya sahiptir.<sup>6</sup> Bu ülkelerin çoğu zenginleştirilmiş buğday ununu Türk değirmencilerden satın almaktadır; sonuç olarak bu değirmenciler halihazırda ekipmana ve zenginleştirmenin nasıl yapılacağı bilgisine sahiptir.

Ünlü ekonomistler, büyük ölçekli besin zenginleştirmenin günümüzde var olan en uygun maliyetli gelişim yatırımlarından biri olduğunu belirtmektedir.<sup>7 8</sup>

Kronik beslenme yetersizliğinin azaltılması amacıyla uygulanan geniş ulusal programların bir parçası olan besin zenginleştirilmesi, ulusal ekonomilere yıllık ortalama %2-3 GSYH kazandırabilir ve yıllık kişi başı yalnızca sentlere mâl olmaktadır.<sup>9</sup>

2023 yılında, Dünya Sağlık Asamblesi "[Güvenli ve etkili besin zenginleştirilmesi ile mikro besin ögesi yetersizlikleri ve spina bifida ve diğer nöral tüp defektlerini de içeren sonuçlarını önlemeçabalarını hızlandırmak](#)" önergesini çıkarmak için oylama yapmıştır. Önerge, Üye Devletleri halk, özel ve sivil paydaşlar ile besin zenginleştirme gibi müdahaleler aracılığıyla mikro besin ögesi yetersizliklerinin önlenmesinin önemi hakkında konuşmaya sevk etmiştir. Büyük ölçekli besin zenginleştirilmesi, ülkelerin Birleşmiş Milletler [Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerinden](#) biri olan anne ve çocuk sağlığı ile sağlıkta eşitlik ilkelerini gerçekleştirmelerinde fayda sağlayabilir.

## TÜRKİYE'DE BESİN ZENGİNLEŞTİRMENİN FAYDASI

Marjinal maliyeti ve yaşamları geliştirme potansiyeli ile besin zenginleştirilmesi; NTD'leri önleme, anemiyi azaltma hususunda büyük bir fırsat sunmaktadır. Zorunlu buğday unu zenginleştirmesinin yasallaştırılmasıyla zenginleştirilmiş un, ülkenin tüm nüfusuna -80 milyondan fazla insana- ulaşma ve her yıl yaklaşık 3500 çocukta ortaya çıkan NTD'yi ve doğurganlık çağındaki kadınların 1.6 milyonunda görülen anemiyi önleme potansiyeline sahiptir.



Fotograf: Corinne ve Jim Vail

Mikro besin ögesi yetersizliklerini azaltmak sağlığı iyileştirmenin ötesinde, 2023 depreminin etkileri, iklim değişikliği ve global mülteci kriziyle cesurca mücadele eden Türkiye'de ekonomik üretkenliği artırabilir, sağlık harcamalarını azaltabilir ve besin güvenliğini inşa edebilir. Besin zenginleştirilmesi herkes için sağlıklı, güvenli, ulaşılabilir ve yerel besin temini nihai hedefine ulaşmayı sağlar. Buğday unu zenginleştirilmesi elzem mikro besin öğelerinin tamamının alımını sağlayarak Türkiye'nin sağlık ve beslenme ile ilgili hedeflerini gerçekleştirmesine yardımcı olur.

- 1- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı- Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması. 2019.
- 2- Çaylan vd. BMC Gebelik ve Doğum. 2022
- 3- Dünya Sağlık Örgütü. 2011 yılı Anemi Küresel Prevalansı. 2015.
- 4- Dünya Bankası. Dünya Gelişim İndikatörleri (Veri tabanı). 2009.
- 5- Horton, S. & Ross, J. Demir eksikliğinin ekonomisi. Besin Politikası. 2003
- 6- Besin Zenginleştirme Girişimi. Küresel İlerleme. 2023
- 7- Horton S., v.d. Demir ve İyot ile besin zenginleştirmenin en iyi pratik kâğıdı. Kopenhag Konsensüs Merkezi. 2008
- 8- Hoddinott J., v.d. Beslenme yetersizliği ve açlığı azaltmak için yatırımlar. Kopenhag Konsensüs Merkezi. 2012
- 9- Walters, D. v.d. Anemi için Küresel Beslenme Hedefini Karşılamaya Yönelik Bir Yatırım Çerçevesi. 2017.

Daha fazla bilgi edinmek ve takviye kaynakları bulmak için burayı tarayın:

