

AFETLERDE GIDA GÜVENLİĞİ

AFAD, afeti şu şekilde tanımlamıştır: “Afetler, toplumun tamamı veya belli kesimleri için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğuran, normal hayatı ve insan faaliyetlerini durduran veya kesintiye uğratan, etkilenen toplumun baş etme kapasitesinin yeterli olmadığı doğa, teknoloji veya insan kaynaklı olaylardır. Afet bir olayın kendisi değil, doğurduğu sonuçtur.”(1). Toplumun ekonomik durumu üzerindeki olumsuz etkileri ve toplum hayatının sürdürülebilirliğine önemli bir engel oluşturması nedeniyle afetler toplumun direnç kapasitesinin aşabilecek ciddi krizler oluşturma potansiyeline sahiptir (2).

Afet durumlarında yeterli gıda ve sağlık hizmetlerine genellikle kolayca erişilemediğinden, yetersiz beslenme ve mikro besin eksiklikleri yaygın olarak görülebilir. Afet öncesi dönemde beslenmesi yetersiz olan bireyler daha da savunmasızdır. Akut beslenme yetersizliği, bağışıklık sistemini zayıflatabilir ve bu da ölümcül olabilecek hastalıkların gelişmesinde bireyi daha da duyarlı hale getirebilir (3).

Yeterli miktarda güvenilir ve besleyici gıdaya erişim, yaşamın sürdürülebilirliği ve sağlığın geliştirilmesi için çok önemlidir. Gıda güvenliği, gıda kaynaklı hastalıklara neden olan biyolojik, fiziksel ve kimyasal etkenleri önleyecek şekilde gıdanın işlenmesi, hazırlanması, depolanması ve son tüketiciye sunulmasını tanımlar. Gıda güvenliğini belirleyen üç temel unsur; erişim, uygunluk, kullanım/yararlanma olarak sıralanabilir. Afet durumlarında bu üç unsur da afetin getirdiği olumsuzluklardan etkilenmekte ve gıda güvenliğini tehlikeye sokmaktadır (4).

Afetler esnasındaki beslenme yönetimi, afet türüne ve afetin etki seviyesine göre farklılık göstermektedir. Afet esnasındaki ortam şartları değişiklik gösterebilir. Bu sebeple besin ve beslenme gereksiniminin sağlanması ve yönetilmesi için önerilen iki farklı müdahale yaklaşımı bulunmaktadır. Bunlardan biri, afetlerden etkilenen kişilerin yeterli seviyede besin almasını sağlamaktır. Diğer yaklaşım ise toplumda yer alan dezavantajlı bireylerin (bebekler ve çocuklar, gebeler, hastalar, yaşlılar, engelliler gibi) enerji ve besin ögesi ihtiyaçlarının afetin erken dönemlerinden itibaren sağlanmasıdır (5).

Sağlıklı gıda tüketiminde 5 anahtar bulunmaktadır (6):

1) Temizlik (El Yıkama)

- Yemek yapmaya başlamadan önce ve yemeğin hazırlığı esnasında eller sık sık yıkanmalıdır.
- Tuvalet sonrası eller mutlaka yıkanmalıdır.
- Yemek hazırlığında kullanılan araç-gereçler ve yemeğin hazırlandığı tezgâh

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:

Özbek M., Bağcı Bosi T. Afetlerde Toplu Yaşam Alanlarında Gıda Güvenliğinin Sağlanması. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-2023/7.

[İnternet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI DEPREM KAYNAKLI AFETLERE YÖNELİK TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/7)

temizlenip zararlı mikroorganizmalardan arındırılmalıdır.

2) Çiğ ve Pişmiş Gıdalar Ayrı Ayrı Saklanmalı

- Et, tavuk, balık gibi çiğ yiyeceklerin diğer gıdalar ile temasından kaçınılmalıdır.
- Bıçak, kesim tahtası gibi mutfak aletleri eğer çiğ yiyecekler için kullanıldıysa başka yiyecekler için kullanılmamalıdır.
- Tüketilmeye hazır olan gıdaların çiğ gıdalar ile temasının engellenmesi için uygun kapalı kaplarda saklanmalıdır.

3) Yemekler Tam Olarak Pişirilmeli

- Özellikle et, tavuk, yumurta, balık gibi gıdalar TAM olarak pişirilmelidir.
- Çorba ve sulu yemeklerin tamamen piştiğinden emin olunana kadar kaynatılmalıdır (70°C). Bunun için termometre kullanılabilir.
- Et ve tavuğun suyu kanlı değil, berrak olmalıdır.

4) Yiyecekler Doğru Isıda Saklanmalı

- Pişirilmiş gıdalar oda ısısında 2 saatten uzun bırakılmamalıdır.
- Tüm pişmiş ve bozulabilir yiyecekler hemen buzdolabına konulmalıdır (buzdolabının içi 5°C'den soğuk olmalıdır).
- Pişmiş yemekler tabağa aktarılanaya kadar sıcak tutulmalıdır (60°C'nin üstünde).
- Gıdalar buzdolabında olsa bile çok uzun süre saklanmamalıdır.
- Donmuş ürünler oda sıcaklığında çözündürülmemelidir.

5) Temiz su ve temiz malzeme kullanılmalı

- Gıdaların hazırlanmasında temiz su kullanılmalı, ezik ve çürük olmayan taze gıdalar seçilmelidir.
- Pastörize süt gibi güvenli hale getirilmiş gıdalar tercih edilmelidir.
- Çiğ meyve ve sebzeler iyice yıkanmalıdır.
- Son tüketim tarihi geçmiş olan gıdalar tüketilmemelidir.

Sağlıklı gıda tüketiminde bu 5 anahtar akıldan çıkarılmamalı ve afet durumlarında koşulların daha da zorlaşmasından ötürü gıda güvenliğine her zamankinden daha fazla önem verilmelidir. Gıda güvenliğine dikkat edilmediğinde ortaya çıkabilecek gıda kaynaklı enfeksiyonlar afetzedelerin sağlığını riske atacak ve afet yönetimini daha da zorlaştıracaktır.

KAYNAKLAR

1. Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü [İnternet]. [cited 2023 Feb 8]. Available from: <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozluqu>
2. Nekouie Moghadam M, Amiresmaeli M, Hassibi M, Doostan F, Khosravi S. Toward a Better Nutritional Aiding in Disasters: Relying on Lessons Learned during the Bam Earthquake. Prehosp Disaster Med. 2017 Aug;32(4):382–6.
3. Malnutrition: Emergencies and disasters [İnternet]. [cited 2023 Feb 8]. Available from: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/malnutrition-emergencies-and-disasters>

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:
Özbek M., Bağcı Bosi T. Afetlerde Toplu Yaşam Alanlarında Gıda Güvenliğinin Sağlanması. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-2023/7.

[İnternet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI DEPREM KAYNAKLI AFETLERE YÖNELİK TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/7)

4. T.C. Milli Eğitim Bakanlığı. Gıda Teknolojisi - Gıda Güvenliği ve Standartlar [Internet]. Ankara; 2017 [cited 2023 Feb 11]. 32–33 p. Available from: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjR_eKG7I39AhWeVfEDHXmCAEoQFnoECDQQAQ&url=http%3A%2F%2Fmeslek.eba.gov.tr%2Fmoduller%2FGida%2520Guvenligi%2520Ve%2520Standartlar.pdf&usg=AOvVaw20YEig0vhOjN9UsQObqF3b
5. Handbook sphere SI. Sphere Standards Interactive Handbook - Companion standards(MERS,MISMA,CPMS,CAMP,HIS,LEGS,INEE) [Internet]. [cited 2023 Feb 8]. Available from: <https://handbook.spherestandards.org/>
6. Five keys to safer food manual [Internet]. [cited 2023 Feb 11]. Available from: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789241594639>

Bu doküman Dr. Murat Özbek ve Doç. Dr. Tülay Bağcı Bosi tarafından 11.02.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Bu bilgilendirme notunun aşağıda belirtilen şekilde kaynak gösterilmek şartıyla yazılı, elektronik vb. ortamlarda kullanılması önerilmektedir:
Özbek M., Bağcı Bosi T. Afetlerde Toplu Yaşam Alanlarında Gıda Güvenliğinin Sağlanması. HÜTF Halk Sağlığı AD. AD Deprem Kaynaklı Afetlere Yönelik Toplum İçin Bilgilendirme Serisi-2023/7.

[Internet] <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/> Erişim: 11.02.2023