

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2018/2019-48)

DÜNYA SÜT HAFTASI 21-28 MAYIS (2019)

Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) tarafından 2001 yılında, süt sektörünün sürdürülebilirlik, ekonomik gelişme, istihdam alanı yaratma ve sağlıklı beslenmeye olan önemli katkılarına dikkat çekmek adına 21-28 Mayıs tarihleri “Dünya Süt Haftası” olarak ilan edilmiştir. Bu hafta kapsamında FAO, insanları süt sektörünün dünya genelinde bir milyar insanın geçimini desteklediğini bilmeleri ve sağlıklı beslenme için sütün ne kadar önemli olduğu konusunda farkındalığı arttırmaya katkıda bulunmaya çağırıştır¹. Bu hafta, sütün önemine odaklanma, süt ve süt endüstrisi ile ilgili etkinliklerin duyurulması için ülkelere bir fırsat sağlamaktadır. Birçok ülkenin aynı gün bunu yapmayı seçmesi, sütün küresel bir besin olduğunu da göstermektedir².

Bu tarihin seçilme nedeni, birçok ülkenin zaten yakın tarihlerde bir ulusal süt günü kutluyor olmasıdır. Pek çok ülke kutlamalarını 1 Haziran'da gerçekleştirirken, bazıları bu tarihten önce veya sonrasını seçmektedir³. Türkiye’de ise 1991 yılında o zamanki adıyla Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı’nca başlatılan “Süt Tüketimini Artırma Kampanyası” çerçevesinde 21 Mayıs Dünya Süt Günü, bu tarihi kapsayan hafta ise Süt Haftası olarak kutlanmaktadır. Hafta boyunca yapılan etkinlikler ile amaçlanan, süt ve süt ürünlerinin insan sağlığına olan olumlu etkileri hakkında toplumu bilinçlendirmek ve süt tüketimine teşvik etmektir³.

Süt ve süt ürünlerine özellikle kalsiyum ve fosfor başta olmak üzere bazı önemli mineraller, protein ve riboflavin gibi bazı B grubu vitaminlerin kaynağı olarak bakıldığında halk sağlığı açısından önemli bir besin grubudur. Süt proteinlerinin büyüme ve gelişmeye katkısı, kalsiyum emilimi ve bağışıklık üzerine yaptığı olumlu etkileri, kan basıncını ve kanser riskini azaltması, diş çürüklerine karşı koruyucu olması bilinen bazı özelliklerindendir⁴. Vücut boyunun uzamasında süt tüketimi erken çocukluk özellikle bebeklik döneminde önemlidir. Sadece anne sütü ile beslenmenin sürdürüldüğü 6 aydan sonra, tamamlayıcı beslenmeye geçildiğinde bebeğin gereksinimi olan kalsiyum inek sütü ile karşılanmalıdır. Kemik ve dişlerin kalsifikasyonu için de süt önemli bir besin kaynağıdır. Sağlıklı içme sütü ısıtılardan geçirilmiş olan süttür. Süt tüketiminde günlük pastörize veya uzun ömürlü kutu sütleri tercih edilmelidir.⁵

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması-2010 verilerine göre Türk toplumunda ortalama %20 haftada 1-2 kez süt tüketildiği saptanmıştır. Türkiye genelinde toplumun % 56’sı her gün süt, %55 yoğurt, ayran, kefir vb. süt ürünleri, % 76 sıklıkla peynir tüketmektedirler⁶. Türkiye Et, Süt ve Gıda Üreticileri Derneği’nin (SET-BİR) “Türkiye’de Süt Tüketimi” konusunda yaptığı araştırmada da, süt ve süt ürünleri tüketimini artırmaya yönelik çabalara karşılık, ülkemizde özellikle içme sütü başta olmak üzere, süt ve süt ürünleri tüketim miktarları gelişmiş ülkelerin gerisinde olduğu saptanmıştır. Avrupa Birliği ülkeleri ile Avustralya’da kişi başına yıllık süt tüketimi 100 kg ve üzerinde, ABD ve Kanada’da 100 kg’a yakındır. Türkiye’de ise yıllık kişi başına içme sütü tüketimi 24-25 kg’dır⁷.

¹ [Internet] <https://worldmilkday.org> Erişim: 13.05.2019.

² [Internet] <http://www.fao.org/economic/est/est-commodities/dairy/school-milk/15th-world-milk-day/en/> Erişim: 13.05.2019

³ [Internet] <https://www.asuder.org.tr/21-mayis-dunya-sut-gunu/> Erişim: 13.05.2019.

⁴ Besler H.T. ,Ünal R.N. Beslenmede Sütün Önemi , Klasmat Matbaacılık, Ankara, 2008., syf. 7.

⁵ [Internet] <https://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/10915,tuber-turkiye-beslenme-rehberipdf.pdf> Erişim: 13.05.2019.

⁶ Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA), 2010.

⁷ [Internet] <http://www.setbir.org.tr/wp-content/uploads/TÜRKİYE-SÜT-SEKTÖRÜ-3.pdf> Erişim: 13.05.2019.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2018/2019-48)

Süt ve süt ürünleri uygun miktarlarda tüketildiklerinde, kolayca emilen bir formda vücuda yüksek kalitede protein ve mikro besinler sağlarlar⁸. Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlıklı beslenme için önerdiği 12 adımdan biri, "Yağ ve tuzu az olan süt ve süt ürünlerini (kefir, ekşi süt, yoğurt ve peynir) kullanın" olarak belirlenmiştir⁹.

Küresel Süt Platformu (Global Dairy Platform) tarafından yayınlanan 2018 Dünya Süt Günü raporuna göre, dünya genelinde 42 saatten fazla süren büyük bir başarı elde edilmiş ve 72 ülkede 586 etkinlik ve #WorldMilkDay etiketiyle paylaşımlar yapılarak, 868 milyon gösterime ulaşmıştır (1 Mayıs-2 Haziran arasında). Dünyanın pek çok farklı bölgesinden çiftçiler, çalışanlar, aileler, politikacılar, şefler, beslenme uzmanları, doktorlar, akademisyenler ve sporcular bardaklarını kaldırmış ve de süt - süt ürünlerinin yaşamlarındaki yararları hakkında bilgiler paylaşmıştır. 72 ülkede 586 etkinlik gerçekleştirilerek yeni bir Guinness Dünya Rekoru kırılmıştır. Etkinlikler kapsamında süt tadımı, süt bağışları, süt çiftlikleri açık ev ve okullara ziyaretler, fotoğraf yarışmaları, dans gösterileri, seminerler, sosyal medya kampanyaları, çekilişler, spor etkinlikleri (futbol oyunları, yarışlar), şarkı besteleri, sergiler, yiyecek kamyonları, süt çubukları, hayvancılık tanıtımları ve duyurular yapılmıştır¹⁰.

Ülkemizde de öğrencilerin süt içme alışkanlığı kazanması, yeterli ve dengeli beslenmelerine katkıda bulunarak sağlıklı büyüme ve gelişmelerinin sağlanması amacıyla 25 Mart 2012'de Bakanlar Kurulu'nun kararıyla 'Okul Sütü Programı Uygulama Esasları Hakkında Karar' projesi resmî gazetede yayınlanmıştır. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı, Millî Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve Ulusal Süt Konseyince yürütülen proje; ülke genelinde bağımsız anaokulu, uygulama sınıfı, anasınıfı ve ilkokul 1, 2, 3 ve 4. sınıf öğrencilerini kapsamaktadır. Her yıl yaklaşık 35.000 okulda 6.000.000'a yakın öğrenciye haftada 3 gün (pazartesi, çarşamba, cuma) okul sütü dağıtımı yapılmaktadır¹¹.

Nijerya'da çocukları evlerinde süt götürerek ziyaret etmek, Hindistan'da özellikle kırsal alanda çocuklarda ve yetişkinlerde süt tüketimini artırmak ve sütün önemine dikkat çekmek için süt dağıtmak, çocuklar arasında konuyla ilgili resim yarışmaları yapmak gibi etkinlikler planlanmıştır. Yine bu hafta için Facebook ve Instagramda bu yılın süt haftası teması olan #enjoydairy hashtagiyle dikkat çekici yazı paylaşımları planlanmıştır. Böylelikle süt haftası bir çok ülkede eş zamanlı olarak kutlanacaktır¹².



13

⁸ [Internet] http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/newsroom/docs/Milk%20and%20Dairy%20Q&A.pdf Erişim: 13.05.2019.

⁹ [Internet] <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle> Erişim:13.05.2019.

¹⁰ [Internet] <https://worldmilkday.org/reports/88-world-milk-day-2018-final-report/file> Erişim: 13.05.2019.

¹¹ [Internet] <http://tegm.meb.gov.tr/www/okul-sutu-programi/icerik/139> Erişim: 13.05.2019.

¹² [Internet] <https://worldmilkday.org/world-milk-day-events> Erişim: 13.05.2019.

¹³ Şekil 1- <https://worldmilkday.org/> Erişim: 13.05.2019.