

7-8 MAYIS 2015 TARİHLERİNDE İSTANBUL'DA GERÇEKLEŞECEK GIDA GÜVENLİĞİ KONGRESİ KOORDİNATÖRÜ SAYIN PETEK ATAMAN; GÜVENLİ GIDA TÜKETİMİNDE ETİKET OKUMANIN ÖNEMİNİ ANLATIYOR.

ETİKETLER BİZE NE DİYOR?

Hepimiz çok iyi biliyoruz ki; içinde bulunduğumuz zaman diliminde insanoğlunun pek çok beklentisi var. **Uzun yaşamak istiyoruz.** Ancak mümkünse bu uzun yaşamda **zinde ve sağlıklı olalım, genç görünelim** istiyoruz.

İşte tüketicinin bu beklentisi ve bunu karşılayarak ürün satma arzusu; gıdaların pazarlanmasında pek çok yasal olmayan/etik olmayan uygulamaların da temelini oluşturuyor. **Başla bir deyişle bu hassasiyetimiz kullanılıyor.**

Bir “doğal” çılgınlığı tutturuyor birileri, “doğal” olduğu iddia edilen ürünleri yiyenler hiç sağlık riski ile karşılaşmayacak da diğerleri risk altında gibi... “Aman doğal yoğurt yiyin” deniyor. Nedir doğal yoğurt? İneğin memesinden çıkan yoğurt var mı? Evde de yapsak teknoloji ürünü değil mi? Maya olarak ne katıyoruz? Onun içinde ne var? Nereden geldi? Bu soruları çeşitledikçe akıllar karışıyor ve doğru yapalım derken tam da yanlışın göbeğinde buluyoruz kendimizi. Gün geçmiyor ki bir gıda maddesi “mucize gıda” ya da “kötü gıda” olarak sunulmasın ve bu yönde bir kampanya başlamasın. Bu iddialara bakarsak sadece mevsiminde tarlada yetişen domatesi yiyerek ölümsüzlüğe ulaşmak işten bile değil.

Gıdalar çeşitli beyanlarla pazarlanıyor “kanseri önler”, “bronşite iyi gelir”, “vücut direncini artırır” gibi... Bu bilgiler etiketle, ürünlerin yanı sıra tüketiciye ulaşan broşürlerle, reklamlarla veya medya ile uzman görüşü olarak tüketiciye ulaşıyor. İşte gıdaların etiketlenmesi ile ilgili kural getiren düzenlemeler bu nedenle var. Yanılmadan bilgilenebiliriz ve gıdaları bilinçli bir şekilde tüketmemiz gerekiyor. Hassasiyetimizi kullanarak gıdaları sahip olmadığı özelliklere sahipmiş gibi satanların ve bu yolla bizleri yanıltanların önüne geçmek gerekiyor.

Gıda güvenliğinin sağlanmasında ve tüketicinin bilgilendirilmesinde gıdaların etiketleri en temel iletişim aracıdır. Diğer yandan etiketler resmi kontrollerde izlenebilirliğin sağlanmasında önemli bir veri kaynağıdır. Bu iletişimi sağlıklı bir biçimde sürdürürsek bir yandan gıda maddesinin tüketiminden maksimum faydayı sağlarken; bir yandan da tüketicinin yanıltılmasını önler ve sağlık risklerini minimuma indiririz. İşte bu nedenle gıdaların etiketleme kurallarını bilmek ve etiketleri doğru okumak kendimize ve yakınlarımıza karşı bir sorumluluktur.

- **Etiketleme kavramı; gıda maddesini tanıtıcı yazılı veya görsel her türlü bilgiyi kapsamaktadır.** Sadece ambalaj üzerinde olan bilgiler değil; gıda ile birlikte sunulan veya ambalajında basılı bulunan tanıtım bildirimleri ve reklamlar da etiketleme kurallarına uymak zorundadır.
- **Gıda maddesinin etiketi, ambalajı ve biçimi, tanıtım ve reklamı sahte veya yanıltıcı olmamalıdır.** Etiketleme kapsamında herhangi bir yolla sunulan bilgiler; gıdanın doğasına, bileşimine, özelliklerine, miktarına, raf ömrüne, orijinine ve üretim

metotlarına göre hatalı bir izlenim yaratılmamalı; gıdanın sahip olmadığı etki ve özelliklere atıfta bulunmamalıdır. Bu kurallar gıdanın şekli, görünüşü veya ambalajı, kullanılan ambalaj malzemesi, düzenlendiği biçim ve sergilenme şekli için de geçerlidir. **Tahta kasa, karton kutu içinde pazarlanan ürünler ya da sap saman içinde satılan yumurtalar tüketiciler tarafından “organik” gibi algılanmaktadır. Oysa bir ürünün organik olup olmadığı etiketinde taşıdığı özel Türkiye logosundan anlaşılabilir. Kaldı ki yumurtanın yaprak, saman gibi malzemeler içinde satışı da yasaktır.** Şüphesiz burada “ getirilen kurallara rağmen bu ürünler bize neden ve nasıl kuraldışı bir biçimde ulaşıyor?” sorusunu da sormak gerekir. Resmi denetimlerin ne derece etkin olduğu bir başka konuşulmaya muhtaç konudur.

- **Üzerinde bal arısı çıkartması bulunan domatesler organik olarak algılanmaktadır. Ancak bu tür gösterim biçimleri de kesinlikle “organik ürün” ifadesi değildir.**
- Gıda maddelerinin etiketi ve tanıtımında “doğal”, “çiftlik”, “köy”, “süper”, “mega” ifadeleri ölçülebilir ifadeler olmadığı gibi kimi ürünlerde açıkça yasaklanmış olan yanıltıcı ifadelerdir. Bu tür ifadeler tüketici hassasiyetini kullanmaktadır. Doğal olmayan süt ve yumurta olmayacağı gibi, doğal (yani doğadan elde edilen) yoğurt da bulunmamaktadır.
- **Gıdaların bir hastalığı önleme, tedavi etme veya iyileştirme özelliğine sahip olduğunu bildiren veya böyle özelliklere atıfta bulunan ifadelerin etikette bulunması yasaktır ve yanıltıcıdır. Çöl yak, diyabet gibi özel gruplara yönelik gıdalarla ilgili olarak ve etiketleme kuralları kapsamında düzenlemesi yapılmış olan az sayıda beyan bu yasağın dışındadır. Aynı şekilde gıdaların cinsel gücü arttırdığı veya büyümeyi hızlandırdığı, vücudunuzun metabolizmasını hızlandırarak yağ yaktığı gibi iddialar da yasak ve yanıltıcıdır. Bu tür beyanlara inanmayınız.**
- Gıda maddelerinin etiket bilgileri tüketicilere tam olarak ulaştırılmak zorundadır. Ambalajlı ürünlerde bu bilgilendirme etiket ile olurken; şarküteri reyonlarında satılan şarküteri ürünleri ve pazarlarda satılan meyve sebzeler gibi ambalajsız satılan ürünlerde etiket bilgileri tüketicinin göreceği yerde bulunmalı ve ürünle birlikte tüketiciye sunulmalıdır. **Etiket bilgileri olmayan ürünün kayıtdışı olma ihtimali yüksektir.** İzlenebilirliği olmayan, bir sorun yaşanması halinde sorumlusuna ulaşılması mümkün olmayan ürün demektir.
- İthal gıda maddeleri de zorunlu etiket bilgilerini Türkçe olarak içermek zorundadır. **Etiketinde hiç Türkçe bilgi içermeyen ithal ürünleri sorgulayınız. Bu ürünler kontrolden geçmemiş demektir.**
- Gıdaların etiketinde üretim tarihi belirtmek yasal zorunluluk değildir. Ancak belirli ve az sayıda istisna dışında (yemeklik tuz, alkollü içecekler, sakız gibi) son tüketim tarihi veya tavsiye edilen tüketim tarihi etiket üzerinde mutlaka bulunmalıdır.

- Son tüketim tarihi; et, süt, yoğurt, yumurta gibi mikrobiyolojik açıdan kolay bozulabilen gıdalar için kullanılmaktadır. **Son tüketim tarihi geçmiş olan ürünleri tüketmeyiniz!**

Tavsiye edilen tüketim tarihi ise bisküvi, un, çikolata gibi mikrobiyolojik açıdan kolay bozulmayan gıdalar için kullanılır. **Tavsiye edilen tüketim tarihi geçmiş olan ürünler insan sağlığı açısından risk oluşturmadan tüketilebilirler.** Bu ürünleri tüketip tüketmeyeceğimizi tat-koku-kıvam-yapı gibi kalite beklentilerimiz belirler.

Kimi gıdaların raf ömrü ambalajın açılışı ile birlikte değişir. Kutu sütlerinin açıldıktan sonraki raf ömrü gibi... Bu bilgilerin dikkatle okunması gerekmektedir.

- **Gıda maddelerini üreten işletmeler kayıtlı veya onaylı olmak zorundadır.** Bu işletmelerin kayıt numarasının veya onay şartı getirilen gıdaların etiketinde **“gıda onay numarası”** nın etikette mutlaka aranması gerekmektedir. Kayıtlı veya onaylı işletmeleri Gıda, Tarım, Hayvancılık Bakanlığı'na ait <https://ggsb.tarim.gov.tr/> adresinden sorgulamak da mümkündür.
- Kimi etiketlerde **“enerjisi azaltılmış”** ya da **“yağı azaltılmış”** gibi ifadeler yer almaktadır. Bu tür ürünler zaman zaman **“yağsız”** ya da **“enerjisiz”** gibi algılanmakta ve tüketicilerimiz sınırsızca tüketme eğilimine girmektedir. Bu tür ürünlerin enerjisi/yağı azaltılmış olsa da **“yağsız”** ya da **“enerjisiz”** olmadığı unutulmamalıdır. Bu tür beyanların yapıldığı tüm gıdalarda 100 gr veya 100 ml üzerinden besin ögeleri içeriği yer almaktadır. **Tüketicilerin bu tabloyu incelemeleri ve aşırı tüketimden kaçınmaları obezitenin bir sorun olduğu günümüzde çok önemlidir.**
- Kimi gıdaların **bazı bireyler için alerjen** olduğu hepimizce bilinir. Örn: **süt, yumurta, yer fıstığı ve sert kabuklu meyveler, susam tohumu, kereviz gibi...** Bu gıdalar ya da ürünleri herhangi bir gıdada bulunduğu bileşenler listesinde farklı ve göze çarpan bir biçimde yazılmaktadır. Alerjisi olan kişilerin bileşenler listesini bu gözle bir kez daha hassasiyetle incelemesi de son derece önemlidir.

Etiketleme ve tanıtım tüketici açısından son derece önemli bir konu. GIDA GÜVENLİĞİ DERNEĞİ olarak biz kongremizde, pek çok yayıнымızda, bilgilendirici bültenlerimizde tüketicileri bu konuda bilinçlendirmeye çalışıyoruz.

Sizler de güvenli gıda tüketmek için bu bilgileri, tüm gıda alışverişlerinizde mutlaka incelemeli, kendinize ve sevdiklerinize güvenli gıdanın önemini her fırsatta hatırlatmalısınız!!!

Sağlık dolu günler dileğiyle...