

TÜRKİYE'DE BESLENME SORUNLARI KONGRESİ

23 — 24 EKİM 1981

Prof. Dr. Orhan KÖKSAL

Kongre Açış Konuşması

Atatürk'ün 100. Doğum Yılında Ülkemizde çeşitli bilimsel konularda yapılmış olan çalışmalar ve araştırmalar ile ilgili olarak birçok toplantılar düzenlendi ve düzenlenmektedir. Kuşkusuz Ülkemizin ve Türk Halkının önemli sorunlarını bilimsel verilere dayalı olarak ortaya koymak ve bunlara çözüm getirecek tedbirleri belirlemek bu toplantıların en önemli amacını oluşturmaktadır.

Atatürk Türk halkının sağlıklı ve güçlü olmasına büyük önem vermiştir. Türkiye'nin kalkınmasında ve çağdaş medeniyet düzeyine erişebilmesinde tek dayanağın Türk milletinin bireyleri olduğuna inanmıştır. Türk milletinin yaradılıştan güçlü, yetenekli, çalışkan ve zeki olduğunu söyleyerek her türlü çabanın sadece ve sadece bu yetenekli insan tarafından en iyi şekilde ve en başarılı sonuçla yapılabileceğini devamlı olarak ifade etmiştir.

Türk halkının sağlığına zarar veren, fizik ve mental gücünü azaltan zararlı etmenlerin ortadan kaldırılmasına yönelik çabaları birçokuna Atatürk'ün döneminde başlatılmıştır. Sağlık ve güç üzerinde büyük etkisi olan beslenme ve gıda bilimleri konularına Atatürk döneminde yeterince eğilinmemiş olması bu bilimlerin ve uygulamaların o dönemde henüz gelişmesini tamamlamamış olması bu konularda bilgi sahibi elemanların yeterli sayıda bulunmayışı ile açıklanabilir.

Atatürk döneminde karın doyurma ve alışkanlıklar ile olanaklara bağlı olarak tedarik edilen gıdalarla yürütülen beslenme düzeyi, ülkemizde ve diğer birçok ülkelerde de uygulanmaktaydı. Türk halkının büyük çoğunluğu günümüzde az çeşitteki yiyeceklerden

oluşan mütevazi bir beslenme sistemi ile yaşantısını devam ettirmektedir. Atatürk'ün kendi yediklerinin de aynı şekilde şekilde basit ve mütevazi bir diyetten oluştuğu belirtilmektedir. Hernekadar Türk mutfağı yemek çeşitlerinin çokluğu, yemeklerin nefaset ve lezzeti ile dünyada ün salmışsada bu mutfak çok küçük bir azınlığa hizmet etmekte yada yılın ancak birkaç gününde kullanılabilmektedir. Bu gün kırsal alanda yaşayan ailelerin hemen hepsinde, kentlerde ise ekonomik gücü çok yüksek olmayan ve özellikle yoksul, dar ve sabit gelirli ailelerde yenilen yiyeceklerin basit, az çeşitte, az masrafla hazırlanan ve mütevazi yemekler olduklarını araştırmalarla saptamış bulunmaktayız. Bu mütevazi diyetlerde yer alan bazı yiyeceklerin, özellikle hayvansal gıdaların miktar ve çeşit olarak giderek daha az tüketilmekte olduğunu üzülererek tesbit etmekteyiz. Son yıllarda enflasyonist etki ve diğer nedenlerle fiyatları gelirlerden daha fazla artan bu gıdaları yeterince tedarik etmek birçok ailelerin satın alma gücü ile olanaksız duruma gelmiştir. En ucuz ve basit yiyeceklerle 4 kişilik bir ailenin yaşayabilmesi, sağlığını koruyabilmesi ve çalışabilmesi için yeterli ve dengeli şekilde beslenmesini sağlayabilecek günlük diyetin bedeli bugünkü fiyatlarla günde 350-400 TL. ayda en az 10-12 bin TL. dir. Oysa asgari ücretle çalışanların eline ayda bu miktardan daha az bir para geçmektedir. Türkiye'de asgari ücret düzeyinde ve bundan az gelire sahip olan ailelerin oranının % 37 olduğunu istatistikler kaydetmektedir.

Bu orandaki ailelerde yaşayan nüfus 17 milyonu aşmaktadır. Ülkemizde bu büyük toplum grubunun tam, yeterli ve dengeli olarak beslenebildiğini söyleyemeyiz. Nitekim ülkemizde yapılmış birçok araştırmalar nüfusun % 20 sinin yetersiz miktarda kalori-enerji ile beslendiğini, % 40 oranında ailenin dengeli şekilde beslenmediğini ve nüfusun yaklaşık üçte birinin, gebe annelerin ise yarısının kansız olduğunu ortaya koymaktadır.

Yirmi yıldan bu yana çeşitli toplantılarda, kongre, seminer ve kalkınma plânları hazırlanmasında görevli komisyonlarda Türk halkının bu durumunu şahsen ben ve diğer birçok bilim adamı arkadaşlarım açıklamaya ve tehlikeyi, belirtmeye çalışmaktayız. Her geçen yıl yeni yeni araştırmalarla bu sorunların ülkemizdeki durumunu, yaygınlık derecesini ve nedenlerini saptamaya çalışmakta ve bulgularımızı yayınlamaktayız. Ancak maalesef bütün bu çabaların sorunların çözülmesinde, ya da hiç olmazsa durumun biraz daha iyiyeye doğru götürülebilmesinde olumlu bir sonuç vermemiştir.

Beslenme sorunlarının nedenleri çok çeşitli sektörlerin faaliyetleri ile ilişkilidir. Çok çeşitli faktörler bu sorunlara yol açmaktadır.

Bu nedenle çözüm çabalarının ilgili kamu ve diğer kuruluşlar tarafından entegre bir görüşle tesbit edilmesi ve çok iyi bir planlama ile hizmetlerin uygulanması zorunludur. İşte bu faaliyetleri yürütecek sistem bir türlü kurulamamaktadır.

Türk milletinin, Türk devletinin dünyada tek ve gerçek yardımcısının, tek dayanağının kendi halkı olduğu artık çok iyi bir şekilde anlaşılmıştır. Bize bizden başka bir millet ve devletin yarar sağlamayacağı belirginleşmiştir. Bu nedenle Türk halkını, Türk insanını Japonların yaptığı gibi yapıcı, geliştirici ve yaratıcı bir duruma getirmek zorundayız. Atatürk'ün, zeki, çalışkan ve her güçlüğü yenecek yetenekte olduğunu belirttiği bu halkın kalıtsal yapısının oluşması sağlıklı ve güçlü olarak çok çalışabilmesi için tüketmesi zorunlu olan enerji ve besinleri sağlayabilecek bir beslenme düzenini ona sağlamak zorundayız. Bunun yolu ve olanakları vardır.

Atatürk'ü görmüş ve onu dinleme bahtiyarlığına erişmiş bir Türk olarak, onun sofrasında Türkiye Cumhuriyeti Devletinin Kuruluşu, Türk halkına sosyal yaşantısının yeniden düzenlenmesi ve Türk inkilâplarının tohumunun atılıp, geliştirilmesi ile ilgili kararların alınmasını da bu kongrenin konusu ile ilgili görmekteyim. Atatürk'ün sofrası Türk Kültür ve sosyal yaşantısına yön veren bir forum mahiyetinde idi. Her şeyde olduğu gibi Atatürk uyguladığı bu sofrayı düzeni ile tüm Türk ailelerine benimsemeleri gereken bir sistem için yol göstericilik yapmıştır. Gerçekten aileler sofraya başını çok önemsemeli, ona kutsal bir yer olarak kabul etmeli ve ailenin birçok sorunlarının dile getirilip, çözümlerinin tesbit edildiği bir toplantı yeri haline getirmelidirler. Herşeyde olduğu gibi toplumsal sorunları çözüme halkın eğitim düzeyinin yükseltilmesi en etkin çabadır. Beslenme sorunlarının da düzeltilebilmesi için halka yapılacak eğitim çabalarında en etkili yer sofraya başıdır. Eğitim çabalarımızı buna göre ayarlamamız ve diğer çözüm yollarını saptamada aile bireylerinin sofraya başında tartışıp kararlar almasına çalışmamız en çıkar yoldur.

Beslenme sorunlarımızın eğitimsizlik ve bilgisizlik ile yakından ilişkili olduğunu görmekteyiz. Bebek ve çocuklarımız arasında çok yaygın bir şekilde görülen PEM ve Raşitizm hastalığında bu faktörün büyük payı bulunmaktadır. Türk halkının özellikle kadınların ve annelerin çocuk ve gebe anne beslenmesi konularında eğitilmesinden çok olumlu sonuçlar elde edileceğine inanmaktayım. Bu kongrede eğitim çabaları konusuna gerekli önem verilerek uygulanabilir önerilerin elde edilmesi en büyük başarıyı oluşturacaktır.

Prof. Dr. Orhan KÖKSAL