



**SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA GIDA ETİKETİ
OKUMA ALIŞKANLIĞININ VE BİLGİ
DÜZEYİNİN ÖLÇÜLMESİ**

**2023
YÜKSEK LİSANS TEZİ
GIDA TOKSİKOLOJİSİ**

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN

**Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Yasemin ERSOY**

**SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA GIDA ETİKETİ OKUMA
ALİŞKANLIĞININ VE BİLGİ DÜZEYİNİN ÖLÇÜLMESİ**

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin ERSOY

T.C.

Karabük Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Gıda Toksikolojisi Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Olarak Hazırlanmıştır

KARABÜK

Kasım 2023

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN tarafından hazırlanan “SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA GIDA ETİKETİ OKUMA ALIŞKANLIĞININ VE BİLGİ DÜZEYİNİN ÖLÇÜLMESİ” başlıklı bu tezin Yüksek Lisans Tezi olarak uygun olduğunu onaylarım.

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin ERSOY

İmzası

Danışmanı, Karabük Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

.....

Bu çalışma, jürimiz tarafından Oy Birliği ile Gıda Toksikolojisi Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir. 24/11/2023

Ünvanı, Adı SOYADI (Kurumu)

İmzası

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Fuat BAYRAM (BAİBÜ)

.....

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Tuğba DEMİRİZ YÜCER (KBÜ)

.....

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Yasemin ERSOY (KBÜ)

.....

KBÜ Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu, bu tez ile, Yüksek Lisans derecesini onamıştır.

Doç. Dr. Zeynep ÖZCAN

.....

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

“Bu tezdeki tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak elde edildiğini ve sunulduğunu; ayrıca bu kuralların ve ilkelerin gerektirdiği şekilde, bu çalışmadan kaynaklanmayan bütün atıfları yaptığımı beyan ederim.”

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA GIDA ETİKETİ OKUMA ALIŞKANLIĞININ VE BİLGİ DÜZEYİNİN ÖLÇÜLMESİ

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN

Karabük Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Gıda Toksikolojisi Anabilim Dalı

Tez Danışmanı:

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin ERSOY

Kasım 2023, 82 sayfa

Bu çalışmanın amacı sağlık alanında çalışan bireylerin etiket okuma alışkanlığının ölçülmesi ve bilgi düzeylerinin belirlenmesidir. Ayrıca daha önceki yapılan çalışmalara bakılarak etiket alışkanlığının; yıllar içinde artan bilinçle sağlık çalışanı olan tüketicilerin sağlıklarını yakından etkileyen bu konuya önem verme durumları ve bilgi düzeylerinde artış olup olmadığının belirlenmesidir. Tüketicilerin gıda güvenliğine karşı farkındalığının gıdaların etiketini okuma alışkanlıklarını etkileyebileceği; aynı zamanda her bireyin etiket okuma alışkanlığındaki değişimlerin, bilgi düzeyinin ve meslek gruplarına göre farklılıklarının gözlenebileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada Karabük İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı çalışmakta olan 3 farklı kurumda çalışan toplam 479 sağlık çalışanına yüz yüze anket uygulaması yapılmıştır. Çalışmanın evreni, Karabük İl Sağlık Müdürlüğüne bağlı çalışan kişiler olup örnekleme, Karabük Eğitim Araştırma Hastanesi çalışanları, Safranbolu Devlet

Hastanesi Çalışanları ve Karabük İl Sağlık Müdürlüğünde çalışmakta olan kişilerdir. Veriler sosyal bilimler alanında sıklıkla kullanılan SPSS istatistik paket programı kullanılarak ki-kare analizleri yapılarak yorumlanmıştır. Bu çerçevede incelenen olgunun ne olduğuna karar vermek için tanımlayıcı istatistikler yapılmıştır. Araştırmaya söz konusu kişilerin %63.7'si ürün alırken üzerindeki etiketi okuduğunu belirtmiştir. Ürün etiketi okumuyorum diyen sağlık çalışanı sayısı 202'dir. Bunlardan %20'si genelde bilinen markayı aldığı için, %5.4'ü bilgilerin gerçeği yansıtmadığını düşündüğü için, %3.3'ü yazıları anlamadığı için, %11.5'i yazıları çok küçük gördüğü için ürün etiketlerini okumadığını ifade etmiştir. Sağlık sektörü çalışanlarının %45.1'i mesleğin besin seçiminde etkili olduğunu düşünürken, %54.9'u mesleğin etkisinin olmadığı görüşündedir. Etiket okuma alışkanlığının yıllar geçtikçe artan bilince bağlı olarak artıp artmama konusundaki verilere bakacak olursak ise geçmiş yıllarda yapılan bazı çalışmalara göre etiket okuma oranı artmış olsa da bazı araştırma sonuçlarına göre de etiket okuma oranının daha düşük olduğu da belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler : Gıda etiketi, Etiket okuma, Sağlık çalışanları, Gıda okuryazarlığı

Bilim Kodu : 10105.07

ABSTRACT

M. Sc. Thesis

MEASURING FOOD LABEL READING HABITS AND KNOWLEDGE LEVEL AMONG HEALTH WORKERS

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN

**Karabük University
Institute of Graduate Programs
Department of Food Toxicology**

Thesis Advisor:

Assist. Prof. Dr. Yasemin ERSOY

Novemver 2023, 82 pages

The aim of this study is to examine the awareness of food safety among consumers and how it affects their habit of reading food labels. Additionally, it is considered that individuals may differ in their habits and knowledge of reading labels, and these differences may also exist among different occupational groups. The specific focus is on measuring the label-reading habits and determining the knowledge levels of individuals working in the healthcare sector. Furthermore, the study aims to determine whether there has been an increase in awareness and importance given to this issue among healthcare consumers over the years. In comparison to previous studies, this research seeks to assess whether there is an increase in the attention and knowledge of healthcare professionals, who play a crucial role in influencing the health of consumers. In this research, a face-to-face survey was conducted with a total of 479 healthcare professionals working in three different institutions affiliated with the Karabük Provincial Health Directorate. The data were analyzed and interpreted using the SPSS statistical package program. In this context, descriptive

statistics were applied to determine the examined phenomenon. Out of the participants, 63.7% indicated that they read the labels when purchasing products. The number of healthcare professionals who do not read product labels is 202. Among them, 20% mentioned that they buy well-known brands, 5.4% expressed concerns about the accuracy of the information, 3.3% cited difficulty in understanding the text, and 11.5% stated that they do not read product labels due to the small font size. While 45.1% of healthcare sector workers believe that their profession influences their food choices, 54.9% believed that their profession has no effect. Regarding the increase in label-reading habits over the years due to growing awareness, the findings vary. Although some studies suggest an increase in label-reading rates, others indicate lower rates compared to previous years.

Keywords : Nutrition label, Nutrition label reading, Health employee, Food literacy

Science Code : 10105.07

TEŞEKKÜR

Bu tez alıŐmasını; planlanmasında ve yürütülmesinde ilgi ve desteğini esirgemeyen engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım saygı değer hocam Sayın Yasemin ERSOY'a, desteğini esirgemeyip her sorunumda ayrıca danıŐtıđım Anabilim dalı başkanı hocam Sayın Müslüm KUZU'ya, her daim yanımda olan canım aileme, inancımı ve desteğini her zaman hissettiğim canım eŐim Asım Mert ÖZGÜN'e ve beni biraz da olsa zorlamasına rağmen kocaman sevgisiyle en büyük destekçim olan canım oğlum Alp ÖZGÜN'e sonsuz teŐekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
KABUL.....	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
TEŞEKKÜR.....	viii
İÇİNDEKİLER	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi
ÇİZELGELER DİZİNİ	xii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	xiv
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ	1
BÖLÜM 2	3
GENEL BİLGİLER	3
2.1. GIDA ETİKETİ	3
2.1.1. Zorunlu Etiket Bilgileri.....	5
2.1.2. Beslenme Yönünden Etiketleme	7
2.2. BESLENME VE SAĞLIK BEYANLARI	9
2.3. ETİKETİN YARARLARI	10
2.4. ETİKETİN İŞLEVLERİ	11
2.5. ETİKET OKUMA ALIŞKANLIĞI	12
2.6. TÜKETİCİLERİN ETİKET OKUMASINI ETKİLEYEN FAKTÖRLER	13
2.7. GIDA ETİKETİ OKUMA TUTUMLARININ TÜKETİCİLERİN TERCİHLERİ ÜZERİNE ETKİSİ.....	14
2.8. SAĞLIK ÇALIŞANLARININ BESLENME BİLGİ DÜZEYİ.....	15
2.9. GIDA VE BESLENME OKURYAZARLIĞI	16

	<u>Sayfa</u>
BÖLÜM 3	19
YÖNTEM.....	19
3.1. ÇALIŞMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....	19
3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM.....	19
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	20
3.4. VERİ ANALİZİ	21
BÖLÜM 4	22
BULGULAR VE TARTIŞMA	22
4.1. DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERE İLİŞKİN BULGULAR.....	22
4.2. ÜRÜN ETİKETİ OKUMAYA İLİŞKİN BULGULAR	24
4.3. SAĞLIK PERSONELİNİN GÖREVLERİ İLE ÜRÜN ETİKETİ OKUMA DURUMLARINA İLİŞKİN BULGULAR.....	51
BÖLÜM 5	61
SONUÇ VE ÖNERİ.....	61
KAYNAKLAR	69
EK AÇIKLAMALAR A.....	76
ÖZGEÇMİŞ	82

ŞEKİLLER DİZİNİ

Sayfa

Şekil 2.1. Günlük karşılama miktarı bildirimi	9
---	---

ÇİZELGELER DİZİNİ

Sayfa

Çizelge 2.1. Gıda katkı maddeleri ve enzimlerinin fonksiyonel sınıf adları.....	6
Çizelge 2.2. Beslenme Yönünden Etiketlemenin Gösterim Biçimi.....	8
Çizelge 4.1. Demografik özelliklere ilişkin bulgular	23
Çizelge 4.2. Ürün etiketlerini okuma durumu ve etiketi okunan besin gruplarına ilişkin bulgular.....	24
Çizelge 4.3. Ürün etiketlerini okuma sıklığı ve ürün alınırken ilk bakılan özelliklere ilişkin bulgular.....	26
Çizelge 4.4. Ürün etiketleri üzerindeki yazıların büyüklüğü ve etiket üzerindeki bilgilerin anlaşılma durumuna yönelik bulgular	28
Çizelge 4.5. TSE ve CE işaretlerinin bilinme durumuna ilişkin bulgular.....	28
Çizelge 4.6. Etiket üzerinde en çok bakılan bileşen miktarına ilişkin bulgular	29
Çizelge 4.7. Etiket üzerindeki bilgilerin daha basit olmasını isteyip istememe durumuna ilişkin bulgular.....	30
Çizelge 4.8. Tüm paketli gıdalarda günlük ihtiyacı karşılama miktarının yazılma durumuna ilişkin bulgular	31
Çizelge 4.9. Tüm paketli gıdalarda enerji ve besin değerleri bakımından içeriğin kapsamının yeterli bulunma durumuna ilişkin bulgular.....	32
Çizelge 4.10. Ürünün içindeki maddelerin hangilerinin sakıncalı olduğunun açıkça yazılıp yazılmaması durumuna yönelik bulgular	32
Çizelge 4.11. Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığını bilme durumuna yönelik bulgular	33
Çizelge 4.12. Etiket üzerindeki E kodlarına ilişkin bulgular	34
Çizelge 4.13. Ürünlerin son kullanma tarihlerine ilişkin bulgular.....	35
Çizelge 4.14. Yumurtaların üzerine vurulan tarih ve yetiştirme koşullarına bakılma durumuna ilişkin bulgular	36
Çizelge 4.15. Devamlı satın alınan bir markanın ürün etiketine bakma durumu.....	36
Çizelge 4.16. Ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okuma ve uygulama durumu	37
Çizelge 4.17. Vitamin ve mineral takviyesine ilişkin bulgular	38
Çizelge 4.18. Yabancı ürünler ve içecekler üzerindeki İngilizce kelimelerin anlamının bilinme durumları	39
Çizelge 4.19. Alışveriş yapılırken gıdaların üzerindeki etiketlerin dikkate alınma durumu ve dikkat edilen özelliklere ilişkin bulgular.....	40

Çizelge 4.20. Ürün etiketini okumama gerekçesine yönelik bulgular	41
Çizelge 4.21. Alınan gıdaların besin değerlerine dikkat etme durumu ve dikkat edilen besin değerlerine ilişkin bulgular	42
Çizelge 4.22. Etiketlerin gıdalarla ilgili yeterli olup olmadığına ilişkin bulgular	43
Çizelge 4.23. Besin etiketlerindeki en güvenilir seçeneklere ilişkin bulgular	43
Çizelge 4.24. Besin alınırken dikkat edilen özelliklere ilişkin bulgular	44
Çizelge 4.25. Gıda etiketini okumayı etkileyen faktörler	45
Çizelge 4.26. Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin bulunmasının gerekli olup olmadığına ilişkin bulgular	46
Çizelge 4.27. Mesleğin besin seçimini etkileme durumuna ilişkin bulgular	47
Çizelge 4.28. Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabilme durumu ve etiket bilgilerinin dengeli beslenmedeki yerine ilişkin bulgular	47
Çizelge 4.29. Gıda etiketinden beklenen bilgiye ilişkin bulgular	48
Çizelge 4.30. Etiketlerin şekil, boyut, format gibi özellikler bakımından yeterli olup olmama durumuna ilişkin bulgular	49
Çizelge 4.31. Etiketler üzerinde dikkat çeken özelliklere ilişkin bulgular	50
Çizelge 4.32. Etiketler üzerindeki ürün miktar ölçüsüne ilişkin bulgular	50
Çizelge 4.33. Satın alınan ürünler üzerindeki etiketlerin okunma durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular.....	51
Çizelge 4.34. Ürün alırken ilk bakılan özellikler ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular.....	52
Çizelge 4.35. Ürün üzerinde en çok bakılan bileşen miktarı ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	53
Çizelge 4.36. Paketli gıdaların enerji ve besin değerleri bakımından içeriklerinin yeterli olup olmama durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	54
Çizelge 4.37. Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığının bilinme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	55
Çizelge 4.38. “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	56
Çizelge 4.39. İçecekler üzerindeki “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	57
Çizelge 4.40. Alınan gıdaların besin değerleri bilgilerine dikkat etme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	58
Çizelge 4.41. Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerekliliği ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	59
Çizelge 4.42. Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceği düşüncesi ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular	59

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

KISALTMALAR

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
CE	: Federal Besin İlaç ve Kozmetik
FDA	: Amerika Federal İlaç Kurumu
FDC	: Avrupa Birliği Standartları
FNIC	: Gıda ve Beslenme Bilgi Merkezi
GKM	: Günlük Kullanım Miktarı
NLEA	: Besin Etiketi ve Eğitim Hareketi
SKT	: Son Kullanma Tarihi
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı
TETT	: Tavsiye Edilen Tüketim Tarihi
TSE	: Türk Standartları Enstitüsü
USDA	: Amerika Birleşik Devletleri Tarım Bakanlığı

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Günümüzdeki bilimsel çalışmalarda, yetersiz, dengesiz veya aşırı beslenmenin çeşitli sağlık problemlerinin oluşmasında ciddi bir etken olduğu görülmektedir (Aktaş ve Özdoğan, 2016). Açlık, malnütrisyon, mikro besin öğelerinin yetersiz alımı veya aşırı beslenmenin sonucu sağlığı tehdit eden hatta bulaşıcı olmayan rahatsızlıkların başında gelen kalp-damar hastalıkları, kanserler ve diyabetin oluşumunda önemli derecede etken olduğu bilinmektedir. Etkili girişimlerde bulunarak yetersiz ve dengesiz beslenme ile ilişkili hastalıkların önlenmesi önemlidir. Bu girişimler arasında sürdürülebilir beslenme eğitimleri, etiket okuma alışkanlıklarının artırılması, gıda-beslenme okuryazarlığının geliştirilmesine yönelik çalışmalar bulunmalıdır (Aktaş, 2016; Özgen, 2007).

İyi bir yaşam kalitesi için tüm toplumun beslenme bilincini artırmak, toplum sağlığını koruma ve geliştirmek için sağlıklı beslenmeyi öğretilip sürdürülebilir hale getirmek gerekmektedir. Bireylerin sahip olduğu bilgiler ve davranışlar gıda seçimini, tüketimini ve beslenme şeklini etkileyebilmektedir (Özgen, 2007).

Tüketicilerin sağlıklı seçimler yapabilmeleri adına etiket bilgileri önemlidir. Bu bilgiler; ürün içeriği, birim fiyatı, üretim tarihi, son kullanma tarihi veya tavsiye edilen tüketim tarihi ve besleyici değerleri gibi özelliklerdir. Bilinçli bir satın alma ve tüketim için bu bilgiler ve özellikler oldukça önemlidir. Bunda dolayı etiket üzerinde bazı bilgilerin bulundurulması zorunlu tutulmuştur (Özgen, 2007).

Yapılan birçok çalışmada görüldüğü üzere bireylerin beslenme bilgi düzeyinin artmasıyla besin etiketi okuma ve anlama düzeyleri de artmaktadır ve bununla beraber ülkelerin gelişmişlik düzeyinin artmasıyla doğru orantılı olarak tüketicilerin gıdaların besin ögesi içeriğine, güvenilirliğine ve sağlıklı olmasına verdikleri önem de artmaktadır (Cebeci ve Güneş, 2017).

Bazı bilimsel araştırmalara göre besin etiketi okuma alışkanlığının kronik hastalıkların görülme sıklığının azalmasında, sağlıklı beslenmede ve kilo kontrolünde önemli olduğu bulunmuştur (Kang, 2013; Graham ve Laska, 2012). Dünya’da ilk defa Amerika’da Federal İlaç Kurumu (The Federal Drug Administration (FDA) besin etiketleriyle ilgili kapsamlı bir yasa çıkarmış ve bu yasada besin etiketlerinde bulunması gereken zorunlu bilgilerin yağ, doymuş yağ, kolesterol, kalori, karbonhidrat, protein, vitamin ve ürünün porsiyonu olduğunu savunmuştur (Demirci ve Aksoy-Demirci, 2013).

Tüketicilerin giderek daha bilinçli hale gelmesi, gıdaları satın alırken seçici davranmaları üreticileri daha sağlıklı, güvenilir ve hijyenik gıdaların üretimine itmektedir (Caswell, 2000).

Türkiye’de yapılan bir çalışmada bilinçsiz bir şekilde gıda alımı yapan gıdanın kalitesi ve güvenilirliğini önemsemeyen tüketicilerin çeşitli sağlık sıkıntıları yaşadığı ortaya çıkmıştır. Bu tür olumsuzlukların engellenebilmesi için tüketicilerin bilinçlendirilmesi ve etiket, ambalaj, marka, kalite ve güvenilirlik konusunda etiket okuma anlama ve bilinçli gıda tketye yönlendirmek gerekmektedir (Onurlubaş, 2015).

Tüketiciyi bilgilendirme konusunda gıda etiketinin etkili bir şekilde kullanılması, sağlıklı beslenmeyi desteklemesi bununla birlikte beslenme okuryazarlığının artırılması gerekmektedir (Demirci ve Aksoy-Demirci, 2013). Etiket okumada verimliliğin artması için sağlık profesyonellerinin etiketleri beslenme aracı olarak kullanmayı tüketicilere aktarmaları gerekmektedir (Besler vd., 2012).

Karabük il genelindeki sağlık alışanlarında, etiket okuma alışkanlığına ve bilgi düzeyine bakılacak olan bu çalışmanın, sağlık çalışanlarının bu konudaki bilinç düzeyi değerlendirilerek gelecek çalışmalara destek olması beklenmektedir. Bu düşüncelerden yola çıkararak yürütülen bu çalışmada Karabük İl Sağlık Müdürlüğüne bağlı olan sağlık çalışanlarının etiket okuma alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin ölçülmesi amaçlamaktadır.

BÖLÜM 2

GENEL BİLGİLER

2.1. GIDA ETİKETİ

40/2003 Sayılı Tüketicileri Koruma Yasası etiketin tanımını “*Bir malın üretim yeri, cinsi, satış fiyatı hakkında tüketicileri bilgilendirmek ve aydınlatmak üzere kullanılan çeşitli boyut ve şekiller*” olarak yaparken diğer bir tanım etiketin ürün veya ambalaj üzerinde ürünü anlatan çeşitli yazılı-basılı bilgi, şekil, işaret, grafik ve resimler olarak anlatır (Anon, 2003; Cop, 2003). Bir başka kaynakta ise etiket, söz konusu bilgilerin tüketiciye anlaşılır ve pratik bir biçimde besin üzerinden aktarılmasını sağlayıp ambalaj üzerinde yer alarak ürünü tanımlayıp değişik biçimlerde basılabilen bilgiler bütünüdür şeklinde tanımlanmıştır. (Özgen, 2007).

Tüketicilerin sağlıklı ve uygun besin seçimi yapabilmeleri açısından önemli bir değere sahip olan gıda etiketleme; gıda maddesini tanıtan yazı, özel bilgi, ticari marka ismi, resimsel öğeleri ve/veya işaretleri içeren gıdanın ambalajında bulunan doküman, bildirim, etiket gibi gıda ile birlikte sunulan, gıdayı anlatan tanıtım bilgilerinin tamamını kapsamaktadır (Yeşil, 2008).

Yönetmeliklerde belirtildiği üzere etiketin anlaşılabilir, güvenilir olması gerekirken yanıltıcı ve aldatıcı olmaması gerekmektedir. Bununla birlikte etiketlemenin 3 temel amacının göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu temel amaçlar; sağlık, güvenilirlik ve ekonomik açıdan yeterli ve doğru bilgi sağlamak, hileli, aldatıcı ambalaj ve reklamdan tüketiciyi ve endüstriyi korumak, eşit koşullarda rekabet ve ürün pazarlanabilirliğini artırmaktır (Einsiedel, 2000).

FDA’ya göre etiketlemenin kronolojisi; 1862’de Lincoln tarafından Kimya Bürosu ve Tarım Bakanlığı başlatıldı, 1906’da FDA (Gıda ve İlaç Yasası) kuruldu, sahte markalı bozuk yiyecekler, içecekler ve ilaçların alım satımı yasaklandı. Yine 1906

tarihinde et denetim yasası kabul edildi. 1938 tarihinde ise Gözden geçirilmiş ve genişletilmiş Federal Besin İlaç ve Kozmetik (FDC) yasası kabul edilmiştir. 1939'da konserve domates, domates püresi ve salça için ilk gıda standardı yayınlandı ve yine 1949'da FDA ilk kez "Gıdadaki Kimyasal Maddelerin Toksisitesinin Tahmini İçin Prosedürler" adlı kılavuzu yayınladı. FDA ilk defa 1958 yılında güvenli olarak tanımlanan gıdaların listesini yayınladı sonrasında ise USDA Gıda ve Beslenme Bilgi Merkezi (FNIC) Amerikalılar için 1980'de Diyet Kuralları kılavuzu yayınladı ve kılavuz her 5 yılda bir güncellenmektedir. 1990 tarihinde ise NLEA (*Nutrition Labeling and Education Act*) yani besin etiketleme ve eğitim kanunu kabul edildi. FDA üreticilere gıdalar için bazı sağlık iddialarının etiket üzerinde bulunmasına izin vererek gıdanın içindekiler tablosu, porsiyon büyüklüğü ve "düşük yağlı" ve "light" gibi terimlerin kullanımı standartlaştırıldı. 1991'de NLEA'sının altındaki gıdalar için besin öğeleri ve porsiyon başına temel besinsel bilgiler gerekli bulunmuş sonrasında ise 1994 yılında ABD'de satılan işlenmiş ve paketlenmiş yiyeceklerin çoğunda standart besin etiketi bulundurulmaya başlanmıştır (Todd ve Variyam, 2008).

Ülkemizde 5996 sayılı kanununun 23. ve 24. maddelerine dayanılarak Türk Gıda Kodeksi Etiketleme Yönetmeliği gıdaları etiketlemede beslenme ve sağlık beyanı ayrıca reklam ve tanıtım kurallarının belirleyicisi olup bu kuralları belirli konular altında belirlemiştir (Anonim, 2011b). Bu konulardan ilki gıda etiketlenmesine ilişkin genel gereklilikler ve işletmelerin sorumluluklarıdır. Bir diğer konu gıda etiketlerinde bulunması gereken zorunlu bilgilerin içeriği ve bildirimidir. Üçüncü konu ise gıda etiketlerinde bulunması gereken zorunlu bilgilere ilişkin ayrıntılı hükümlerdir. Dördüncü konu beslenme yönünden etiketleme kurallarıdır. Diğer bir konu ise gıdalardaki beslenme ve sağlık beyanlarıdır. Yine bir diğer konu da çeşitli ve son hükümler olup son konu ise yürürlük ve yürütmedir (Anonim, 2011b).

Yönetmelikte "Ekler" şeklinde belirli konulardan bahsedilmektedir. Bu konu başlıkları; alerjen maddeler veya ürünler, etiketinde ilave zorunlu bilgiler bulunması gereken gıdalar, yazı puntosunda x-yüksekliğinin tanımı, bileşenler (içindekiler) listesine ilişkin kurallar, bileşenlerin miktarının bildirimi, net miktarın bildirimi, tavsiye edilen tüketim tarihi ve son tüketim tarihi, alkol miktarı, referans alım miktarları (vitaminler ve minerallerin beslenme referans değerleri ve enerji ve bazı

besin öğeleri için referans alım düzeyleri (yetişkinler için) gibi) , enerji değerinin hesaplanması için çevrim faktörleri, beslenme yönünden etiketlemenin gösterim biçimi, gıdaların porsiyon büyüklükleri (4 yaş üstü bireyler için geçerli olan) , GKM (günlük karşılama miktarı) bilgileri verilirken uygulanacak kurallar, beslenme beyanları ve beyan koşulları ve son olarak sağlık beyanları ve beyan koşullarıdır(Anonim, 2011b).

Yönetmelikte bulunan gıda etiketinde bulunması gereken zorunlu bilgiler de mevcuttur. Bu bilgiler gıdanın adı, içindekiler listesi, alerjen besinler, gıdanın adında yer alan veya genellikle gıdanın adında geçen gıda bileşeninin miktarı, gıdanın net miktarı, son kullanma tarihi veya tavsiye edilen tüketim tarihi, kullanım koşulları veya muhafaza koşulları, üreticinin/ ambalajlayıcının /ithalatçının/dağıtıcının adı veya ticari ünvanı ve adresi,işletme kayıt numarası veya onay numarası, menşe ülke, gerekli ise gıdanın kullanım talimatı, hacmen %1,2'den fazla alkol içeren içeceklerde hacmen gerçek alkol miktarı, gıdanın ait olduğu partiyi tanımlayan parti işareti veya numarasıdır (Anonim, 2011b).

Bazı gıdalar içinse ayrıca bunların dışında eklenmesi zorunlu etiketleme bilgileri de bulunmaktadır. Bunlar; belirli gazlarla ambalajlanan gıdalar, tatlandırıcı içeren gıdalar, glisirizik asit veya glisirizik asidin amonyum tuzunu içeren gıdalar, yüksek miktarda kafein içeren gıdalar ve bitkisel sterol, bitkisel sterol esteri, bitkisel stanol veya bitkisel stanol esteri ilave edilmiş gıdalardır (Anonim, 2011b).

2.1.1. Zorunlu Etiket Bilgileri

Bir gıdanın mevzuattaki resmi adı ile gıdanın etiketindeki belirtilen adı aynıdır. Ürünün içeriğini yansıtmayan özel adın veya ticari markanın adı ürünün gerçek adı olarak kullanılamaz. İçindekiler listesinde yer alan gıdanın içerisindeki bileşenler kullanılan miktarların fazla kullanılanlardan az kullanılanlara doğru sıralanarak yazılır (Anonim, 2011b).

Bazı gıda bileşenlerinin etikete yazımında kullanılan özel kurallar olup bunlar ilave su; uçucu ürünler; konsantre veya kurutulmuş bileşenler; değişen miktarlarda karışım halindeki meyveler, sebzeler, mantarlar, bitki ve baharatlar ve ağırlıkça son ürünün

%2'sinden az olanlar ve yine bazı bileşenler içindekiler listesinde özel adı yerine grup adı ile yazılabilirler. Bu grup adları; hayvansal yağ, un, nişasta, balık, peynir, baharat veya baharat karışımı, bitki(ler) veya bitki karışımı, sakız mayası, kırıntılar/ gevrekler/ peksimet, şeker, dekstroz, glukoz şurubu, süt proteinleri, kakao yağı, şarap, etlerde elde edildiği hayvan adı ile '..... eti' ve mekanik olarak ayrılmış et şeklindedir (Anonim, 2011b).

Yönetmelikte gıda katkı maddeleri ve gıda enzimleri için fonksiyonel sınıf adını ve ardından (Çizelge 2.1) özel adları veya E kodları ile birlikte yazılması zorunludur.

Çizelge 2.1. Gıda katkı maddeleri ve enzimlerinin fonksiyonel sınıf adları

Antioksidan	Köpük Oluşturucu
Aroma Artırıcı	Köpüklenmeyi Önleyici
Asit	Metal Bağlayıcı
Asit Düzenleyici	Modifiye nişasta (Özel ad veya E kodunun belirtilmesi zorunlu değildir)
Emülgatör	Nem Verici
Emülsifiye Edici Tuz (Sadece işlenmiş peynirler ve ürünleri için)	Parlatıcı
Hacim Artırıcı	Renklendirici
İtici Gaz	Sertleştirici
Jelleştirici	Stabilizör
Kabartıcı	Tatlandırıcı
Kıvam Artırıcı	Topaklanmayı Önleyici
Koruyucu	Un işlem maddesi

Alerjen bileşenlerin etiket üzerinde kullanılan miktarı çok olandan az olana doğru olacak şekilde içindekiler kısmında belirtilir. Yönetmelikte belirtilen alerjen maddeler AB gıda mevzuatı ile uyumlu olmakla birlikte içindekiler listesinde yazı şekli olarak stil, punto veya renk farkı kullanılarak bariz şekilde vurgulanmalıdır (Anonim, 2011b).

Bir diğer zorunlu bilgi de bir gıdanın içinde bulunan bileşen adında da yer alıyorsa ve tüketicinin gıda adına baktığında o bileşenle gıdayı ilişkilendiriyorsa o bileşenin kullanım miktarı etikette yüzde (%) olarak verilmelidir (Anonim, 2011b).

Gıdaların üzerinde “son kullanma tarihi” veya “tavsiye edilen tüketim tarihi” bulunmak zorundadır. Eğer gıda mikrobiyolojik açıdan kolayca bozulup insan sağlığını tehlikeye atabilecek durumda ise SKT (son kullanma tarihi) belirtilmeli, diğer gıdalarda ise TETT (tavsiye edilen tüketim tarihi) belirtilmelidir. Genel olarak son kullanma tarihi gün, ay, yıl olarak da belirtilebilir veya sadece gün ve ay olarak da belirtilebilir. Tavsiye edilen tüketim tarihinde ise belirtilme durumu gıdanın 3 aydan kısa, 3 aydan uzun 18 ayda kısa veya 18 aydan uzun süredeki muhafaza durumuna göre sırasıyla gün ve ay, ay ve yıl veya yıl olarak yazılması yeterlidir. Gıdanın kullanım koşullarını ve/veya muhafaza koşulları gerektirdiği durumlarda etiket veya ambalaj üzerinde belirtilir (Anonim, 2011b).

Gıdanın etiketlenmesinde üreticinin adı veya ticari unvanı ve adresi aynı zamanda ambalajlayıcının adı veya ticari unvanı ve adresi eğer gıdanın üretildiği veya ambalajlandığı yer ülke içi değilse de gıdanın ülkeye satışı yapan ithalatçı veya dağıtıcı firmanın adı veya ticari unvanı ve adresi belirtilmelidir. Menşeyen ülkesi ise etiket üzerinde açık olarak yazmalı kısaltma kullanılmamalıdır ve bununla birlikte gıda ile gıdanın ana bileşenin menşeyen ülkeleri farklı ise bu da etikette ayrıca yazılmalıdır (Anonim, 2011b).

Yönetmelikte alkollü içeceklerle ilgili ise alkol miktarının 20 °C’de belirlenmesi şartıyla hacmen %1,2’den fazla alkol içeren gıdalarda alkol miktarının en fazla bir ondalık hane ile “%...hacmen” şeklinde belirtilmesi gerekmektedir (Anonim, 2011b).

2.1.2. Beslenme Yönünden Etiketleme

Beslenme yönünden etiketleme ve sağlık beyanları 1990 yılında FDA tarafından standartlaştırıldı (Todd ve Variyam, 2008). Bir gıdanın tanımında, etiketinde veya reklamında beslenme ve/veya sağlık beyanı yer alıyorsa beslenme yönünden etiketleme yapılması zorunludur. Beslenme yönünden etiketleme iki farklı şekilde tanımlanmış olup bunlardan birincisi; enerji değeri, yağ, karbonhidrat ve protein miktarlarının belirtilmesi, ikincisi ise; enerji değeri, yağ, doymuş yağ, karbonhidrat, şeker, protein, lif ve sodyum/tuz miktarlarının belirtilmesidir (Anonim, 2011b).

Beslenme yönünden etiketlemede ayrıca ek olarak çoklu doymamış yağ, tekli doymamış yağ, şeker alkolü, nişasta, kolesterol, trans yağ, vitamin ve minerallerin miktarını da belirtilebilmektedir (Anonim, 2011b).

Enerji değeri ve besin öğelerinin Çizelge 2.2'deki biçimde belirtilmesi istenmektedir.

Çizelge 2.2. Beslenme Yönünden Etiketlemenin Gösterim Biçimi

Enerji ve besin öğeleri	100 g veya 100 mL için	Bir porsiyon veya net miktar (bir paket) için (ilave olarak verilebilir)
Enerji (kj ve kcal)		
Yağ (g)		
-Doymuş Yağ (g)		
-Trans Yağ (g)		
-Tekli Doymamış Yağ (g)		
-Çoklu Doymamış Yağ (g)		
Kolesterol (mg)		
Karbonhidrat (g)		
-Şeker (g)		
-Şeker Alkolü (g)		
-Nişasta (g)		
Lif (g)		
Protein (g)		
Tuz/Sodyum (g)		
Vitaminler		
Mineraller		

Beslenme yönünden etiketlemede gösterim şekillerinin farklı olması, farklı renk kullanılması yönetmelikte belirlenmediği sürece kabul edilmemektedir.

Yönetmeliğe uygun olmak şartıyla, günlük karşılama miktarı (GKM) bilgileri etiket üzerinde yer alabilir veya almayabilir. Uygulama olarak Şekil 2.1'de bulunan örnek gibi etiket üzerinde bulundurulabilir (Anonim, 2011b).



Şekil 2.1. GKM (Günlük karşılama miktarı) bildirimi

Ayrıca bu bilgilere ek olarak GKM bilgilerinde lif ve protein de belirtilebilir. GKM bilgilerinin tasarımı yönetmeliğe göre rengi zemin rengiyle kontrast ve aynı tonda tek renk olacak şekilde tasarlanacak olup kırmızı, yeşil ve sarı renk kullanımına izin verilmemektedir (Anonim, 2011b).

2.2. BESLENME VE SAĞLIK BEYANLARI

Yönetmeliğe uygun olmak şartıyla gıdaların etiketi, tanıtımı veya reklamında beslenme ve sağlık beyanları yer alabilir. Yönetmeliğe göre gıda etiketinde sağlık beyanı yapılabilmesi için, gıda olarak tüketilmesi veya takviye edici gıda olarak alınabilmesi zorunludur, ayrıca beyan edilen etkiyi normal olarak tüketilmesi beklenen miktarlarda gösterilmesi gerekmektedir. Bununla birlikte bileşimindeki alkol miktarı hacmen %1,2'den fazla olmamalıdır ve son olarak en az şu üç özelliği bir arada olacak şekilde bulundurulmalıdır. Bu özellikler gıda bileşiminde en fazla 120 mg/100 kkal sodyum bulunan, en fazla %8 doymuş yağ asidi içeren, en fazla %10 ilave şeker barındıran, doğal olarak bileşiminde en az 55 mg/100 kkal kalsiyum bulunan gıdalar olmasıdır. Yönetmeliğe göre etikette sağlık beyanları sadece şartlara uygun olan durumlarda bulundurulabilir. Bu durumda probiyotik mikroorganizma, prebiyotik bileşen, yağ, doymuş yağ, kolesterol, şeker alkolü/poliol, sodyum, kalsiyum, omega 3 yağ asidi, soya proteini, bitkisel sterol ve/veya bitkisel stanoller hakkında şartlar uygunsa sağlık beyanı olarak etikette bulundurulabilir (Anonim, 2011b).

2.3. ETİKETİN YARARLARI

Son dönemlerde sağlıklı yaşamın benimsenmesi ve doğanın korunmasının önemsenmesi tüketiciler için gıda ve gıdanın üretim şekillerine karşı duyarlılık oluşmasını sağlamıştır. Tüketiciler hem kendi sağlıkları için hem de toplum sağlığı ve çıkarlarını korumak için riskli ürünlere karşı daha dikkatli davranmaya başlamışlar ve bunun farkında olan işletmeler yeşil pazarlama anlayışına uygun toplum sağlığını ve uzun vadede toplum çıkarlarını önemsemeye başlayıp etiketi topluma karşı sorumluluklarını yerine getirme açısından önemli bir araç olarak görmeye başlamışlardır (Cop 2003).

Önceden işletmeler ürünü korumayı daha ön planda tutarken artık günümüzde tüketiciyi korumaya yönelip iyi etiketleme ve iyi ambalajlama amacını yerine getirmeye çalışmalı ancak bunun içinde bilinçli tüketici kitlesiyle karşı karşıya olmalıdırlar (Cop 2003). Etiket; tüketici, üretici ve perakendeci açısından oldukça büyük öneme sahiptir (Arpacı, 2009). Etiketın yararları;

- Tüketicilere satın almada kolay tercih yapmasını sağlar,
- Tüketici-üretici-satıcı arasında bağlantı kurar,
- Ürünün tercih edilebilirliğini artırarak ürünün satışını kolaylaştırır,
- Tüketicinin Seç-al yapabilmesi için mecburidir,
- Personelin stok devir hızı ile ilgili bilgi sahibi olmasını sağlar,
- Etiketlerin tasarımları ürünün piyasada var olmasını kolaylaştırır,
- Ürün fiyatında iskonto yapılmasına katkı sağlar,
- Ürünün taklit edilmesini zorlaştırır,
- Stok hakkında bilgi edinmeyi ve analizi kolaylaştırır,
- Tüketici hakkını ve sağlığını korumaya destek olur,
- Etiket üzerinde reyon ve fiyat bilgisinin bulunması reyonlara göre muhasebe verilerinin kolay toplanmasını sağlar,
- İşletmelerin yasal sorumluluklarını yerine getirmesini sağlayıp tüketicinin güveninin kazanılmasını kolaylaştırır,
- Tüketiciyi besin hakkında bilgilendirir,
- Tüketicinin sağlıklı besine yönelmesine yardımcı olur,

- Toplum sağlığını korunmayı destekler,
- Üretici tarafından daha kaliteli besinin üretilip geliştirilmesine yardımcı olur,
- Besin etiketleri üzerinde yanıltıcı ve doğru olmayan bilginin bulunmasını önler (Arpacı 2009).

2.4. ETİKETİN İŞLEVLERİ

Ürünü tanıtan, ürün hakkında temel bilgileri içeren ambalaj üzerinde bulunan etiketler gıda ambalaj etiketidir. Gıda ambalaj etiketlerinde bulunan bilgi panellerinin, ürünün içeriğindeki besin ögesinin miktarını ve günlük alınması gereken besin ögesi miktarının ne kadarının karşılandığı yüzdesini bildirmesi gerekmektedir (Ersoy ve Önay, 2009). Gıda etiketi genel olarak üzerinde marka, isim, logo içindikiler, kullanma talimatı ve bazı mesajları içerebilirken özel kullanım için gereken talimatlar ve dikkat edilmesi gereken kuralları da içerir (Farese et al. 1991).

İşletmeler tüketiciye iletmek istedikleri mesajları yasal zorunlukları göz önünde bulundurarak eksik veya fazla bilgiyle tüketicinin kafasını karıştırmadan vermeli bunun yanı sıra etiket önemli bir tutundurma aracı olduğu için renk, dil, sembol gibi estetik özellikleri de önemsenmelidir (Cop, 2003).

Gıda etiketleri sadece mühür ve sembol şeklinde sade olabileceği gibi ürünün besin değerini ve ürün içeriğini de bulunduracak şekilde ayrıntılı da olabilir ve bunun yanında özellikle sağlıklı olduğunu belirten veya sağlıkla ilgili ekstra uyarıları da bulundurabilen pozitif ve/veya negatif etiket olarak da bilgi içerebilir (Einsiedel, 2000).

Etiket in işlevleri; ürünü ve markayı tanıtmak, ürünü derecelendirmek, üreticiler açısından haksız rekabeti önlemek, tüketicinin can ve mal güvenliğini koruyarak tüketicinin aynı zamanda aldatılmasını önlemek, ürünün çekiciliğini artırarak ürünün piyasada tutulmasını sağlamak, ürünün kullanımını açıklayarak tüketiciyi memnun etmek, ürünün satış kontrolü ve stok denetimi gibi bilgileri aktararak işleyişte kolaylık sağlamadır (İslamoğlu, 2000).

2.5.ETİKET OKUMA ALIŞKANLIĞI

Tüketiciler artık geçmişe kıyasla aldıkları ürünlerle ilgili çok daha fazla bilgi sahibi olmak istemekle birlikte ulaşabildikleri kaynaklardan ve sosyal çevreler doğrultusunda ürün alırken tercihlerini şekillendirmektedirler (Özgen, 2007).

Gıda üreticisi olan firmaların güvenilir olup olmadığı, ürünlerin sağlıklı olup olmadığı tüketiciler tarafından son zamanlarda çok daha fazla önemsenmektedir ve bununla birlikte tüketicilerin beklentilerinin artmasıyla firmaların güvenilirliklerini artırma çalışmaları da günden güne artmaktadır (Cebeci ve Güneş, 2017).

Ancak internet ve televizyon gibi teknolojik bazı kaynaklarda ürünlerle ilgili bilgi kirliliği olması, yanlış yönlendirmeler yapılması, yanlış ürün kullanımı ve tüketimi tüketiciler için olumsuz olabilmektedir (Cebeci ve Güneş, 2017).

Yapılan bazı çalışmalar tüketiciler için besin etiketi okuma alışkanlığının sağlıklı beslenmede, kilo kontrolünde önemli bir rolü olduğunu gösterirken kronik hastalıkların görülme sıklığının da azaltılmasında etkili olduğunu kanıtlamıştır (Kang, 2013).

Obezite, bireyin vücudundaki yağ dokusunun istenmeyen derece artarak normal düzeyin üzerine çıkmasıyla oluşan bir sağlık sorunu olarak tanımlanabilmekle birlikte bireyin besinlerle aldığı toplam enerjinin, harcadığı toplam enerjiden fazla olması sonucunda oluşmaktadır ve obezitenin görülme sıklığı son yıllarda hızlı bir oranda artmıştır. Obezitenin artışı, son yıllardaki gıda sektörünün değişmesi, enerji ve yağ içeriği yüksek olan fast-food tarzı besinlerin tüketiminin artmasıyla doğru orantılı olarak ilerlemiştir. Obezite ile mücadele için gıdaların etiketlenmesi bu sayede tüketicilere gereken bilgilerin aktarımı bu mücadele için önemli bir yaklaşım olarak kabul edilmektedir (Arsenault, 2010).

Bireylerde hastalık oluşumunu önlemek için gıda etiketi okumayı alışkanlık haline getirmeyi amaçlayarak bireyi bilinçlendirmek, obezite ve kötü beslenme alışkanlıklarını önleyerek kötü beslenmeye bağlı olarak gelişen tip 2 diyabet,

hiperlipidemi ve hipertansiyon gibi hastalıkların gelişimini ve görülme sıklığını azaltmakta önemli yaklaşımlar olabilir (Post et al. 2010).

Yapılan bir çalışmada gıda etiketi okuma alışkanlığının az yağlı diyet uygulamasını kolaylaştırdığı ve buna bağlı az yağlı beslenmenin kanser ile ilişkisi olduğu görülmüş olup gıda alımı ve beslenme bilgisinin araştırıldığı bir diğer çalışmada ise sağlık problemleri hakkında bilgisi olan bireylerin doymuş yağ ve kolesterol içeriğine daha çok dikkat ettikleri görülmüştür (Neuhouser, 1999; Variyam et al. 1999). Bir başka çalışmada ise kişilere her öğünde etiket üzerinde kalori bilgisinin verilmesinin araştırma yapılan grubun yarısında obeziteden korunma ve tedavi amaçlı olumlu bir etki olacağına ulaşılmıştır (Gürel vd. 2004).

Lewis, Arheart, LeBlanc, Fleming, Lee, Davila ve Clark (2009)'ın yaptıkları çalışmada belirli hastalıkları olan ve bu hastalıklı olan beslenmeye bağlı olan kişilerin, gıdaların etiketini sağlıklı olan bireylere göre daha sık ve daha ayrıntılı okuduğunu gözlemlemiştir (Lewis et al. 2009).

2.6.TÜKETİCİLERİN ETİKET OKUMASINI ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Tüketiciler tarafından gıda etiketi alışkanlıklarını etkileyen faktörler vardır ve bu faktörlerin başında; etiket okuma için gerekli olan zaman, etiketlerin yazı boyutu, yazı karakteri, dili ve tüketicilerin değer yargılarına bağlı tutumları gelmektedir (Cebeci ve Güneş, 2017).

Tüketicilerin etiketleri okunma nedenleri, verilen bilgilerden dolayı oluşan veya oluşmayan memnuniyet gibi tüketiciden tüketiciye farklılık göstermektedir. Özellikle, sağlık problemi olan veya tüketilmesi sakıncalı bazı yiyeceklere karşı hassasiyeti olan tüketicilerin etiketleri daha fazla okudukları saptanmıştır. Ürün ilk defa satın alındığı zaman veya aynı ürünün farklı markalarda kıyaslaması yapıldığında etiketlerin daha dikkatli okunduğu gözlemlenmiştir (Mercan, 2019).

Etiket üzerinde ne yazıldığı kadar önemli olan bir diğer faktör de etiket üzerindeki bilgilerin anlaşılabilir olup olmadığıdır. Tüketicilere servis edilen gıda etiketlerindeki bilgilerin kolay görülebilir, anlaşılabilir şekilde, sistematik, doğru ve okunaklı olması

gerekir. Böylece, tüketiciler ürünleri kıyaslayabilir ve kendi ihtiyaına uygun olanı tercih edebilir (Karabiber ve Hazer, 2010).

Gıda etiketlerinde gereken memnuniyetin oluşmamasının bazı nedenleri vardır. Bu nedenler, üründe bulunan katkı maddelerinin açıkça belirtilmemesi, etiketteki yazı karakterlerinin küçük olması ve hemen silinebilmesi nedeniyle okumayı zorlaştırması, etiket üzerindeki bilgilerin yetersiz olması ve teknik olduğu için anlaşılamaması, kaliteli ürünlerin ambalajlarının taklit edilmesi, ithal ürünlerde dil sorunu, saklama koşulları ve kullanım talimatlarının yeterli olmaması, üretici firmanın bilgilerinin net olarak yazılmaması, etikette kullanılan rengin okumayı zorlaştırması, Őekillerin anlaşılır olmaması, son kullanma ve üretim tarihinin yazılmamasıdır. Bazen de etiket üzerindeki bilgi kalabalığı tüketicilerin kafasını karıştırabilmekte ve fazla bilgi içeriğinin olması da etiketi okurken fazla zaman alması nedeniyle tüketicileri etiketi hiç okumamaya yönlendirmektedir (Aygen, 2012; Karabiber ve Hazer, 2010).

Etikette tketiciiye verilecek bilgi kullanışlı ve tüketicinin anlayacağı düzeyde olmalı, tketiciiyi yanıltacak resim, Şekil içermemelidir. Etiketin tasarımı buna uygun yapılmalıdır (Karabiber ve Hazer, 2010). Etikette mümkünse verilecek bilginin açıkça ve en sade haliyle verilmesi de dikkat edilmesi gereken en önemli hususlardan biridir. Etiketin görseli, tasarımında kullanılan renkler, marka, isim ve ürünle alakalı bilgilerin bulunacağı bölüm doğru belirlenmeli, ürünün kullanımıyla ilgili bilgiler eğer var ise tehlike uyarıları, semboller ve Şekiller doğru Şekilde ve hızlıca anlaşılabilmelidir (Karabiber ve Hazer, 2010).

2.7. GIDA ETİKETİ OKUMA TUTUMLARININ TÜKETİCİLERİN TERCİHLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Beslenme yaşamsal bir ihtiyaçtır ve yeterli dengeli beslenme ise sağlık açısından oldukça önemlidir.

Yaşamsal bir ihtiyaç olan beslenmenin yeterli ve dengeli bir Şekilde yapılabilmesi sağlık açısından oldukça önemlidir. Günümüzde hayat standartlarındaki değişiklikler, ekonomik yapının değişmesi, kısıtlı zamana sahip olma gibi nedenlerden ötürü

tüketicilerde pratik ve hızlı şekilde hazırlanabilecek olan yemeklere ve hazır gıdalara yönelim başlamışlardır. Tüketicilerin günlük ihtiyaçları ve beklentileri doğrultusunda gıda etiketlerin de sürekli güncellemeler olmaktadır (Tüyben, 2018).

Tüketicilerin yeterli ve dengeli beslenebilmek amacıyla kendilerine uygun besini tercih etmeleri konusunda kolaylık sağlamak için gıdaların etiket bilgilerinin doğru şekilde kullanılabilmesi oldukça önemlidir. Etiket gıdayla ilgili gerekli bilgileri tüketiciye veren bu sayede ürün ve tüketici arasında iletişimi sağlayan önemli bir araçtır. Etiketlerde porsiyon, gramaj, enerji, besin öğeleri, koruyucu gibi ürünün içindeki bileşenlerle ilgili bilgiler bulunmaktadır (Güneş vd. 2014).

Gıda maddelerinin satın alınması ve tercih edilmesi süreci kompleks bir durumdur. Bireylerin gıda maddelerini satın alınmasını ve tüketimini, yaşamsal ve fizyolojik etmenler yanında psikolojik, sosyo-kültürel (deneyim, inanç, gelir düzeyi, gıdaya ulaşılabilirlik gibi) durumlarda etkilemektedir. Aynı zamanda gıdanın duyuşal özellikleri de tat, koku, görüntü gibi satın almayı etkileyen durumlar arasındadır (Karabiber ve Hazer, 2010).

Menşé ülke, gıda kalitesi ve de güvenliği açısından tüketiciler için önemlidir. Tüketici için fiyat da gıda satın alma kararını etkileyen etiket bilgilerinden biridir. Ürünün yerel/ doğal/ organik oluşu da tüketicilerin satın alma tutumunu etkileyebilir (Davies et al. 2010).

Gıda etiketlerinde bulunan bilgilerin temel amacı tüketici sağlığını korumasını sağlamaya yardımcı olmaktır ve tüketicilerin güvenilir aynı zamanda sağlıklı tercihler yapması etiket üzerinde bulunan bilgiler sayesinde sağlamaktadır. Bu noktada önemli olan tüketiciye hangi bilgilerin ne şekilde iletileceğidir (Kulcu, 2019).

2.8. SAĞLIK ÇALIŞANLARININ BESLENME BİLGİ DÜZEYİ

Günümüzde, dünya genelinde milyonlarca insan yetersiz beslenme ve kıtlığın neden olduğu ölüm ve hastalıklarla mücadele ederken diğer taraftan bazı insanların aşırı ve yanlış beslenmelerinden dolayı erken yaşta yaşamlarını yitirmekte veya sağlıklarını

kaybettikleri için çalışamaz hale gelmektedirler. İnsanların sağlığını bozan etkenlerin başında dengesiz ve yetersiz beslenme gelmekte olup dengesiz ve yetersiz beslenmenin de nedeni beslenme ile ilgili gereken bilgi ve donanıma sahip olmamaktır (Baysal, 2004).

Ülkemizde ve dünya çapında bireylerin beslenme bilgi düzeyini saptamak amaçlı yapılan araştırmalarda genel olarak bireylerin beslenme düzeylerinin yetersiz olduğu ortaya çıkmıştır (Çekal, 2008).

Kronik hastalıkların azaltılması amacıyla gerçekleştirilen mücadelede en önemli stratejilerden biri bireylerin eğitilmesini sağlamaktır. Hastalara eğitim amaçlı bilgi verme konusunda en önemli rol sağlık çalışanlarına düşmektedir. Bundan dolayı kronik rahatsızlığı olanlar için olumsuz olan sağlık davranışlarının önlenmesinde doktorlar ve tüm sağlık çalışanlarının aldıkları eğitimin niteliği ve içeriği bu anlamda uygun şartlar sağlanabilir (Yücel, 2015).

Bireylerin beslenme düzenini, seçimini, tüketimini gıda ve beslenme konusunda sahip oldukları bilgi, beceri tutum ve davranışları etkilemekte olduğu için gıda etiketlerinin etkin bir beslenme aracı olarak kullanılabilmesi gerekmektedir. Tüketicilerin bilgiyi kullanma konusunda bilinçlendirilmesi bunun yanında etiketlerin anlaşılabilir olması gerekmektedir ve etiketlerin daha iyi anlaşılabilmesiyle de sağlık çalışanları etiketleri araç olarak kullanarak beslenme eğitimi verebilir etiket kullanımında verimliliğin artması sağlanabilir (Tüben, 2018).

2.9. GIDA VE BESLENME OKURYAZARLIğI

Gıda etiketi okuma ile gıda ve beslenme okuryazarlığı arasında fark vardır. Gıda etiketi okuma, ambalaj üzerindeki bilgileri inceleme, gözden geçirme, kontrol etme anlamına gelirken gıda ve beslenme okuryazarlığı besin ögesi, besin grupları ve beslenme bilgilerini anlama, değerlendirme ve yorumlama yaparak bu bilgileri sağlıklı besin seçimi ve tüketimi için uygulayabilmeleri anlamına gelmektedir (Aktaş ve Özdoğan, 2016).

Günlük hayat akışında kişiler gıda ve beslenmeyle ilgili çeşitli kararlar alırken gıdaların sağlıklı olması, besleyiciliği, lezzeti, fiyatı, kalitesi, tazeliği, doğal olması, doyurucu olması gibi özelliklerin yanı sıra alışkanlık ve kültürel yapılarına uyumlu olmasını göz önüne almalıdırlar. Gıda ve beslenme okuryazarlığı yiyecek türleri, alınması gereken miktarı ve gıdanın nereden satın alınacağı konusunda doğru karar verebilmeyi sağlamaktadır (Aktaş ve Özdoğan, 2016; Sonkaya vd. 2018).

Bir tüketici gıda ve beslenme okuryazarı ise bir gıdayı satın alırken hem ekonomik hem sağlık açısından gıdayı doğru bir şekilde değerlendirerek sağlık bakımından yarar sağlamış olabilir. Gıda okuryazarı olan bireyler besin, besin grupları, besin ögeleri, beslenme ve beslenmeyle ilgili hastalıkları ayrıca gıda ve beslenme ile ilgili terimlerin anlamlarını da bildiği için besin tabağı, besin piramidi gibi görsellerdeki aktarılmak istenen bilgileri doğru şekilde anlayıp yorumlayabilirler (Yıldırım ve Keser, 2004; Aktaş ve Özdoğan, 2016). Gıda ve beslenme okuryazarlığı olan bireyler bu sayede beslenme alışkanlıklarını yaşamlarına adapte ederek kendi sağlıkları ve çevreleri için sağlıklı beslenip beslenmeyle ilişkili hastalıklara yakalanma riskini azaltabilirler. Temel olarak gıda ve beslenme okuryazarlığının bazı amaçları vardır. Bu amaçların başında okuryazarlık düzeyini artırmak gelmektedir. Devamında sağlıklı beslenme konusunda motivasyon sağlama, gıda ve beslenme bilgilerine ulaşabilme ve kullanabilme, bireylerin sağlıklı besin seçimi ve tüketimine yardım etmek, sağlıklı beslenmenin sürdürülebilir olmasına yardımcı olmak, yiyecek-içeceklerin hazırlanması, pişirilmesi ve saklanmasıyla ilgili beceri edinmeyi sağlamak, besin ögesi ve enerji gereksinimini doğru şekilde sağlayabilmek, gıda ve beslenme sorunları konusunda farkındalık sağlayabilmek, gıda ve beslenme ile ilgili yayınları eleştirel ve kuramsal bakış açısıyla inceleyebilme konusunda yardımcı olmak gibi birçok amacı bulunmaktadır (Aktaş ve Özdoğan, 2016).

Tüketicilerin beslenme, gıda, besin seçimi ve tüketimi, sağlıklı beslenme, gıda güvenilirliği gibi konularda bilgi, tutum ve beceri sahibi olup doğru karar alabilme ve uygulayabilme, gıda ve beslenme okuryazarlığının kapsamındadır (Aktaş ve Özdoğan, 2016; Sonkaya vd. 2018).

Etiket okuma ve anlayıp yorumlayabilme yeteneği sağlıklı beslenme için oldukça önemli bir belirteç olmasına rağmen beslenme konusunda bilgi yetersizliği olsa da sayısal becerileri daha fazla olan bireylerin yaşamsal bulgularının iyi çıktığı araştırma sonuçları bulunmaktadır (Carbone, 2013).

BÖLÜM 3

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde sağlık çalışanlarına yönelik olarak yapılan çalışmanın amacı ve önemi, evren ve örnekleme, veri toplama yöntemi ve analizi ile ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1. ÇALIŞMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Bu çalışmanın amacı sağlık alanında çalışan bireylerin etiket okuma alışkanlığının ölçülmesi ve bilgi düzeylerinin belirlenmesidir. Ayrıca daha önceki yapılan çalışmalara bakılarak etiket alışkanlığının; yıllar içinde artan bilinçle sağlık çalışanı olan tüketicilerin sağlıklarını yakından etkileyen bu konuya önem verme durumları ve bilgi düzeylerinde artış olup olmadığının belirlenmesidir. Tüketicilerin gıda güvenliğine karşı farkındalığının gıdaların etiketini okuma alışkanlıklarını etkileyebileceği; aynı zamanda her bireyin etiket okuma alışkanlığındaki değişimlerin, bilgi düzeyinin ve meslek gruplarına göre farklılıklarının gözlenebileceği düşünülmektedir.

3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM

Bu araştırmanın evreni; Karabük İl Sağlık Müdürlüğüne bağlı çalışan kişilerdir. Alan çalışmasının yapıldığı 2023 Ocak ayı döneminde Karabük Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Safranbolu Devlet Hastanesi ve Karabük İl Sağlık Müdürlüğü kurumlarında toplam 2098 kişinin çalıştığı ilgili birimlerinden öğrenilmiştir. Araştırma problemini cevaplandırabilecek bu kişilerin tümüne evren adı verilmektedir (Özen ve Gül, 2007). Evren kendi içerisinde iki şekilde sınıflandırılmaktadır. Bunlar; genel ve erişilebilir evrendir. Genel evren soyut olmakla birlikte tanımlanabilirliği daha yüksektir. Ancak ulaşılabilirliği zordur. Ulaşılabilir evren nispeten daha kolay ve daha somuttur (Karasar, 2011). Hastanelerde yapılan bu araştırmanın somut evren üzerinde gerçekleştirildiği

söylenbilir. Ancak zamanın kısıtlı, maliyetin yüksek ve cevap alma oranının düşük olması gibi nedenlerden dolayı evren içerisinde bir örneklem seçilmesi yoluna gidilmiştir. Bu çerçevede verileri toplamanın en kolay yolunu ifade eden kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiş ve örneklemdaki kişilere ulaşılmıştır (Özmen, 1999). Bu örnekleme yönteminin en temel özelliğini; araştırmaya kimin dahil edileceğinin araştırmacı tarafından belirlenmesi oluşturmaktadır (Şimşek, 2012).

Örnekleme hangi kişilerin veya birimlerin dahil edileceğinin tespit edilmesi araştırma probleminin daha doğru cevaplandırılması açısından önemli bir ön koşuldur (Padem vd., 2012). Örnekleme dahil edilecek kişi sayısının sayısal olarak belirlenmesi ise örneklem büyüklüğünü ifade etmektedir. Kabul edilebilir sayıdaki bir örneklem hacminin, evreni temsil etmesi büyük önem taşımaktadır. Dolayısıyla araştırma sonuçlarının daha gerçeğe yakın ve genellenebilir özellikte olması, örnekleme alınacak kişi sayısına bağlı olarak gerçekleşmektedir (Gönç-Şavran, 2009). Literatürde örneklem büyüklüğü konusunda farklı öneriler ileri sürülmüştür. Bazı örnekleme dahil edilecek kişi sayısını çalışmada kullanılacak değişken sayısının en az 5 katı olması gerektiğini belirtirken (Tavşancıl, 2002); bazıları da evren hacminin $N > 10.000$ veya $N < 10.000$ olması dikkate alınarak çeşitli formüller geliştirdikleri görülebilmektedir (Ryan, 1995; Sekaran, 2003). Örnekleme dahil edilecek kişi sayısına karar vermek için aşağıda önerilen formül tercih edilmiştir.

$$n = \frac{N \cdot t^2 \cdot p \cdot q}{d^2(N-1) + t^2 p q}$$

%95 güven düzeyi veya 0,5 hata payına göre değerler formülde yerine yerleştirildiğinde; örnekleme alınacak kişi sayısının yaklaşık 323 kişi olduğu hesaplanmıştır. Ancak çalışma sonuçlarından daha genellenebilir olması için 479 kişiye ulaşılarak araştırmaya katılmaları sağlanmıştır. Dolayısıyla ortaya çıkan sonuçlar söz konusu kişilerin değerlendirmelerinden ibarettir.

3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Nicel çalışmaların en önemli avantajı, araştırmacıların kendi değer yargılarının ötesinde daha objektif ve nesnel sonuçlara ulaşmalarını sağlamaktır. Bu sebeple nicel

bir araştırma yürüten araştırmacıların, araştırmadan soyutlanmaları için standart ölçme araçlarını kullanmaları gerektiği ifade edilmektedir (Borg ve Gall, 1989). Bu araçlardan en yaygın olanı, akademik ve profesyonel çalışmalarda en fazla tercih edileni anket tekniğidir (Altunışık, 2008). Araştırmada kullanılan anket formunda 6 adet demografik özelliklerle ilgili soru, ürün etiketi okumaya yönelik olarak da toplam 45 soru bulunmaktadır. Söz konusu 45 soru Mercan (2019) ve Soylar (2019) çalışmalarından yararlanılarak hazırlanmıştır. Çalışmada kullanılan anket formu EK1'de yer almaktadır.

3.4.VERİ ANALİZİ

İstatistiksel testlerle değerlendirmelerin yapılabiliyor olması nicel araştırmaların özelliklerinden biridir (Ulus vd. 2010). Bu sebeple Karabük İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı sağlık çalışanı olan kişilerden toplanan veriler SPSS istatistik paket programı ile analiz edilerek yorumlanmıştır. Bu çerçevede incelenen olgunun ne olduğuna karar vermek için tanımlayıcı istatistikler yapılmıştır. Bu tür istatistikler verilerin türünü, düzeyini ve özelliğini belirlemek amacıyla yapılmaktadırlar (Erdoğan, 2012). Betimsel testlerin pek çok türü bulunmaktadır. Ancak bu çalışmada katılımcıların özelliklerini ve anket sorularına verdikleri cevapların derecesini belirlemek ve yorumda bulunmak için frekans değerlerine bakılmıştır. Daha sonra sağlık personelinin ürün etiketi okuma durumları ile görevleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı veya sağlık personelinin ürün etiketi okuma durumlarının görevleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek için Ki-Kare analizi yapılmıştır.

BÖLÜM 4

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde Karabük İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı çalışan kişilerin tanımlayıcı bilgileri ve etiket okuma alışkanlıklarını belirlemek için yapılmış olan alan çalışmasının sonuçları değerlendirilmiştir ve benzer konulardaki araştırmaların bulguları ile karşılaştırılarak tartışmaları ile birlikte verilmiştir.

4.1. DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERE İLİŞKİN BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında Karabük İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı çalışan sağlık personelinin cinsiyet, medeni durum, yaş, eğitim durumu ve görev açısından dağılımları analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular Çizelge 4.1'de verilmiştir.

Çizelge 4.1. Demografik özelliklere ilişkin bulgular

Cinsiyet	n	%
Kadın	293	61.2
Erkek	186	38.8
Medeni Durum	n	%
Bekâr	139	29.0
Evli	340	71.0
Yaş	n	%
18-30 Yaş	147	30.7
31-40 Yaş	182	38.0
41-50 Yaş	129	26.9
51 Yaş ve Üstü	21	4.4
Eğitim Durumu	n	%
İlköğretim	31	6.5
Lise	49	10.2
Önlisans	51	10.6
Lisans	248	51.8
Yüksek Lisans	78	16.3
Doktora	22	4.6
Görev	n	%
Doktor	84	17.5
Hemşire	135	28.2
Ebe	46	9.6
Sağlık Teknikeri	92	19.2
Diğer	122	25.5
Genel Toplam	479	100

Araştırmaya 293'ü (%61.2) kadın ve 186'sı (%38.8) erkek olmak üzere toplam 479 sağlık çalışanı katılmıştır. Sağlık çalışanlarının %29'u bekâr ve %71'i evlidir. Sağlık çalışanlarının %30.7'si 18-30 yaşlarında, %38'i 31-40 yaşlarında, %26.9'u 41-50 yaşlarında, %4.4'ü 51 yaş ve üzerindedir. Araştırmaya katılanların büyük çoğunluğunun lisans mezunu olduğu görülmektedir (%51.8). Katılımcıların görevlerine göre dağılımlarına bakıldığında; %17.5'inin doktor, %28.2'sinin hemşire, %9.6'sının ebe, %19.2'sinin sağlık teknikeri ve %25.5'inin diğer personelden oluştuğu görülmektedir. Diğer seçeneğini işaretleyen kişilerin çoğunlukla diyetisyen, fizyoterapist, eczacı, teknisyenler, biyolog ve çocuk gelişimcisi oldukları belirlenmiştir.

4.2. ÜRÜN ETİKETİ OKUMAYA İLİŞKİN BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında Karabük İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı çalışan sağlık personelinin ürün etiketi okumaya ilişkin alışkanlıkları analiz edilmiştir. Bu çerçevede Çizelge 4.2'de katılımcıların ürün etiketi okuyup okumadıkları ve eğer okuyorlarsa hangi ürünlerin etiketlerini okudukları belirlenmeye çalışılmıştır.

Çizelge 4.2. Ürün etiketlerini okuma durumu ve etiketi okunan besin gruplarına ilişkin bulgular

Satın Alınan Ürünlerin Üzerindeki Etiketleri Okuma Durumu	n	%
Evet	305	63.7
Hayır	18	3.8
Bazen	156	32.6
Etiketi En Çok Okunan Besin Grupları	n	%
Süt ve Süt Ürünleri	388	11,2
Et, Balık ve Tavuk Ürünleri	370	10,7
Dondurulmuş Ürünler	308	8,9
İlk Defa Alınan Ürünler	287	8,3
Salça ve Konserveler	247	7,1
Çikolata ve Şekerlemeler	238	6,9
Meyve Suları	227	6,5
Bisküvi, Kek, Makarna gibi unlu gıdalar	217	6,2
Bal, Reçel, Bazı Tahıllar	196	5,6
Katı/Sıvı Yağlar	186	5,4
Kuru Meyve ve Sebzeler	172	5,0
Paketli Çay, Kahve vb.	168	4,8
Çerez, Cips vb. Atıştırmalıklar	160	4,6
Kuru Bakliyat/Tahıllar	155	4,5
Gazlı İçecekler	154	4,4

Araştırmaya katılan kişilerin %63.7'si ürün satın alırken üzerindeki etiketi okuduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda etiketi en çok okunan ilk beşinci sıradaki besin gruplarına bakıldığında; birinci sırada süt ve süt ürünleri (%11.2); ikinci sırada et, balık ve tavuk ürünleri (%10.7); üçüncü sırada dondurulmuş ürünler (%8.9); dördüncü sırada ilk defa alınan ürünler (%8.3) ve beşinci sırada salça ve konserveler (%7.1) oldukları görülmektedir. Bu çalışmada ürünü alırken gıda etiketi okuyanların oranı % 63.7 iken Çelik'in 2010 yılında yaptığı çalışmadan etiket okuma oranı %51.4 çıkarken 1991 yılında Yurttagül'ün yaptığı çalışmadan etiket okuma oranı %33.7 çıkmıştır. Araştırmalar arası kıyaslama yapıldığında yıllar geçtikçe etiket okuma oranında bir artış görülmektedir. Bunun nedeni teknolojinin

gelişmesiyle televizyon, bilgisayar ve internet erişiminin artmasıyla bilginin daha kolay ulaşılabilir olması sonucu bilinç oranının artması olduğu düşünülmektedir.

Schupp, Gillespie ve Reed ise 1997 yılında yaptıkları çalışmada, paketlenmiş taze etlerin üzerinde besin etiketlerinin kullanımı ve tüketicinin farkındalığının önemsenmesi üzerine sorulan sorular üzerine cevaplayıcıların %78.5'i besin etiketini okuduklarını, %21.5'i ise okumadıklarını ifade ederlerken 1999 yılında Sağlam, Gümüş ve Dokcan Ankara'da üç büyük alışveriş merkezinde alışveriş yapan 126 erkek, 124 kadın toplam 300 kişiye anket uygulamış ve besin alışverişine ilişkin davranışlarını saptamışlar bunun sonucunda araştırmaya göre tüketicilerin %72.0'ı yiyecek etiketlerinin yazılarını okuduklarını, % 28.0'ı ise yazıları okumadıklarını belirtmişlerdir. Bu yapmış olduğumuz araştırmaya göre ise Schupp, Gillespie ve Reed'in yaptığı çalışma ve Sağlam, Gümüş ve Dokcan'ın yaptığı araştırma sonucunda tüketicilerin gıda etiket okuma oranları benzer çıkmıştır. Bunun nedeni diğer iki çalışmanın daha eski yıllarda yapılmış olmasına rağmen araştırmanın yapıldığı yerler gereği sosyoekonomik düzeyi belirli bir seviyenin üstünde olan kişilere uygulanmış olabileceği düşünülürse yine sosyoekonomik düzeye bağlı olarak gelişmişlik seviyesi daha yüksek kişilerin bilincinin de yüksek olması sonucu etiket bilgilerine daha fazla önem verdikleri düşünülmektedir.

Bu araştırmada, sağlık çalışanlarında etiket okuma oranı % 63.7 çıkmışken 2003 yılında Köksal, Bilgili ve Topçu'nun yaptığı çalışmada ev hanımlarının etiket okuma oranı % 64.8 çıkmıştır. Okumuşluk seviyesine bağlı beslenme bilincinin daha yüksek olabileceği düşünülürken bu iki çalışma sonucu tam tersi yönde çıkmış olup bunun nedenin çalışma hayatının yoğunluğu nedeniyle bireylerin ürün alırken yeterli zamanı bulamamaları veya besinlerin en hızlı ve pratik şekilde hazırlanıp tüketilebilir olmasını daha fazla önemsemeleri sebebiyle olabileceği düşünülmektedir.

Demir ve Pala (2007), yaptıkları çalışmada katılımcıların %91.79'unun alışverişlerinde ürün etiketlerini okuduklarını saptamışlar ve yine İşleyen, Yüceer, Yılmaz ve Mendes (2007)'in, yaptıkları çalışmada tüketicilerin sadece %4.42'sinin etikete hiç bakmadıklarını saptamışlardır. Bu çalışmaya göre kıyaslama yaptığımızda etiket okuma oranı daha yüksek çıkmıştır. Bunun nedeninin 2007 yıllarında

Türkiye’de GDO’lu gıdaların varolduğu haberlerinin çıkması sonucu insanlardaki korku sebebiyle araştırma isteğinin biraz daha ön planla olması olabileceği düşünülmektedir.

Sağlık personelinin ürün etiketlerine bakma sıklıkları ve ürün alırken ilk olarak baktıkları özelliklerin neler olduğu belirlenmeye çalışılmış olup bulgular Çizelge 4.3’te gösterilmiştir.

Çizelge 4.3. Ürün etiketlerini okuma sıklığı ve ürün alınırken ilk bakılan özelliklere ilişkin bulgular

Ürün Etiketlerini Okuma Sıklığı	N	%
Asla	3	0.6
Nadiren	23	4.8
Bazen	149	31.1
Genellikle	197	41.1
Her Zaman	107	22.3
Ürün Alınırken İlk Bakılan Özellikler	N	%
Marka	200	41.8
Etiket	32	6.7
Fiyat	84	17.5
Son Kullanma Tarihi	163	34.0

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının %0.6’sı hiç ürün etiketlerini okumamaktadır. %4.8’si nadiren, %31.1’i bazen, %41.1’i genellikle ve %22.3’ü her zaman okuduğunu belirtmiştir. Katılımcıların %41.8’i ürün alırken ilk olarak markasına, %6.7’si etiketine, %17.5’i fiyatına ve %34’ü son kullanma tarihine bakmaktadır.

Etiket okuma sıklığına bakıldığında Satia, Galanko ve Neuhausser (2005)’nin, yaptıkları çalışmada; anketi cevaplayanların %78.0’ının her zaman; Şanlıer ve Şeren (2005), çalışmaya katılanların %22.7’sinin her zaman, %27.6’sının genelde, %39.4’ünün bazen; Talas (2006) ise, kadınların %62.4’ünün her zaman, %21.6’sının genellikle, %14.8’inin bazen alışveriş esnasında besin etiketini okuduklarını saptamışlardır. Bu çalışma ile karşılaştırma yapıldığında Sağlık çalışanlarının her zaman etiket okuma oranı daha düşük bulunmuş olup ancak ilk aldığı ürünlerin etiketini okuma oranı yüksek çıkmıştır bundan dolayı bir ürünü her alışlarında

okumadıkları için her zaman etiket okuma oranının düşük çıkma ihtimali düşünülmektedir.

Çelebi, Kavas ve Kavas 1991 yılında yaptıkları araştırmada ilk sırada ürünün marka, isim ve kalitesinin, ikinci sırada üretim tarihi ve son kullanma tarihi gibi bilgilerin, üçüncü sırada fiyatın ve en son sırada ise ambalajın önemli olduğunu saptamışlar. Bu çalışmada ise katılımcıların %41.8'i ürün alırken ilk olarak markasına, %6.7'si etiketine, %17.5'i fiyatına ve %34'ü son kullanma tarihine bakmakta ve Çelebi, Kavas ve Kavas (1991) ile benzer bir tablo oluşmuştur.

Çelik (2010)'in yaptığı çalışmada tüketicilerin gıda etiketi üzerindeki hangi bilgileri okuduklarına ilişkin dağılım şu şekildedir; %21.8'i ürünü hazırlama tarifine, üretim ve tüketim tarihine, içeriğine, %32.9'u sadece üretim ve tüketim tarihine, %15.9'u üretim ve tüketim tarihine, besin değerine ve içeriğine, %10'u üretim-tüketim tarihi ve içeriğine, %19.4'ü ise bu bilgilerin tümüne bakıp okumaktadır.

Sağlam, Gümüş ve Dokcan (1999)'ın birlikte yapmış oldukları çalışmada ambalaj ve etiket okuma alışkanlığına sahip olan tüketicilerin yaklaşık yarısının ürünün üretim tarihi ve son kullanma tarihlerini, %30.6'sının da SKT bilgilerini ve besin değerleri tablosunun hepsini okuduklarını belirlemişlerdir.

Köksal, Bilgili ve Topçu (2003)'nun ev hanımlarına yaptıkları ankette kişilerin etiketlerde en çok son kullanma tarihi ve fiyat bilgilerine baktıkları en az ise ürünün besin değerlerine baktıkları bulunmuştur.

Sloan (2003) yaptığı bir çalışmada, gıda etiketi okuma alışkanlığı olan tüketici bireylerden 9/10'unun en fazla üretim tarihi ile son kullanma tarihini okudukları ifade etmiş olup tüketicilerin %68.0'ının besinin katkı ve koruyucu maddeleri içerip içermediğine baktığını %34.0'ının besin öğeleri miktarları ile ilgili bilgilerini okuduklarını ve %22.0'sinin besin seçimlerini besin piramidine göre yaptıklarını tespit etmiştir.

Etiket üzerindeki yazıların yeterince büyük olup olmadığı ve anlaşılma durumu konusunda sağlık çalışanlarının vermiş oldukları cevaplar Çizelge 4.4'te verilmiştir.

Çizelge 4.4. Ürün etiketleri üzerindeki yazıların büyüklüğü ve etiket üzerindeki bilgilerin anlaşılma durumuna yönelik bulgular

Ürün Etiketleri Üzerindeki Yazıların Büyüklüğü	N	%
Evet	123	25.7
Hayır	356	74.3
Etiket Üzerindeki Bilgilerin Anlaşılma Durumu	N	%
Evet	133	27.8
Hayır	65	13.6
Kısmen	281	58.7

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının %25.7'si etiket üzerindeki yazıların büyüklüğünü yeterli görürken, %74.3'ü yazıları yeterli büyüklükte görmemektedir. Buna bağlı olarak katılımcıların %27.8'i etiket üzerinde bilgileri anlarken, %58.7'si kısmen anladığını ifade etmiştir. Buna karşın %13.6'sı etiket üzerindeki bilgileri anlamadığını belirtmiştir.

Yaptıkları çalışmada Çınar ve Sağlık (2007); etiket üzerindeki yazılarla ilgili tüketicilere yönelttiği sorularla ilgili cevaplara bakıldığında anketi cevaplayanların %52.5'inin etiket üzerindeki yazıların büyüklüğünü ve yazı karakterini yetersiz ve az bulduğunu saptamışlardır. Bu yönüyle yaptıkları araştırmanın sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları benzerlik göstermektedir.

Araştırmaya katılan sağlık çalışanları tarafından TSE ve CE işaretlerinin bilinme durumları Çizelge 4.5'te gösterilmiştir.

Çizelge 4.5. TSE ve CE işaretlerinin bilinme durumuna ilişkin bulgular

“TSE” nin Türk Standartları Enstitüsü'nün Mührü Olduğunu Bilme Durumu	N	%
Evet	455	95.0
Hayır	24	0.5
“CE” nin Avrupa Birliği Standartları'nın Mührü Olduğunu Bilme Durumu	N	%
Evet	340	71.0
Hayır	139	29.0

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu (%95), TSE'nin Türk Standartları Enstitüsünün mührü olduğunu bildiği ortaya çıkmıştır. Buna karşın katılımcıların %71'i CE'nin Avrupa Birliği Standartlarının mührü olduğunu bilirken, %29'unun bu konuda bilgi sahibi olmadığı tespit edilmiştir.

Çınar ve Sağlık (2007)'in yaptıkları çalışmada; anketi cevaplayanların, %47.8'i TSE garantisine, %21.5'i barkoduna, %18.3'ü doğal ve katkısız oluşuna, %7.5'i yeşil nokta damgası olup olmadığına, %1.8'i ISO 9000 standartlarına, %1.8'i gıda mevzuatına uygun olup olmadığına, %1.5'i ise ürünün çevre dostu olup olmadığına önemsediklerini belirtmişler ve bunun yanında Çelik (2010)'in yaptığı çalışmada da çok benzer şekilde bireylerin %49.1'i TSE garantisine; %17.4'ü TSE garantisine, doğal ve katkısız olmasına, ISO 9000 standartlarında olmasına; % 4.4'ü TSE garantisine, barkodunun olup olmamasına, doğal ve katkısız olmasına; % 22.9'u TSE garantisine, barkodunun olup olmamasına, doğal ve katkısız olmasına, yeşil noktaya, ISO 9000 standardında olup olmamasına, gıda mevzuatına uygun olup olmadığına, Çevko (çevre dostu) olup olmadığına dikkat ettikleri gözlemlenmiştir. Bakıldığı zaman bu iki çalışmada katılımcıların en az %47.8 ve % 49.1'inin TSE mührünün etikette olup olmadığına dikkat ettiği dolaylı olarak anlamını bildiği ortaya çıkmış bu durumda yapılan bu çalışmayla kıyaslandığında oran daha düşük çıksa da önem vermeyenlerin anlamını bilmediği düşünülememekte ve bu iki çalışmada da muhtemel olarak katılanların yüksek oranda TSE mührünün anlamını bildiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının etiket üzerinde bulunan bileşenlere bakma durumları Çizelge 4.6'da gösterilmiştir.

Çizelge 4.6. Etiket üzerinde en çok bakılan bileşen miktarına ilişkin bulgular

Etiket Üzerinde En Çok Bakılan Bileşen Miktarı	N	%
Tuz	-	-
Şeker	57	11.9
Yağ	45	9.4
Karbonhidrat	23	4.8
Kalori	55	11.5
Koruyucu	103	21.5
Katkı Maddesi	160	33.4
Hepsi	36	7.5

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğunun ürün etiketlerine bakarken ürünlerde koruyucu (%21.5) ve katkı maddesi (%33.4) olup olmadığına daha fazla baktıkları tespit edilmiştir.

Yılmaz, Oraman ve İnan (2009)'ın, yaptıkları çalışmada araştırmaya katılan bireylerin gıda satın alırken aradıkları gıdanın özellikleri arasında %37.8'i en çok doğal ve katkısız ürün olmasına dikkat ettikleri saptanmıştır. Bu çalışmada ise katkı maddesi ve koruyucuların olup olmasının önemsenme oranı daha yüksek çıkmıştır. Bunun nedeni son zamanlarda ürün alternatiflerinin artması sonucu katkısız ürünlerin üretiminin artıp reklamlarda çıkması, etiketlerde ön planda tutulmaya başlaması buna bağlı tüketicilerde farkındalığın artmasıyla önemseme ve tercih etme durumu da etkilenmekte diye düşünülmektedir.

Uzunöz, Büyükbay ve Bal (2008)'in araştırmalarına göre; yapılan anketi cevaplayanların %20.24'ü mutlaka, %17.86'sı bazen, %17.86'sı ise nadiren gıdalarından içerisinde bulunan katkı maddelerine bakarken, %51.19'unun hiç bir zaman bakmadıkları saptanmış ve cevaplayıcıların; %2.38'i mutlaka, %11.90'ı bazen, %17.86'sı ise nadiren geri dönüşümlü ambalaj bulunduran ürünleri tercih etmeye özen gösterirken; %67.86'sının bu duruma hiç özen gösterip dikkat etmedikleri saptanmıştır.

Sağlık çalışanlarının etiketteki bilgilerin daha basit olmasını isteyip istememe durumları analiz edilmiş olup bulgulara Çizelge 4.7'de yer verilmiştir.

Çizelge 4.7. Etiketdeki bilgilerin daha basit olmasını isteyip istememe durumuna ilişkin bulgular

Etiketdeki Bilgilerin Daha Basit Olmasını İsteme Durumu	N	%
Evet	426	88.9
Hayır	53	11.1

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu (%88.9) ürün etiketleri üzerindeki bilgilerin daha basit olması gerektiğini düşünürken, %11.1'inin daha basit olmasını istemediği ortaya çıkmıştır.

Etiket üzerinde ne yazıldığıнын önemli olduğu kadar etiket üzerindeki bilgilerin anlaşılabilir olup olmadığı da oldukça önemlidir. Tüketicilere servis edilen gıda etiketindeki bilgilerin kolay görülebilir, anlaşılabilir şekilde, sistematik, doğru ve okunaklı olması gerekir. Böylece, tüketiciler ürünleri kıyaslayabilir ve kendi ihtiyacına uygun olanı tercih edebilir (Karabiber ve Hazer, 2010). Buna dayanarak

araştırmaya katılanların büyük çoğunluğunun ne aldıkları ve tükettikleri konusunda bilinçli oldukları veya olmak istedikleri için, etiket bilgilerinin basit ve anlaşılabilir olmasını istedikleri düşünülmektedir.

Anket çalışmasında sağlık çalışanlarına “Tüm paketli gıdalarda günlük ihtiyacı karşılama miktarı yazılmalı mı?” sorusu yöneltilmiş olup katılımcıların vermiş oldukları cevaplar Çizelge 4.8’de gösterilmiştir.

Çizelge 4.8. Tüm paketli gıdalarda günlük ihtiyacı karşılama miktarının yazılma durumuna ilişkin bulgular

Tüm Paketli Gıdalarda Günlük İhtiyacı Karşılama Miktarının Yazılma Durumu	N	%
Evet	409	85.4
Hayır	70	14.6

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu (%85.4) tüm paketli gıdalarda günlük ihtiyacı karşılama miktarının yazılması gerektiğini belirtirken, % 14.6’sının bu yönde bir düşüncesinin olmadığı tespit edilmiştir.

Türk Gıda Kodeksi yönetmeliğinde gıda etiketinde enerji, protein, karbonhidrat, yağ, lif, tuz/sodyum ve tebliğde geçen vitamin ve mineral bilgilerine ve günlük karşılama miktarı (GKM) bildirimine yönetmelik hükümlerince, etiket üzerinde isteğe bağlı olarak yer verilebilmektedir. Ancak bu çalışmada ankete katılan kişilerin bilgilenecek istemesi ve bilinçli olabilmeleri adına tüm paketli ürünlerin üzerinde günlük karşılama miktarlarının olmasını istedikleri düşünülmektedir.

Anket çalışmasında sağlık çalışanlarına “Tüm paketli gıdalarda enerji ve besin değerleri bakımından içeriğin kapsamını yeterli buluyor musunuz?” sorusu yöneltilmiş olup katılımcıların vermiş oldukları cevaplar Çizelge 4.9’da gösterilmiştir.

Çizelge 4.9. Tüm paketli gıdalarda enerji ve besin değerleri bakımından içeriğin kapsamının yeterli bulunma durumuna ilişkin bulgular

Tüm Paketli Gıdalarda Enerji ve Besin Değerleri Bakımından İçeriğin Kapsamının Yeterli Bulunma Durumu	N	%
Evet	96	20.0
Hayır	383	80.0

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu (%80) tüm paketli gıdalarda enerji ve besin değerleri bakımından içeriğin kapsamını yeterli bulmadığı ortaya çıkmıştır.

FDA besin etiketleriyle ilgili kapsamlı bir yasa çıkarmış ve bu yasada besin etiketlerinde bulunması gereken zorunlu bilgilerin yağ, doymuş yağ, kolesterol, kalori, karbonhidrat, protein, vitamin ve ürünün porsiyonu olduğunu savunmuştur (Demirci ve Aksoy-Demirci, 2013). Ancak tüm paketli gıdalarda günlük alınması gereken miktarlar ve içeriğindeki minerallerin tamamının belirtilmemesinden dolayı anketi cevaplayanların etiket içeriğinin kapsamını yeterli bulmadıkları düşünülmektedir.

Ürünün içindeki maddelerin hangilerinin sakıncalı olduğunun açıkça yazılıp yazılmaması konusunda sağlık çalışanlarının vermiş oldukları cevaplar Çizelge 4.10'da gösterilmiştir.

Çizelge 4.10. Ürünün içindeki maddelerin hangilerinin sakıncalı olduğunun açıkça yazılıp yazılmaması durumuna yönelik bulgular

Ürünün İçindeki Maddelerin Hangilerinin Sakıncalı Olduğunun Açıkça Yazılıp Yazılmaması Durumu	N	%
Evet	473	98.7
Hayır	6	1.3

Sağlık çalışanlarının %98.7'si ürün içindeki maddelerden hangilerinin sakıncalı olduğunun açıkça yazılması gerektiğini düşünmektedir.

Birçok araştırmada gıda katkı maddelerinin sağlığımız açısından ciddi yan etkileri olduğu tespit edilmiş olup yapılan bilimsel çalışmalarda daha çok lezzet arttırıcı, renklendiriciler ve koruyucular üzerinde durulmuştur. Öztürk ve arkadaşları yaptığı çalışmada hasta ifadesi ile kronik idiopatik ürtikerin etyolojik faktörleri

incelendiğinde; hastaların %86.6'sında (n=136) gıdalar, %13.3'ünde (n=21) ise stres etyolojik faktör olarak tespit edilmiştir. Etyolojik faktör olarak katkı maddesi içeren gıdaları tükettiği düşünülen hastalar (n=49) incelendiğinde ise; gazlı içecekler (%53.1) ve çikolatanın (%44.9) en sık alerji yapan katkı maddeli gıdalar olduğu gözlenmiştir (Öztürk, 2007). Gıda katkı maddeleri ile ilgili yapılan bir araştırmada gıda katkı maddelerinin kullanımına bağlı olarak insan sağlığını olumsuz etkileyecek bazı etkenler olabileceği bildirilmiş olup bunların; bulantı, kusma, ishal, egzama, ürtiker, irritabl barsak hastalığı, rinit, bronkospazm, anjioödem, ekfoliyatif dermatit, migren, anafaksi, hiperaktivite ve diğer davranış bozuklukları olduğu gözlemlenmektedir (Tuormaa, 1994).

Sağlık çalışanlarının, gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığını bilme durumları Çizelge 4.11'de verilmiştir.

Çizelge 4.11. Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığını bilme durumuna yönelik bulgular

Gıda Katkı Maddelerinin Ürünlerde Ne Amaçla Kullanıldığını Bilme Durumu	N	%
Evet	227	47.4
Hayır	252	52.6
Gıda Katkı Maddelerinin Ürünlerde Kullanılma Amaçları	N	%
Lezzeti Artırmak veya Arzu Edilen Rengi Vermek	178	28,0
Ürünün Kıvamını Sağlamak	152	23,9
Besin Değerini Korumak veya Artırmak	103	16,2
Lezzetini ve Sağlığa Yararlı Halini Muhafaza Etmek	102	16,1
Asitlik ve Alkaliliğin Sağlanmasını veya Kontrol Edilmesini Temin Etmek	100	15,7

Sağlık çalışanlarının %47.4'ü ürünlerde gıda katkı maddelerinin ne amaçla kullanıldığını bilirken, %52.6'sının bu konuda bir bilgisinin olmadığı tespit edilmiştir. Gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını yönelik olarak verilen çoklu yanıtlar incelendiğinde; %28 oranla lezzeti artırmak veya arzu edilen rengi vermenin birinci sırada; %23.9 oranla ürünün kıvamını sağlamanın ikinci sırada yer aldığı görülmektedir.

Kasan Özdemir (2013)'ün yapmış olduğu çalışmada tüketicilerin %48,8'i içindekiler listesinde gıda katkılarının (E kodlarının) ne anlama geldiğini bilmemekte olup bu

araştırmayla sonuç benzerlik göstermektedir. Başka araştırmacıların yaptıkları çalışmalarında E kodlu katkı maddelerini bilmeyenlerin oranı %57,2, %38,5 ve %45,9 olarak bulunmuş ve bu çalışmalarda yine yapmış olduğumuz çalışma sonucuyla uyumlu çıkmıştır (İncel, 2005; Çelik, 1990; Gün ve Orhan, 2011). Şu an bilgilere kolay ulaşabilir olursa da okumuşluk düzeyine bağlı artmış bir bilinç düzeyi olduğu düşünülse de geçmiş yıllara ait olan bu çalışmalara baktığımızda bu çalışma ile sonuç benzerlik göstermektedir. Bunun nedeni katkı maddeleri üzerinde kişilerin yeterince dikkatinin çekilmemesi olup gerekli eğitimlerin verilmemesi diye düşünülmektedir.

Sağlık çalışanlarının, etiket üzerindeki E kodlar konusunda bilgi sahibi olup olmam durumları ve bilgisi olan kişilerin hangi E kodun ne anlama geldiğini bilme durumları analiz edilmiş olup bulgular Çizelge 4.12’de verilmiştir.

Çizelge 4.12. Etiket üzerindeki E kodlara ilişkin bulgular

Etiket Üzerindeki E Kodların Bilinme Durumu		n	%	
Evet		24	5.0	
Hayır		455	95.0	
Etiket Üzerindeki E Kodların Anlamları İle Eşleştirilmesi		Doğru	Yanlış	Cevapsız
Monosodyum Gulutamat = E621	N	21	1	457
	%	4.4	0.2	95.4
Askorbik Asit= E300	N	20	1	458
	%	4.2	0.2	95.6
Gliserol = E422	N	11	10	458
	%	2.3	2.1	95.6
Lesitinler = E322	N	13	7	459
	%	2.7	1.5	95.8
Sitrik Asit = E330	N	13	7	459
	%	2.7	1.5	95.8
Mannitol = E421	N	10	7	462
	%	2.1	1.5	96.5

Sağlık çalışanlarının sadece %5’i etiket üzerindeki E kodları bildikleri tespit edilmiştir. Ancak bunlardan 21’i Monosodyum Gulutamat’ın, 20’si Askorbik Asitin, 11’i Gliserol’un, 13’ü Lesitinler’in, 13’ü Sitrik Asitin ve 10’u Mannitol’un kodunu doğru bilmiştir.

Paketli gıdaların etiketlerinin üzerinde kullanım amaçlarına göre gıda katkı maddeleri, kategorileri bunu izleyen özel adlar ve ‘E’ numaraları ile belirtilir. ‘E’

numara sistemi ile gıda katkı maddelerinin temel işlevlerine göre şu şekilde sınıflandırılır. Renklendiriciler (E100-180), koruyucular (E200-297), antioksidanlar (E300–321 4), emülsifiyer-stabilizatörler (E322-500), asit baz sağlayıcıları (E500-578), tatlandırıcılar, koku verenler (E620-637) ve geniş amaçlı gıda katkı maddeleri (E900-927) (Tayfur M., 1998). Ancak her ürünün etiketinde kullanılan katkı maddeleri belirtilmek zorunda olsa da E kodları yazılmayabilir bundan dolayı çoğu cevaplayıcının bilgisi olmadığı düşünülmekte olup bilen kişilerin kendi istek ve merakları doğrultusunda inceleyip öğrendiği düşünülmektedir.

Sağlık çalışanlarının, ürünlerin son kullanma tarihlerine dikkat etme durumları ile en çok dikkat ettikleri ürünlere yönelik bulgular Çizelge 4.13'te verilmiştir.

Çizelge 4.13. Ürünlerin son kullanma tarihlerine ilişkin bulgular

Ürünlerin Son Kullanma Tarihlerine Dikkat Etme Durumu	N	%
Evet	415	86.6
Hayır	7	1.5
Bazen	57	11.9
Son Kullanma Tarihine Bakılan Ürünler	N	%
Süt Ürünleri	50	10.5
İşlenmiş Et Ürünleri	36	7.5
Konserveler	26	5.4
Dondurulmuş Ürünler	22	4.6
Hepsi	345	72.0

Sağlık çalışanlarının %86.6'sı daima, %11.9'u ise bazen ürünlerin son kullanma tarihlerine bakmaktadır. Buna bağlı olarak sağlık çalışanlarının %72'si tüm ürünlerin son kullanma tarihlerine baktıkları belirlenmiştir.

Özgen (2004) yapmış olduğu çalışmada tüketicilerin %78,4'ünün her zaman ve sorular içinde en yüksek ortalama ile son kullanma tarihini okuduğunu saptamıştır. Kasan Özdemir (2013) ise yapmış olduğu araştırma sonucuna göre tüketicilerin yaklaşık %75'i gıda satın alırken son kullanma tarihini evet/her zaman kontrol etmekte olduğunu saptamıştır. Bu iki çalışma bu yönüyle yapmış olduğumuz çalışmaya benzerlik göstermektedir ancak yıllar geçtikçe artan bilinçle birlikte bu çalışmadaki son kullanma tarihine bakma oranı çok daha yüksek bulunmuştur.

Sağlık çalışanlarının, yumurtaların üzerine vurulan tarih ve yetiştirilme koşullarına bakma durumları Çizelge 4.14'te verilmiştir.

Çizelge 4.14. Yumurtaların üzerine vurulan tarih ve yetiştirme koşullarına bakılma durumuna ilişkin bulgular

Yumurtaların Üzerine Vurulan Tarih ve Yetiştirme Koşullarına Bakma Durumu	N	%
Evet	372	77.7
Hayır	107	22.3

Sağlık çalışanlarının %77.7'si yumurtaların üzerine vurulan tarihe ve yetiştirme koşullarına bakarken, %22.3'ü bakmamaktadır.

2014/55 sayılı “Türk Gıda Kodeksi Yumurta Tebliği” kapsamında yer alan ürünlerin etiketlenmesi hususunda, yetiştirme metodunun tespiti hususunda 22/11/2014 tarihli ve 29183 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan “Yumurtacı Tavukların Korunması İle İlgili Asgari Standartlara İlişkin Yönetmelik” hükümleri esas alınır. Yetiştirme metodu kodu, işletme ve kümes numarası önüne, organik yetiştiricilik için 0, free range (serbest yetiştirme) yetiştiricilik için 1, kümeste kafesiz yetiştiricilik için 2 ve kafesli yetiştiricilik için 3 olacak şekilde sistem tarafından otomatik olarak verilmektedir. Yaptığımız bu çalışmada çoğu sağlık çalışanı tarih ve yetiştirme koşullarına bakarken bakmayan kısmın yetiştirme koşullarını belirten bu rakamların neyi ifade ettiği bilmemesinden dolayı bakmadığı ve anlamadığı düşünülmektedir.

Sağlık çalışanlarının, devamlı aldıkları bir markanın ürün etiketine bakma durumları Çizelge 4.15'te verilmiştir.

Çizelge 4.15. Devamlı satın alınan bir markanın ürün etiketine bakma durumu

Devamlı Satın Alınan Bir Markanın Ürün Etiketini Bakma Durumu	N	%
Asla	8	1.7
Nadiren	80	16.7
Bazen	143	29.9
Genellikle	156	32.6
Her Zaman	92	19.2

Sağlık çalışanlarının %1.7'si devamlı satın aldıkları bir markanın ürün etiketine hiç bakmamaktadır. Buna karşın %16.7'si nadiren, %29.9'u bazen, %32.6'sı genellikle

ve %19.2'si her zaman daima aldıkları markanın ürün etiketine baktıkları ortaya çıkmıştır.

Başarılı markaların özelliklerine bakıldığında markaya olan güvenin önemli yer edindiği görülmektedir. Tüketiciler bir markaya karşı güçlü güven hissettiklerinde marka bağlılıkları artmakta, bir sonraki satın almada marka tercih edilmektedir (Eren ve Erge, 2012). Bu bilgilerden yola çıkarak tüketicilerin devamlı aldıklarını markanın etiketine bakmama nedenlerinin bu olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan kişilerin, ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okuma ve uygulama durumları Çizelge 4.16'da gösterilmiştir.

Çizelge 4.16. Ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okuma ve uygulama durumu

Ürünlerin Üzerindeki Saklama Koşullarını Okuma ve Uygulama Durumu	N	%
Asla	3	0.6
Nadiren	49	10.2
Bazen	97	20.3
Genellikle	222	46.3
Her Zaman	108	22.5

Sağlık çalışanlarının %0.6'sı ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okumadıkları gibi uygulamamaktadırlar. Buna karşın katılımcıların %10.2'si nadiren, %20.3'ü bazen, %46.3'ü genellikle ve %22.5'i her zaman ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okuyup uyguladıkları belirlenmiştir.

Akdevelioğlu ve ark. (2013)'nın çalışmasında ise üniversite öğrencilerinin %36.5'inin gıda ambalajlarındaki kullanma ve saklama koşullarını "daima" okuduğu belirlenmiştir. Mercan (2019)'ın yaptığı çalışmada saklama koşullarına %35.9'unun dikkat edildiğini bulmuştur. Yapmış olduğumuz bu araştırmanın sonucunu bu iki araştırmayla kıyaslırsak geçmiş yıllara göre saklama koşullarını okuma ve uygulama oranında artış bulunmaktadır.

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının vitamin ve mineral takviyesi ile ilgili düşünceleri Çizelge 4.17'te verilmiştir.

Çizelge 4.17. Vitamin ve mineral takviyesine ilişkin bulgular

Sağlık Bakanlığı'nın Vitamin ve Mineral Takviyeleri İçin Üretim Standartları Getirme Durumu	N	%
Evet	148	30.9
Hayır	66	13.8
Bilmiyorum	265	55.3
Vitamin ve Mineral Takviyesi Alınma Durumu	N	%
Asla	53	11.1
Nadiren	127	26.5
Bazen	222	46.3
Genellikle	61	12.7
Her Zaman	16	3.3

Sağlık çalışanlarının sadece %30.9'u Sağlık Bakanlığı'nın vitamin ve mineral takviyesi için üretim standartları getirdiğini düşünmektedir. Katılımcıların %11.1'i hiç vitamin ve mineral takviyesi almadığını belirtmiştir. Buna karşın %26.5'i nadiren, %46.3'ü bazen, %12.7'si genellikle ve %3.3'ü her zaman vitamin ve mineral takviyesi aldığını ifade etmiştir.

Türk Gıda Kodeksi Takviye Edici Gıdalar Tebliğinin amacı; takviye edici gıdaların tekniğine uygun ve hijyenik şekilde üretim, hazırlama, işleme, muhafaza, depolama, taşıma ve piyasaya arzını sağlamak üzere ürün özelliklerini belirlemektir. Gıda takviyeleri, "Türk Gıda Kodeksi Takviye Edici Gıdalar Tebliği"nde; normal beslenmeyi takviye etmek amacıyla; vitamin, mineral, protein, karbonhidrat, lif, yağ asidi, amino asit gibi besin öğelerinin veya bunların dışında besleyici veya fizyolojik etkileri bulunan bitki, bitkisel ve hayvansal kaynaklı maddeler, biyoaktif maddeler ve benzeri maddelerin konsantre veya ekstraktlarının tek başına veya karışımlarının kapsül, tablet, pastil, tek kullanımlık toz paket, sıvı ampül, damlalık şişe ve diğer benzeri sıvı veya toz formlarda hazırlanarak günlük alım dozu belirlenmiş ürünler olarak tanımlanmaktadır (Anonim, 2013). Yapmış olduğumuz bu çalışmada anketi cevaplayanların çoğu gıda takviyesi aldıklarını belirtmişlerdir bunun nedeninin son zamanlarda çok fazla takviye gıda türünün çıkması, takviyelerin önerilmesi ve reklamlarının artmış olması gibi çeşitli nedenlerden dolayı takviye kullanımının arttığı düşünülmektedir.

Yabancı ürünler ve içecekler üzerindeki İngilizce kelimelerin anlamının bilinme durumu Çizelge 4.18'te verilmiştir.

Çizelge 4.18. Yabancı ürünler ve içecekler üzerindeki İngilizce kelimelerin anlamının bilinme durumları

Yabancı Ürünlerdeki “Low Fat” veya “Fat Free” Kelimelerinin Anlamının Bilinme Durumu	N	%
Evet	254	53.0
Hayır	225	47.0
İçecekler Üzerindeki “Light” veya “Sugar Free” Kelimelerinin Anlamının Bilinme Durumu	N	%
Evet	402	83.9
Hayır	77	16.1

Sağlık çalışanlarının %53’ü yabancı ürünlerdeki “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını bilmekle birlikte, %47’si anlamlarını bilmemektedir. İçecekler üzerindeki “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamları konusunda katılımcıların büyük çoğunluğunun (%83.9) bilgi sahibi oldukları belirlenmiştir.

“Gıda Maddeleri Üzerine Yapılan Besin ve Sağlık Beyanları” hakkında 20 Aralık 2006 tarihli ve 1924/2006/AT sayılı Avrupa Parlamentosu ve Konsey Yönetmeliğine göre besin beyanı bir gıdanın enerji değeri veya besin değerleri (veya besin değeri bölümleri) üzerine belirli besin özelliklerine sahip olduğu hakkında herhangi bir sunum veya mesaj olarak ifade edilir Ör: yüksek protein, doğal kalsiyum kaynağı, azaltılmış yağ, hafif, şeker eklenmemiş, kolestrolsüz vb. (Aktaş Yeşil E., 2008). Günümüzde bu sağlık beyanları etiketler üzerinde artık fazlaca kullanılmakta hem İngilizce hem de Türkçe kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Kişilerin okumuşluk ve gelişmişlik düzeyine bağlı olarak da bu anket sorusundaki sağlık beyanlarının İngilizce terimler olmasına rağmen anlamlarının bilinme ve anlaşılabilme oranı yüksek çıkmıştır.

Alışveriş yapılırken gıdaların üzerindeki etiketlerin dikkate alınıp alınmadığı ve eğer alınıyor ise etiketlerdeki hangi bilgilere dikkat edildiği analiz edilmiş olup bulgular Çizelge 4.19’da belirtilmiştir.

Çizelge 4.19. Alışveriş yapılırken gıdaların üzerindeki etiketlerin dikkate alınma durumu ve dikkat edilen özelliklere ilişkin bulgular

Alışveriş Yapılırken Gıdaların Üzerindeki Etiketleri Dikkate Alma Durumu	N	%
Evet	417	87,1
Hayır	62	12,9
Etikette En Çok Dikkat Edilen Özellikler	N	%
Son Kullanma Tarihi	384	15,0
Üretim Tarihi	310	12,1
Katkı Maddeleri	274	10,7
İçindekiler Bilgisi	257	10,0
Saklama Koşulları	238	9,3
Organik Ürün Olup Olmadığı	197	7,7
Menşei (Köken Ülkesi)	192	7,5
Üretici Firma	179	7,0
Kalite Standartları	152	5,9
Sağlık Problemleri İle İlişkisi	140	5,5
İçindekilerin Miktarı	138	5,4
Ürünün Ağırlığı	105	4,1

Araştırmaya katılan kişilerin %87.1'i alışveriş yaparken gıdalar üzerindeki etiketlere dikkat etmektedir. 417 kişinin etiketler üzerinde dikkat ettikleri noktalara bakıldığında; son kullanma tarihine en fazla (%15) ve ürünün ağırlığına en az (%4.1) dikkat ettikleri tespit edilmiştir.

Mercan (2019) yaptığı çalışmada en çok dikkat edilen özelliklere bakarken etiket okuyan tüketicilerin en çok son kullanma tarihine (%98.4) en az ürünün ağırlığına (%15.6) bakmakta olduğunu saptamıştır. Bu yönüyle bu iki çalışma benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların ürün etiketini okumaya gerek duyup duymadıkları ve eğer gerek duymuyorlarsa bunun neden olduğu sorulmuş olup alınan cevaplar Çizelge 4.20'de verilmiştir.

Çizelge 4.20. Ürün etiketini okumama gerekçesine yönelik bulgular

Ürün Etiketini Okumama Gerekçesi	N	%
Genelde bilinen markayı aldığım için	96	20,0
Bilgiler gerçeği yansıtmadığı için	26	5,4
Yazıları anlamadığım için	16	3,3
Yazılar çok küçük olduğu için	55	11,5
Diğer	9	1,9
Cevapsız	277	57,8

Ürün etiketi okumuyorum diyen sağlık çalışanı sayısı 202'dir. Bunlardan %20'si genelde bilinen markayı aldığı için, %5.4'ü bilgilerin gerçeği yansıtmadığını düşündüğü için, %3.3'ü yazıları anlamadığı için, %11.5'i yazıları çok küçük gördüğü için ürün etiketlerini okumadığını ifade etmiştir.

Gül F. (2018)'in yapmış olduğu çalışma da besin etiketlerini okumayan bireylerin %38.3'ünün genel gerekçe olarak "ne aldığımı biliyorum, gerek yok" dediği saptanmıştır. Güneş vd. (2014)'ün yapmış oldukları çalışmada da yine aynı şekilde katılımcıların etiket okumama nedenleri arasında okumaya gerek duymayanların oranı %32.1 bulunmuştur. Çalışma bu yönüyle bu iki çalışma ile kıyaslandığında benzerlik göstermektedir.

Alınan gıdanın besin değerine dikkat etme durumu ile eğer dikkat ediliyorsa hangi değerlere daha çok dikkat edildiği analiz edilmiş olup bulgular Çizelge 4.21'de belirtilmiştir.

Çizelge 4.21. Alınan gıdaların besin değerlerine dikkat etme durumu ve dikkat edilen besin değerlerine ilişkin bulgular

Alınan Gıdaların Besin Değerlerine Dikkat Etme Durumu	n	%
Evet	305	63,7
Hayır	174	36,3
En Çok Dikkat Edilen Besin Değerleri	n	%
Enerji Değeri	183	13,2
İlave Şeker Miktarı	183	13,2
Protein Miktarı	176	12,7
Karbonhidrat Miktarı	163	11,8
Yağ Çeşidi ve Miktarı	160	11,6
Vitamin-Mineral İçeriği	127	9,2
Günlük Besin Değerini Karşılama Yüzdesi	105	7,6
Sodyum/Tuz Miktarı	105	7,6
Lif Miktarı	101	7,3
Az Yağlı, Posa Kaynağı Gibi İbareler	79	5,7

Araştırmaya katılan kişilerin %63.7'si aldıkları gıdaların besin değerlerine bakmaktadır. Bu bağlamda söz konusu 305 kişinin en çok baktıkları besin değerleri; enerji değeri (%13.2) ve ilave şeker miktarıdır (%13.2). En az baktıkları besin değeri ise az yağlı, posa kaynağı gibi ibarelerdir (%5.7).

Coşkun F. ve Kayışoğlu S., (2018)'de yapmış oldukları araştırmada bayanlar gıda satın alırken besleyici özelliklere dikkat etme durumu olarak en fazla oranda içerdiği vitaminleri belirtip en düşük oranda bir porsiyonun ne kadar olduğunu belirtirken aynı çalışmada baylar en fazla besleyici özelliklere dikkat etme durumunu sağlık problemleri ile ilişkili olduğunu bildiren cümleler olduğunu belirtirken, en az oranda da en düşük oranda düşük yağlı, "light", iyi lif kaynağı gibi ibarelerin olduğunu belirtmişlerdir. Bu iki çalışma da en az dikkat edilen özelliğin az yağlı, lif kaynağı gibi ibareler olma konusunda benzerlik göstermektedir.

Etiketlerin gıdalarla ilgili yeterli olup olmadığına yönelik bulgular Çizelge 4.22'de gösterilmiştir.

Çizelge 4.22. Etiketlerin gıdalarla ilgili yeterli olup olmadığına ilişkin bulgular

Etiketlerin Gıdalarla İlgili Yeterli Olma Durumu	n	%
Evet	165	34,4
Hayır	314	65,6

Araştırmaya katılan kişilerin %34,4'ü etiketlerin gıdalarla ilgili olarak yeterli olduğunu düşünürken, %65,6'sının yeterli olmadığını düşündüğü ortaya çıkmıştır.

Besler vd. (2012) etiket üzerindeki terim/beyan/değer/besin değerlerini anlamada yetersiz olunması, bilgilerin etiket üzerinde iyi gösterilmemesi, bilinmeyen terimlerin bulunması ve yazan bilgilerin doğruluğuna ilişkin kaygılar, Türk tüketicilerinin etiket okumalarına neden olduğunu belirtmektedir. Aynı şekilde bu çalışmada da geçmiş yıllara ait olan bu çalışma gibi tüketicilerin etiket bilgilerini yetersiz bulduğu benzerlik göstermektedir.

Besin etiketlerindeki seçeneklerden hangilerinin daha güvenilir olduğuna yönelik olarak katılımcıların vermiş oldukları cevaplar Çizelge 4.23'te gösterilmiştir.

Çizelge 4.23. Besin etiketlerindeki en güvenilir seçeneklere ilişkin bulgular

Besin Etiketlerindeki En Güvenilir Seçenekler	n	%
Katkısız, %100 Doğal	327	31,4
Koruyucu İçermez	249	23,9
Şeker İlavesiz	182	17,5
Sağlıklı	84	8,1
İyi Posa Kaynağı	63	6,0
Ekstra Yağsız	48	4,6
Düşük Posa	32	3,1
Light	32	3,1
Düşük Kolesterol	25	2,4

Araştırmaya katılan kişiler besin etiketlerindeki katkısız, %100 ibaresini en güvenilir olduğunu düşünürken, düşük kolesterol seçeneğini ise en güvensiz buldukları tespit edilmiştir.

Çinpolat C. (2006)'nın yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılan tüketicilerin %33,2'si etiketlerdeki "düşük kolesterollü" ibaresine pek güvenmediklerini, %30,4'ü biraz güvendiklerini, %20,5'i çok güvendiklerini belirtirken; %13,2'si hiç güvenmemektedir. Etiketinde katkısız, %100 doğal yazan besinlere ne kadar

güveniyorsunuz?” sorusuna erkeklerde biraz güvenenler (%34.5), kadınlarda ise pek güvenmeyenler (%39.1) çoğunluktadır. Erkeklerde pek güvenmeyenler (%33.7), kadınlarda biraz güvenenler (%28.2) ikinci sırada yer alırken, erkeklerde üçüncü sırada hiç güvenmeyenlerin (%17.3), kadınlarda ise çok güvenenlerin (%20.0) geldiği saptanmıştır. Yapmış olduğumuz çalışmayla bu çalışmanın ‘‘düşük kolesterollü’’ ibaresine az güven oluşu benzerlik göstermektedir ancak ‘‘katkısız, %100 doğal’’ ibaresine olan güven duygusu kıyaslandığında yıllar içinde artmış olduğu görülmektedir.

Besinler satın alınırken katılımcıların en fazla dikkat ettikleri özellikler analiz edilmiş olup elde edilen bulgular Çizelge 4.24’te verilmiştir.

Çizelge 4.24. Besin alınırken dikkat edilen özelliklere ilişkin bulgular

Besin Alınırken En Fazla Dikkat Edilen Özellikler	n	%
Son Kullanma Tarihi	379	18,2
Tazeliği	301	14,4
Organik Olması	293	14,1
Mevsiminde Olması	271	13,0
Fiyatı	260	12,5
Katkı Maddesi İçermemesi	239	11,5
İçindekiler	181	8,7
Ambalajlı Olması	124	5,9
Diyet Ürün Olması	37	1,8

Araştırmaya katılan kişiler besin alırken en fazla ürünün son kullanma tarihine (%18.2) bakarken; ürünün diyet ürün olmasına (%1.8) ise en düşük düzeyde dikkat ettikleri tespit edilmiştir.

Mercan (2019) yaptığı çalışmada gıda etiketi okuma alışkanlığı olan bireylerin %59,3’ü içindekiler bilgisine, %23,4’ü içindekilerin miktarına, %15,6’sı ürünün ağırlığına, %65,6’sı üretim tarihine, %98,4’ü son kullanma tarihine, %28,1’i menşesine, %46,8’i katkı maddelerine, %35,9’u saklama koşullarına, %29,6’sı üretici firmaya, %18,7’si kalite standartlarına, %20,3’ü sağlık problemleri ile ne derece ilişkili olduğunu bildiren cümlelere, %39’u organik ürün olup olmadığına dikkat ettiği belirtilmiştir. Bu iki çalışma kıyaslandığında en yüksek oranda dikkat edilen özellik son kullanma tarihi olması benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların gıda etiketini okumalarını etkileyen faktörler analiz edilmiş olup elde edilen bulgular Çizelge 4.25'te verilmiştir.

Çizelge 4.25. Gıda etiketini okumayı etkileyen faktörler

Gıda Etiketini Okumayı Etkileyen Faktörler	n	%
Piyasaya Yeni Çıkmış Bir Ürün Olması	280	23,3
Çocuklara Gıda Satın Alma	274	22,8
Sizde ya da Ailenizde Gıda Bağlantılı Bir Sorun Olması	220	18,3
Ürün Karşılaştırması Yapmak	199	16,6
Formu Korumak	122	10,2
Kilo Verme Programı Yapmak	105	8,8

Piyasaya bir ürünün yeni çıkmış olması sağlık sektörü çalışanlarının gıda etiketlerini okumalarını en fazla (%23.3) etkileyen faktör iken, kilo verme programı yapmaları ise gıda etiketini okumalarını en az (%8.8) etkileyen faktör olarak tespit edilmiştir.

Aygen (2012) yapmış olduğu çalışmada katılımcıların %68'i "piyasaya yeni çıkmış bir ürün ise", %67'si "ürünü ilk kez satın alıyorlarsa ya da sık sık satın almadıkları bir ürün satın alıyorlarsa", %66'sı "çocukları için satın alıyorlarsa", %62'si "iki farklı markanın ürününü karşılaştıracaklarsa", %61'i "kendilerinde ya da ailelerinin bir ferdinde gıda bağlantılı bir sorun varsa", %60'ı "formlarını korumak / fit olmak için", %58'i ise "kilo vermek için rejim yapıyorlarsa" gıda etiketlerini "her zaman" ya da "sık sık" okuyacaklarını belirtmişlerdir. Bu iki çalışma kıyaslama yapıldığında etiket okumayı etkileyen faktörlerin önem sıralaması yıllar geçse de sonuç benzer çıkmıştır.

Katılımcılara yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin bulunmasının gerekli olup olmadığı sorulmuş ve eğer gerekli ise neden gerekli olduğunu belirtmeleri istenmiştir. Elde edilen bulgular Çizelge 4.26'de belirtilmiştir.

Çizelge 4.26. Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin bulunmasının gerekli olup olmadığına ilişkin bulgular

Yiyecek Ambalajı Üzerinde Besin Etiketinin Bulunmasının Gerekli Olup Olmama Durumu	n	%
Evet	446	93.1
Hayır	33	6.9
Yiyecek Ambalajı Üzerinde Besin Etiketinin Bulunmasının Gerekli Olma Nedeni	n	%
Doğru ve dengeli beslenmeyi sağlayacağı için	163	34.0
Beslenme bilgisini arttırabileceği için	72	15,0
Besin değeri yüksek olan yiyecek seçimine yardımcı olacağı için	96	20.0
İmalatçının daha besleyici yiyecek üretmesini sağlayacağı için	24	5.0
Diğer	91	19.0

Araştırmaya katılan 479 kişiden 446'sı (%93.1) yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerektiğini belirtmiştir. Söz konusu kişilerden %34'ü doğru ve dengeli beslenmeyi sağlayacağı için, %15'i beslenme bilgisini arttırabileceği için, %20'si besin değeri yüksek olan yiyecek seçimine yardımcı olacağı için, %5'i imalatçının daha besleyici yiyecek üretmesini sağlayacağı için besin etiketinin olması gerektiğini belirtmiştir. Ayrıca diğer seçeneğini işaretleyen kişilerin oranının %19 olduğu ve bunların genel olarak bütün gerekçelere katıldıklarını belirttikleri tespit edilmiştir.

Çinpolat (2006) yaptığı çalışmada erkek ve kadınların besin etiketini gerekli bulma nedenlerinin en başında sağlıklı ve dengeli beslenmeye yönlendirme sebebi gelmektedir. Bunu ikinci olarak beslenme bilgisini artırma, üçüncü olarak besin değeri yüksek olan besini seçme, dördüncü olarak doğru pişirme yöntemlerini öğretme ve son olarak besin içeriğini zenginleştirme konusunda üreticiyi yönlendirme seçenekleri izlemektedir. Bu çalışma ile kıyaslama yapıldığında besin etiketlerini gerekli bulma nedenleri birbiriyle sıralaması dahil benzerlik göstermektedir.

Mesleğin besinleri satın alırken seçimleri etkileme durumu analiz edilmiştir. Bu çerçevede katılımcıların verdikleri cevaplar Çizelge 4.27'de verilmiştir.

Çizelge 4.27. Mesleğin besin seçimini etkileme durumuna ilişkin bulgular

Mesleğin Besinleri Satın Alırken Seçimleri Etkileme Durumu	n	%
Evet	216	45.1
Hayır	263	54.9

Sağlık sektörü çalışanlarının %45.1'i mesleğin besin seçiminde etkili olduğunu düşünürken, %54.9'unun mesleğin etkisinin olmadığını görüşündedir.

Güneş vd. (2014) yaptıkları çalışmada, etiket okuma alışkanlığı ile cinsiyet, yaş, BKİ, meslek grupları arasında bir ilişki bulunmazken, eğitim durumu ile etiket okuma alışkanlığının ilişkili olduğu ve eğitim düzeyi yükseldikçe etiket okuma alışkanlığının arttığı tespit edilmiştir. Bu bilgiyle doğru orantılı olarak bu çalışmadaki anketi cevaplayan sağlık çalışanları aynı şekilde besin seçiminde mesleğin etkisi olmadığını düşünmektedir.

Katılımcılara etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceklerini düşünüp düşünmedikleri ve dengeli beslenmede etiket bilgilerinin yeri sorulmuş olup elde edilen cevaplar Çizelge 4.28'de belirtilmiştir.

Çizelge 4.28. Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabilme durumu ve etiket bilgilerinin dengeli beslenmedeki yerine ilişkin bulgular

Etiket Bilgilerini Okuyarak Dengeli Beslenme Yapabilme Durumu	n	%
Evet	222	46.3
Hayır	257	53.7
Etiket Bilgilerinin Dengeli Beslenmedeki Yeri	n	%
Etiketler besin değeri yüksek gıdaları seçmeye yardımcı olur	55	11.5
Beslenme bilgilerini artırır	60	12.5
Etiketler doğru ve dengeli bir beslenme sağlamaya yardımcı olur	107	22.3

Araştırmaya katılan 479 kişiden 222'si (%46.3) etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenmenin yapılacağını düşünmektedir. Söz konusu kişilerden %11.5'i etiketlerin besin değeri yüksek gıdaları seçmeye yardımcı olduğunu, %12.5'i beslenme bilgilerini arttırdığını ve %22.3'ü de etiketlerin doğru ve dengeli bir beslenme sağlamaya yardımcı olacağını ifade ettiği tespit edilmiştir.

Etiketlerin okunması bilinçli satın alma ve sağlıklı beslenme için tüketicinin yapabileceği en önemli davranış biçimi olarak belirtilmektedir (Satia vd. 2005). Bu

bilgiyle doğru orantılı olarak bu araştırmaya katılan kişiler de etiket okumanın doğru ve dengeli beslenmeye yardımcı olabileceğini, etiket okumanın kişilerin beslenme bilgisini artırabileceğini düşünmektedir. İlk soruda kişilerin çoğunluğunun etiket okumanın dengeli beslenme için tek başına yeterli olmaması durumundan ötürü daha çok ‘hayır’ şıkkını işaretledikleri düşünülmektedir.

Katılımcılara bir gıda etiketinin kendilerine hangi konuda bilgi vermesi gerektiğini belirtmeleri istenmiş olup katılımcıların verdikleri cevaplar Çizelge 4.29’da verilmiştir.

Çizelge 4.29. Gıda etiketinden beklenen bilgiye ilişkin bulgular

Gıda Etiketinden Beklenenler	N	%
Sağlıklı ve kaliteli mal alabilmek için gerekli bilgiyi elde edebiliyor muyum?	236	49.3
Gıda etiketleri üzerinde bilgiler benim gıda/sağlık sorunlarıma cevap veriyor mu?	72	15.0
Gıda etiketleri üzerinde diyetle ilgili yeterli bilgi bulabiliyor muyum?	26	5.4
Gıda etiketleri üzerinde kalori oranı ile ilgili yeterli bilgi bulabiliyor muyum?	33	6.9
Diğer	112	23.4

Katılımcıların gıda etiketlerinden beklentileri incelendiğinde; %49.3’ünün sağlıklı ve kaliteli mal alabilmek için gerekli bilgiyi elde edemediklerini, %15’inin gıda etiketleri üzerindeki bilgilerin gıda/sağlık sorunlarına cevap verip vermediğini, %5.4’ünün gıda etiketleri üzerinde diyetle ilgili yeterli bilgi bulup bulmadıklarını, %6.9’unun gıda etiketleri üzerinde kalori oranı ile ilgili yeterli bilgi bulup bulmadıklarını bekledikleri tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların %23.4’ü gıda etiketlerinin bütün sorulara cevap verip vermediğine dikkat ettikleri belirlenmiştir.

Çınar ve Sağlık (2007)’ın yaptıkları çalışmada; katılımcıların, %40.8’i pazardan sağlıklı ve kaliteli mal alabilmek için gerekli bilgiyi elde edebiliyor muyum, %26.5’i gıda etiketleri üzerindeki bilgiler benim gıda/sağlık sorunlarıma cevap veriyor mu, %11.5’i diyetle ilgili yeterli bilgi bulabiliyor muyum ve %21.3’ü kalori oranı ile ilgili sorulara cevap aradıklarını ifade etmişlerdir. Çınar ve Sağlık (2007)’ın yaptıkları araştırma, bu yönüyle yapılan bu araştırmayla benzerlik göstermektedir.

Katılımcılara etiketleri şekil, boyut, format gibi özellikler bakımından yeterli görüp görmedikleri ve eğer yetersiz ise hangi özelliklerinin yetersiz olduğunu ifade etmeleri istenmiştir. Katılımcıların vermiş oldukları cevaplar Çizelge 4.30'da gösterilmiştir.

Çizelge 4.30. Etiketlerin şekil, boyut, format gibi özellikler bakımından yeterli olup olmama durumuna ilişkin bulgular

Etiketlerin Şekil, Boyut, Format Gibi Özellikler Bakımından Yeterli Olup Olmama Durumu	N	%
Yeterli Buluyorum	93	19.4
Yetersiz Buluyorum	226	47.2
Kararsızım	160	33.4
Etiketlerin Yetersiz Olduğu Özellikleri	N	%
Şekil	17	3.5
Boyut	105	22.0
Format	57	11.9
Hepsi	47	9.8

Araştırmaya katılan kişilerin %19.4'ü etiketlerin şekil, boyut ve format gibi özellikler yönünden yeterli olduğunu, %47.2'si yetersiz olduğunu ve %33.4'ü kararsız olduğunu belirtmiştir. Yetersiz olduğunu ifade eden kişilerin %3.5'i etiketleri şekil yönünden, %22'si boyut yönünden, %21.9'u format yönünden yetersiz görürken, %9.8'inin ise bütün özelliklerini yetersiz gördükleri tespit edilmiştir.

Çelik (2010)'in yaptığı çalışmada katılımcıların %28.4'ü etiketleri şekil, boyut ve format bakımından, %23.3'ü sadece boyut bakımından, %16.4'ü şekil ve boyut bakımından, %14.7'si sadece şekil bakımından, %8.6'sı sadece format bakımından, %5.2'si boyut ve format bakımından, %3.4'ü şekil ve format bakımından yetersiz bulmuşlardır. Bu çalışma Çelik'in yaptığı çalışmayla kıyaslandığında etiketin tüm özelliklerini birden yetersiz bulunma oranı azalmıştır. Bunun nedeninin, tüketicilerin bilinç düzeyinin artması sonucu firmaların etiketleri şekil, boyut ve format bakımından daha anlaşılır, güvenilir hale getirdikleri düşünülmektedir.

Katılımcılara etiketler üzerinde dikkatlerini çeken özelliklerin hangisi olduğu sorulmuş olup elde edilen bulgular Çizelge 4.31'de gösterilmiştir.

Çizelge 4.31. Etiketler üzerinde dikkat çeken özelliklere ilişkin bulgular

Etiketlerde Dikkat Çeken Özellikler	N	%
İşaretler	122	25.5
Renkler	165	34.4
Semboller	111	23.2
Grafikler	81	16.9

Araştırmaya katılan kişilerin %25.5'i etiketlerin üzerindeki işaretlerin, %34.4'ü renklerin, %23.2'si sembollerin ve %16.9'u grafiklerin daha çok dikkatlerini çektiğini belirtmiştir.

Tüketiciler ihtiyaçlarıyla ilgili bir satın alma kararı verdiklerinde binlerce ürünle karşı karşıya kaldıkları bu aşamada ambalaj sessiz satıcı işlevini yerine getirecek şekilde tüketiciyi özendirmelidir. Ambalajın büyüklüğü, şekli ve rengi gibi göze hitap eden özellikleri alış-veriş yapan kişinin ilgisini çekebilir ve tepkisel satın almayı cesaretlendirebilir (Berkman vd. 1997). Bu bilgiyle doğru orantılı olarak ankete katılan tüketiciler en çok dikkat ettikleri özellikleri en çok renk ve işaretler olarak belirtmişlerdir.

Katılımcılara etiketler üzerindeki ürün miktar ölçüsünün nasıl olması gerektiği sorulmuş olup elde edilen bulgular Çizelge 4.32'de gösterilmiştir.

Çizelge 4.32. Etiketler üzerindeki ürün miktar ölçüsüne ilişkin bulgular

Etiketler Üzerindeki Ürün Miktar Ölçüsü	N	%
Gram	81	16.9
Porsiyon	32	6.7
Hem Gram Hem Porsiyon	366	76.9

Etiketler üzerindeki ürün miktar ölçüsü konusunda katılımcıların büyük bir çoğunluğunun (%76.9) hem gram hem de porsiyon şeklinde olması gerektiğini belirttiği tespit edilmiştir.

Çınar ve Sağlık (2007)'in ve Çelik (2010)'in yapmış oldukları çalışmalarda; ankete katılanlar etiket üzerindeki bilgilerde ürün miktar ölçüsünün %42.0'ı gram, %3.0'ı porsiyon, %55.0'ı hem gram hem de porsiyon olarak belirtilmesini istemişlerdir. Bu iki çalışma yapılan çalışma ile benzer sonuç göstermektedir.

4.3. SAĞLIK PERSONELİNİN GÖREVLERİ İLE ÜRÜN ETİKETİ OKUMA DURUMLARINA İLİŞKİN BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında Karabük İl Sağlık Müdürlüğü'ne bağlı çalışan sağlık personelinin ürün etiketi okuma durumları ile görevleri arasında ilişki olup olmadığı veya personelin görev türüne göre ürün etiketi okuma durumlarının anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği Ki-Kare analizi ile test edilmiştir. Bu çerçevede; sağlık personelinin, satın aldığı ürünler üzerindeki etiketleri okuma durumunun görevleri açısından dağılımına ilişkin bulgular Çizelge 4.33'te verilmiştir.

Çizelge 4.33. Satın alınan ürünler üzerindeki etiketlerin okunma durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev	Satın Alınan Ürünlerin Üzerindeki Etiketleri Okuma Durumu			Toplam	
	Evet	Hayır	Bazen		
Doktor	n	47	11	26	84
	%	56.0	13.1	31.0	100
Hemşire	n	113	0	22	135
	%	83.7	0.0	16.3	100
Ebe	n	29	0	17	46
	%	63.0	0.0	37.0	100
Sağlık Teknikeri	n	41	3	48	92
	%	44.6	3.3	52.2	100
Diğer	n	75	4	43	122
	%	61.5	3.3	35.2	100
Toplam	n	305	18	156	479
	%	63.7	3.8	32.6	100

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevleri ile satın aldıkları ürünlerin üzerindeki etiketi okuma durumları arasında anlamlı bir ilişki vardır ($X^2=63.531$; $p=0,000$). Bu çerçevede; 84 doktordan 47'si, 135 hemşireden 113'ü, 46 ebeden 29'u, 92 sağlık teknikerinden 41'i, 122 diğer personelden 75'i satın aldıkları ürünler üzerindeki etiketleri okuduğunu belirtmiştir.

Mercan (2019) yapmış olduğu çalışmada meslek gruplarında gıda etiketi okuma oranına baktığında doktorların %76.0'sının, hemşirelerin %54.1'inin, sağlık memurlarının %38.5'inin, sağlık teknisyenlerinin %30'unun, ebelerin %40'ının, diyetisyen, biyolog ve fizyoterapistlerin ise tamamının gıdaları alırken etiket

okuduğunu saptamıştır. Bu yapmış olduğumuz çalışmada ise doktorların her zaman etiket okuma oranı %56, hemşirelerin %83.7, ebelerin %63, sağlık teknikerlerinin %44.6, diğer sağlık çalışanlarının ise %61.5 olarak bulunmuştur. Bu iki çalışma kıyaslandığında yıllar içinde hemşirelerin ve sağlık teknisyenlerinin etiket okuma oranında artış olduğu gözlemlenmiştir. Bunun nedeninin yıllar geçtikçe gıda sektörünün de gelişmesi, etiket bilgilerine dikkat çekici özellikler eklenmesi ve tüketicilerin bilinç düzeyindeki artış olduğu düşünülmektedir.

Sağlık personelinin satın aldıkları ürünle ilgili ilk olarak baktıkları özelliklerin görevleri açısından dağılımına bakılmıştır. Elde edilen bulgular Çizelge 4.34'te verilmiştir.

Çizelge 4.34. Ürün alırken ilk bakılan özellikler ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev	Ürün Alırken İlk Bakılan Özellikler				Toplam	
	Marka	Etiket	Fiyat	Son Kullanma Tarihi		
Doktor	N	50	12	10	12	84
	%	59.5	14.3	11.9	14.3	100
Hemşire	N	72	7	12	44	135
	%	53.3	5.2	8.9	32.6	100
Ebe	N	23	0	4	19	46
	%	50.0	0.0	8.7	41.3	100
Sağlık Teknikeri	N	33	6	36	17	92
	%	35.9	6.5	39.1	18.5	100
Diğer	N	22	7	22	71	122
	%	18.0	5.7	18.0	58.2	100
Toplam	N	200	32	84	163	479
	%	41.8	6.7	17.5	34.0	100

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevleri ile ürün satın alırken ilk dikkat ettikleri ürün özellikleri arasında anlamlı bir ilişki vardır ($X^2=111.308$; $p=0,000$). Bu çerçevede; araştırmaya katılan personelin 200'ü ürünün markasına, 32'si ürünün etiketine, 84'ü ürünün fiyatına ve 163'ü ürünün son kullanma tarihine baktığını ifade etmiştir. Doktorlarda ilk bakılan özelliklerin başında marka, SKT ve etiket gelmektedir. Hemşirelerde ve ebelerde marka ile SKT, sağlık teknikerlerinde marka ve fiyat ilk bakılan özellikler arasında başta gelmektedir. Doktor, hemşire ve ebelerde sonucun benzer çıkmasına rağmen sağlık teknikerlerinin en çok orandan

baktıkları ilk özellik fiyat çıkmıştır. Bunun sebebinin mesleklerine bağlı olarak gelir düzeylerindeki farklılık olduğu düşünülmektedir.

Sağlık personelinin etiket üzerinde en çok baktıkları bileşen miktarının görevleri açısından dağılımı incelenmiş olup bulgular Çizelge 4.35'te verilmiştir.

Çizelge 4.35. Ürün üzerinde en çok bakılan bileşen miktarı ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Etiket Üzerinde En Çok Bakılan Bileşen Miktarı		Görev					Toplam
		Doktor	Hemşire	Ebe	Sağlık Teknikeri	Diğer	
Şeker	n	15	14	4	5	19	57
	%	26.3	24.6	7.0	8.8	33.3	100
Yağ	n	0	8	7	7	23	45
	%	0.0	17.8	15.6	15.6	51.1	100
Karbonhidrat	n	3	0	6	6	8	23
	%	13.0	0.0	26.1	26.1	34.8	100
Kalori	n	14	24	5	12	0	55
	%	25.5	43.6	9.1	21.8	0.0	100
Koruyucu	n	18	28	13	29	15	103
	%	17.5	27.2	12.6	28.2	14.6	100
Katkı Maddesi	n	31	42	5	29	53	160
	%	19.4	26.2	3.1	18.1	33.1	100
Hepsi	n	3	19	6	4	4	36
	%	8.3	52.8	16.7	11.1	11.1	100
Toplam	n	84	135	46	92	122	479
	%	17.5	28.2	9.6	19.2	25.5	100

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevlerine göre; etiket üzerinde en çok baktıkları bileşen miktarı arasında anlamlı bir ilişki vardır ($X^2=103.329$; $p=0,000$). Bu çerçevede; sağlık personelinin 19'u etiket üzerindeki şeker miktarına, 23'ü yağ miktarına, 8'i karbonhidrat miktarına, 15'i koruyucu miktarına, 53'ü katkı maddesi miktarına ve 4'ü de tümüne baktıkları görülmektedir. Ancak değerler incelendiğinde; katkı maddesi miktarına bakanların sayısının daha fazla olduğu görülebilmektedir. Doktorların en çok baktıkları bileşenler sırasıyla katkı maddesi, koruyucu, şeker ve kalori iken hemşirelerde katkı maddesi, koruyucu ve kalori olmuştur. Ebe ve sağlık teknikerlerinde de öncelikli katkı maddesi ve koruyucular ilk sırada gelmektedir. Bu sonuçlara bakıldığında bu farkların mesleki ayrımla ilişkili değil bireysel farklılıklar olduğu düşünülmektedir.

Tüm paketli gıdaların enerji ve besin değerlerinin içerik bakımından yeterli görülme durumu ile sağlık personelinin görevleri arasındaki ilişki incelenmiş olup bulgular Çizelge 4.36’da verilmiştir.

Çizelge 4.36. Paketli gıdaların enerji ve besin değerleri bakımından içeriklerinin yeterli olup olmama durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev		Paketli Gıdaların Enerji ve Besin Değerleri Bakımından İçeriklerinin Yeterli Olup Olmama Durumu		Toplam
		Evet	Hayır	
Doktor	N	19	65	84
	%	22.6	77.4	100
Hemşire	N	22	113	135
	%	16.3	83.7	100
Ebe	N	13	33	46
	%	28.3	71.7	100
Sağlık Teknikeri	N	17	75	92
	%	18.5	81.5	100
Diğer	N	25	97	122
	%	20.5	79.5	100
Toplam	N	96	383	479
	%	20.0	80.0	100

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevlerine göre; paketli gıdaları enerji ve besin içeriği bakımından yeterli görüp görmeme durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($X^2=3.625$; $p=0,459$). Mesleki ayırım olmaksızın sağlık personellerinin çoğu paketli gıdaların enerji ve besin değeri bakımından içeriklerini yeterli bulmamaktadır.

Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığının bilinme durumu ile sağlık çalışanlarının görevleri arasında anlamlı bir dağılım olup olmadığı test edilmiş olup elde edilen bulgular Çizelge 4.37’de belirtilmiştir.

Çizelge 4.37. Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığının bilinme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev	Gıda Katkı Maddelerinin Ürünlerde Ne Amaçla Kullanıldığının Bilinme Durumu		Toplam	
	Evet	Hayır		
Doktor	N	45	39	84
	%	53.6	46.4	100
Hemşire	N	73	62	135
	%	54.1	45.9	100
Ebe	N	35	11	46
	%	76.1	23.9	100
Sağlık Teknikeri	N	38	54	92
	%	41.3	58.7	100
Diğer	N	36	86	122
	%	29.5	70.5	100
Toplam	N	227	252	479
	%	47.4	52.6	100

Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığının bilinme durumu, sağlık personelinin görev türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($X^2=35.914$; $p=0,000$). Bu çerçevede 84 doktordan 45'i gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 39'u ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 135 hemşireden 73'ü gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 62'si ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 46 ebeden 35'i gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 11'i ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 92 sağlık teknikerinden 38'i gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 54'ü ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 122 diğer personelden 36'sı gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 86'sı ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. Mesleki ayırım olarak değerlendirme yapıldığında diğer meslek gruplarında çoğunluk ne amaçla kullanıldığını bilmezken ebelerde çoğu hangi amaçla kullanıldığını bildikleri gözlemlenmiştir.

Yabancı ürünlerdeki "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamının bilinme durumu sağlık çalışanlarının görev türleri açısından karşılaştırılmıştır. Ortaya çıkan sonuçlar Çizelge 4.38'de belirtilmiştir.

Çizelge 4.38. “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev		“Low Fat” veya “Fat Free” Kelimelerinin Anlamının Bilinme Durumu		Toplam
		Evet	Hayır	
Doktor	N	74	10	84
	%	88,1	11,9	100
Hemşire	N	74	61	135
	%	54,8	45,2	100
Ebe	N	25	21	46
	%	54,3	45,7	100
Sağlık Teknikeri	N	41	51	92
	%	44,6	55,4	100
Diğer	N	40	82	122
	%	32,8	67,2	100
Toplam	N	254	225	479
	%	53,0	47,0	100

Yabancı ürünlerdeki “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu, sağlık personelinin görev türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($X^2=64.388$; $p=0,000$). Buna göre; 84 doktordan 74’ünün “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını bildiği; 10’unun bu terimlerin ne anlama geldiğini bilmediği belirlenmiştir. 135 hemşireden 74’ü “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını bilirken; 61’inin ne anlama geldiğini bilmediği tespit edilmiştir. 46 ebeden 25’i “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını bilirken; 21’inin bu terimlerin ne anlama geldiğini bilmediği belirlenmiştir. 92 sağlık teknikerinden 41’i “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını bilirken; 51’i ne anlama geldiğini bilmemektedir. Bununla birlikte 122 diğer sağlık personelinden 40’ı “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını bilirken; 82’sinin ne anlama geldiğini bilmediği ortaya çıkmıştır. Anlamalarını bilme oranları çoktan aza doğru sıralama yapıldığında öncelikli olarak doktorlar sonrasında hemşireler bunları takiben ebeler, sağlık teknikerleri ve diğer sağlık çalışanları gelmektedir.

İçecekler üzerindeki “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu sağlık çalışanlarının görev türleri açısından karşılaştırılmıştır. Ortaya çıkan sonuçlar Çizelge 4.39’da gösterilmiştir.

Çizelge 4.39. İçecekler üzerindeki “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev	İçecekler Üzerindeki “Light” veya “Sugar Free” Kelimelerinin Anlamının Bilinme Durumu		Toplam	
	Evet	Hayır		
Doktor	N	81	3	84
	%	96.4	3.6	100
Hemşire	N	124	11	135
	%	91.9	8.1	100
Ebe	N	43	3	46
	%	93.5	6.5	100
Sağlık Teknikeri	N	76	16	92
	%	82.6	17.4	100
Diğer	N	78	44	122
	%	63.9	36.1	100
Toplam	N	402	77	479
	%	83.9	16.1	100

İçecekler üzerindeki “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamının bilinme durumu, sağlık personelinin görev türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($X^2=55.390$; $p=0,000$). Buna göre; “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamını bilen sağlık personelinden 81’i doktor, 124’ü hemşire, 43’ü ebe, 76’sı sağlık teknikeri ve 78’i diğer sağlık personelinden oluşmaktadır. Genel olarak bakıldığında “light” veya “sugar free” kelimelerin ne anlama geldiğini bilenlerin ($n=402$) sayısının, bilmeyenlerden ($n=77$) daha fazla olduğu söylenebilir.

Alınan gıdaların besin değerleri bilgilerine dikkat etme durumu sağlık çalışanlarının görevleri açısından karşılaştırılmıştır. Tespit edilen sonuçlar Çizelge 4.40’da verilmiştir.

Çizelge 4.40. Alınan gıdaların besin değerleri bilgilerine dikkat etme durumu ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev		Alınan Gıdaların Besin Değerleri Bilgilerine Dikkat Etme Durumu		Toplam
		Evet	Hayır	
Doktor	N	60	24	84
	%	71.4	28.6	100
Hemşire	N	69	66	135
	%	51.1	48.9	100
Ebe	N	42	4	46
	%	91.3	8.7	100
Sağlık Teknikeri	N	63	29	92
	%	68.5	31.5	100
Diğer	N	71	51	122
	%	58.2	41.8	100
Toplam	N	305	174	479
	%	63.7	36.3	100

Alınan gıdaların besin değerleri bilgilerine dikkat etme durumu, sağlık personelinin görev türü açısından anlamlı farklılık göstermektedir ($X^2=29.079$; $p=0,000$). Buna göre; gıdaların besin değeri bilgilerini dikkate alan sağlık personelinin 60'ı doktor, 69'u hemşire, 42'si ebe, 63'ü sağlık teknikeri ve 71'i diğer sağlık personelinin oluşmaktadır. Genel olarak bakıldığında; gıdaların besin değeri bilgilerine dikkat eden personelin ($n=305$), dikkat etmeyenlerden ($n=174$) daha fazla olduğu görülmektedir.

Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerekliliği sağlık çalışanlarının görevleri açısından karşılaştırılmıştır. Tespit edilen sonuçlar Çizelge 4.41'de verilmiştir.

Çizelge 4.41. Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerekliliği ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev		Yiyecek Ambalajı Üzerinde Besin Etiketinin Olması Gerekliliği		Toplam
		Evet	Hayır	
Doktor	N	75	9	84
	%	89.3	10.7	100
Hemşire	N	129	6	135
	%	95.6	4.4	100
Ebe	N	43	3	46
	%	93.5	6.5	100
Sağlık Teknikeri	N	86	6	92
	%	93.5	6.5	100
Diğer	N	113	9	122
	%	92.6	7.4	100
Toplam	N	446	33	479
	%	93.1	6.9	100

Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerekliliği ile personelin görev türü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($X^2=3.248$; $p=0,517$).

Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceği düşüncesi, sağlık çalışanlarının görevleri açısından karşılaştırılmıştır. Ulaşılan sonuçlar Çizelge 4.42'de verilmiştir.

Çizelge 4.42. Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceği düşüncesi ile personelin görev türü arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

Görev		Etiket Bilgilerini Okuyarak Dengeli Beslenme Yapabileceği Düşüncesi		Toplam
		Evet	Hayır	
Doktor	N	36	48	84
	%	42.9	57.1	100
Hemşire	N	49	86	135
	%	36.3	63.7	100
Ebe	N	16	30	46
	%	34.8	65.2	100
Sağlık Teknikeri	N	50	42	92
	%	54.3	45.7	100
Diğer	N	71	51	122
	%	58.2	41.8	100
Toplam	N	222	257	479
	%	46.3	53.7	100

Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceği düşüncesi, sağlık personelinin görev türü açısından anlamlı farklılık göstermektedir ($X^2=17.627$; $p=0,001$). Buna göre; 84 doktordan 36'sı etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini düşünürken; 48'i sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. 135 hemşireden 49'u etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini düşünürken; 86'sı sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. 46 ebeden 16'sı etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini düşünürken; 30'u sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. 92 sağlık teknikerinden 50'si etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini düşünürken; 42'si sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. Bununla birlikte 122 diğer sağlık personelinden 71'i etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini düşünürken; 51'i sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. Teknikerlerde ve diğer meslek gruplarında etiket okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini söyleyenlerin yüzdesi daha fazlayken, doktor, hemşire ve ebelerde etiket okuyarak sağlıklı beslenme yapılabileceğini söyleyenlerin yüzdesi daha düşüktür. Bunun nedeninin etiket okumanın katkı sağlamayacağını düşünmeleri değil tek başına etiket okumanın dengeli beslenmek için yeterli olmadığını düşünmelerinden dolayıdır diye yorumlanabilir.

BÖLÜM 5

SONUÇ VE ÖNERİ

Etiket okuma alışkanlığının araştırıldığı bu çalışmaya toplam 479 sağlık çalışanı katılmıştır. Araştırmaya söz konusu kişilerin %63.7'si ürün alırken üzerindeki etiketi okuduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda etiketi en çok okunan ilk beşinci sıradaki besin gruplarına bakıldığında; birinci sırada süt ve süt ürünleri; ikinci sırada et, balık ve tavuk ürünleri; üçüncü sırada dondurulmuş ürünler; dördüncü sırada ilk defa alınan ürünler ve beşinci sırada salça ve konserveler oldukları görülmüştür.

Sağlık çalışanlarının çok az bir kısmı ürün etiketlerini okumadığını ifade etmekle birlikte büyük çoğunluğunun çeşitli düzeylerde etiketleri okudukları tespit edilmiştir. Katılımcıların %41.8'i ürün alırken ilk olarak markasına, %6.7'si etiketine, %17.5'i fiyatına ve %34'ü son kullanma tarihine baktığını ifade etmiştir. Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının %25.7'si etiket üzerindeki yazıların büyüklüğünü yeterli görürken, %74.3'ü yazıları yeterli büyüklükte görmemektedir. Buna bağlı olarak katılımcıların %27.8'i etiket üzerinde bilgileri anlarken, %58.7'si kısmen anladığını ifade etmiştir. Buna karşın %13.6'sı etiket üzerindeki bilgileri anlamadığını belirtmiştir.

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğunun, TSE'nin Türk Standartları Enstitüsünün mührü olduğunu bildiği ortaya çıkmıştır. Buna karşın katılımcıların %71'i CE'nin Avrupa Birliği Standartlarının mührü olduğunu bilirken, %29'unun bu konuda bilgi sahibi olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğunun ürün etiketlerine bakarken ürünlerde koruyucu ve katkı maddesi olup olmadığına daha fazla baktıkları tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu ürün etiketleri üzerindeki bilgilerin daha basit olması gerektiğini düşünürken, çok az bir kısmı daha basit olmasını istemediği ortaya çıkmıştır. Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu tüm paketli gıdalarda günlük ihtiyaç karşılama miktarının yazılması gerektiğini belirtmiştir. Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının büyük bir çoğunluğu tüm paketli gıdalarda enerji ve besin değerleri bakımından içeriğin kapsamını yeterli bulmadığı ortaya çıkmıştır.

Sağlık alışanlarının büyük bir bölümü ürün içindeki maddelerden hangilerinin sakıncalı olduğunun açıkça yazılması gerektiğini düşünmektedir. Sağlık alışanlarının %47.4' ürünlerde gıda katkı maddelerinin ne amaçla kullanıldığını bilirken, %52.6'sının bu konuda bir bilgisinin olmadığı tespit edilmiştir. Gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığına yönelik olarak verilen çoklu yanıtlar incelendiğinde; lezzeti artırmak veya arzu edilen rengi vermenin birinci sırada; ürünün kıvamını sağlamının ikinci sırada yer aldığı görülmüştür.

Sağlık alışanlarının çok az bir kısmı etiket zerindeki E kodların ne anlama geldiğini bilmiştir. Ancak bunlardan 21'i Monosodyum Gulutamat'ın, 20'si Askorbik Asitin, 11'i Gliserol'un, 13' Lesitinler'in, 13' Sitrik Asitin ve 10'u Mannitol'un kodunu doğru bilmiştir.

Sağlık alışanlarının geneli ürünlerin son kullanma tarihlerine bakmaktadır. Buna bağlı olarak sağlık çalışanlarının %72'si tüm ürünlerin son kullanma tarihlerine baktıkları belirlenmiştir.

Sağlık alışanlarının geneli yumurtaların üzerine vurulan tarihe ve yetiştirme koşullarına bakarken, çok az bir kısmı bakmamaktadır.

Sağlık alışanlarının çok azı devamlı satın aldıkları bir markanın ürün etiketine hiç bakmamaktadır. Buna karşın büyük bir kısmı çeşitli aralıklarla aldıkları markanın ürün etiketine baktıkları ortaya çıkmıştır.

Sağlık alışanlarının çok az bir kısmı ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okumadıkları gibi uygulamamaktadırlar. Buna karşın katılımcıların büyük bir kısmı

çeşitli aralıklarla ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okuyup uyguladıkları belirlenmiştir.

Sağlık çalışanlarının sadece %30.9'u Sağlık Bakanlığı'nın vitamin ve mineral takviyesi için üretim standartları getirdiğini düşünmektedir. Katılımcıların çok az bir kısmı hiç vitamin ve mineral takviyesi almadığını belirtmiştir. Buna karşın büyük bir bölümü çeşitli aralıklarla vitamin ve mineral takviyesi aldığını ifade etmiştir.

Sağlık çalışanlarının %53'ü yabancı ürünlerdeki "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamını bilmekle birlikte, %47'si anlamlarını bilmemektedir. İçecekler üzerindeki "light" veya "sugar free" kelimelerinin anlamları konusunda katılımcıların büyük çoğunluğunun bilgi sahibi oldukları belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan kişilerin büyük bir kısmı alışveriş yaparken gıdalar üzerindeki etiketlere dikkat etmektedir. Bu kişilerin etiketler üzerinde dikkat ettikleri noktalara bakıldığında; son kullanma tarihine en fazla ve ürünün ağırlığına en az dikkat ettikleri tespit edilmiştir.

Ürün etiketi okumuyorum diyen sağlık çalışanı sayısı 202'dir. Bunlardan %20'si genelde bilinen markayı aldığı için, %5.4'ü bilgilerin gerçeği yansıtmadığını düşündüğü için, %3.3'ü yazıları anlamadığı için, %11.5'i yazıları çok küçük gördüğü için ürün etiketlerini okumadığını ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan kişilerden 305'i aldıkları gıdaların besin değerlerine bakmaktadır. Bu bağlamda söz konusu kişilerin en çok baktıkları besin değerleri; enerji değeri ve ilave şeker miktarıdır. En az baktıkları besin değeri ise az yağlı, posa kaynağı gibi ibarelerdir.

Araştırmaya katılan kişilerin az bir kısmı etiketlerin gıdalarla ilgili olarak yeterli olduğunu düşünürken, büyük bir kısmı ise yeterli olmadığını düşündüğü ortaya çıkmıştır. Araştırmaya katılan kişiler besin etiketlerindeki katkısız, %100 ibaresini en güvenilir olduğunu düşünürken, düşük kolesterol seçeneğini ise en güvensiz buldukları tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kişiler besin alırken en fazla ürünün son kullanma tarihine bakarken; ürünün diyet ürün olmasına ise en düşük düzeyde dikkat ettikleri tespit edilmiştir.

Piyasaya bir ürünün yeni çıkmış olması sağlık sektörü çalışanlarının gıda etiketlerini okumalarını en fazla etkileyen faktör iken, kilo verme programı yapmaları ise gıda etiketini okumalarını en az etkileyen faktör olarak tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan 479 kişiden 446'sı yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerektiğini belirtmiştir. Söz konusu kişilerden %34'ü doğru ve dengeli beslenmeyi sağlayacağı için, %15'i beslenme bilgisini arttırabileceği için, %20'si besin değeri yüksek olan yiyecek seçimine yardımcı olacağı için, %5'i imalatçının daha besleyici yiyecek üretmesini sağlayacağı için besin etiketinin olması gerektiğini belirtmiştir. Ayrıca diğer seçeneğini işaretleyen kişilerin oranının %19 olduğu ve bunların genel olarak bütün gerekçelere katıldıklarını belirttikleri tespit edilmiştir.

Sağlık sektörü çalışanlarının %45.1'i mesleğin besin seçiminde etkili olduğunu düşünürken, %54.9'unun mesleğin etkisinin olmadığını görüşündedir.

Araştırmaya katılan 479 kişiden 222'si (%46.3) etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenmenin yapılacağını düşünmektedir. Söz konusu kişilerden %11.5'i etiketlerin besin değeri yüksek gıdaları seçmeye yardımcı olduğunu, %12.5'i beslenme bilgilerini arttırdığını ve %22.3'ü de etiketlerin doğru ve dengeli bir beslenme sağlamaya yardımcı olacağını ifade ettiği tespit edilmiştir.

Katılımcıların gıda etiketlerinden beklentileri incelendiğinde; %49.3'ünün sağlıklı ve kaliteli mal alabilmek için gerekli bilgiyi elde edip etmediklerini, %15'inin gıda etiketleri üzerindeki bilgilerin gıda/sağlık sorunlarına cevap verip vermediğini, %5.4'ünün gıda etiketleri üzerinde diyetle ilgili yeterli bilgi bulup bulmadıklarını, %6.9'unun gıda etiketleri üzerinde kalori oranı ile ilgili yeterli bilgi bulup bulmadıklarını bekledikleri tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların %23.4'ü gıda etiketlerinin bütün sorulara cevap verip vermediğine dikkat ettikleri belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan kişilerin %47.2'si etiketlerin şekil, boyut ve format gibi özellikler yönünden yetersiz olduğunu belirtmiştir. Yetersiz olduğunu ifade eden kişilerin %3.5'i etiketleri şekil yönünden, %22'si boyut yönünden, %21.9'u format yönünden yetersiz görürken, %9.8'inin ise bütün özelliklerini yetersiz gördükleri tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan kişilerin %25.5'i etiketlerin üzerindeki işaretlerin, %34.4'ü renklerin, %23.2'si sembollerin ve %16.9'u grafiklerin daha çok dikkatlerini çektiğini belirtmiştir.

Etiketler üzerindeki ürün miktar ölçüsü konusunda katılımcıların büyük bir çoğunluğunun hem gram hem de porsiyon şeklinde olması gerektiğini belirttiği tespit edilmiştir.

Çalışmada sağlık personelinin görevleri ile satın aldıkları ürünlerin üzerindeki etiketi okuma durumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu çerçevede; 84 doktordan 47'si, 135 hemşireden 113'ü, 46 ebeden 29'u, 92 sağlık teknikerinden 41'i, 122 diğer personelden 75'i satın aldıkları ürünler üzerindeki etiketleri okuduğunu belirtmiştir.

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevleri ile ürün satın alırken ilk dikkat ettikleri ürün özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu çerçevede; araştırmaya katılan personelin 200'ü ürünün markasına, 32'si ürünün etiketine, 84'ü ürünün fiyatına ve 163'ü ürünün son kullanma tarihine baktığını ifade etmiştir.

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevlerine göre; etiket üzerinde en çok baktıkları bileşen miktarı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu çerçevede; sağlık personelinin 19'unun etiket üzerindeki şeker miktarına, 23'ünün yağ miktarına, 8'inin karbonhidrat miktarına, 15'inin koruyucu miktarına, 53'ünün katkı maddesi miktarına ve 4'ünün de tümüne baktıkları görülmüştür.

Araştırmaya katılan sağlık personelinin görevlerine göre; paketli gıdaları enerji ve besin içeriği bakımından yeterli görüp görmeme durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaçla kullanıldığının bilinme durumu, sağlık personelinin görev türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bu çerçevede 84 doktordan 45'i gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 39'u ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 135 hemşireden 73'ü gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 62'si ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 46 ebeden 35'i gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 11'i ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 92 sağlık teknikerinden 38'i gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 54'ü ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir. 122 diğer personelden 36'sı gıda katkı maddelerinin hangi amaçla kullanıldığını bilirken; 86'sı ne amaçla kullanıldığını bilmemektedir.

Yabancı ürünlerdeki "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamının bilinme durumu, sağlık personelinin görev türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Buna göre; 84 doktordan 74'ünün "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamını bildiği; 10'unun bu terimlerin ne anlama geldiğini bilmediği belirlenmiştir. 135 hemşireden 74'ü "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamını bilirken; 61'inin ne anlama geldiğini bilmediği tespit edilmiştir. 46 ebeden 25'i "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamını bilirken; 21'inin bu terimlerin ne anlama geldiğini bilmediği belirlenmiştir. 92 sağlık teknikerinden 41'i "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamını bilirken; 51'i ne anlama geldiğini bilmemektedir. Bununla birlikte 122 diğer sağlık personelinden 40'ı "low fat" veya "fat free" kelimelerinin anlamını bilirken; 82'sinin ne anlama geldiğini bilmediği ortaya çıkmıştır.

İçecekler üzerindeki "light" veya "sugar free" kelimelerinin anlamının bilinme durumu, sağlık personelinin görev türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Buna göre; "light" veya "sugar free" kelimelerinin anlamını bilen sağlık personelinden 81'i doktor, 124'ü hemşire, 43'ü ebe, 76'sı sağlık teknikeri ve 78'i diğer sağlık personelinden oluşmaktadır. Genel olarak bakıldığında "light" veya "sugar free" kelimelerin ne anlama geldiğini bilenlerin (n=402) sayısının, bilmeyenlerden (n=77) daha fazla olduğu söylenebilir.

Alınan gıdaların besin değerleri bilgilerine dikkat etme durumu, sağlık personelinin görev türü açısından anlamlı farklılık göstermiştir. Buna göre; gıdaların besin değeri bilgilerini dikkate alan sağlık personelinin 60'ı doktor, 69'u hemşire, 42'si ebe, 63'ü sağlık teknikeri ve 71'i diğer sağlık personelinin oluşmaktadır. Genel olarak bakıldığında; gıdaların besin değeri bilgilerine dikkat eden personelin (n=305), dikkat etmeyenlerden (n=174) daha fazla olduğu görülmüştür.

Yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketinin olması gerekliliği ile personelin görev türü arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceği düşüncesi, sağlık personelinin görev türü açısından anlamlı farklılık göstermiştir. Buna göre; 84 doktordan 36'sı etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapabileceğini düşünürken; 48'i sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. 135 hemşireden 49'u etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapabileceğini düşünürken; 86'sı sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. 46 ebeden 16'sı etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapabileceğini düşünürken; 30'u sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. 92 sağlık teknikerinden 50'si etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapabileceğini düşünürken; 42'si sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşünmektedir. Bununla birlikte 122 diğer sağlık personelinin 71'inin etiket bilgilerini okuyarak sağlıklı beslenme yapabileceğini düşünürken; 51'inin sağlık beslenmenin yapılamayacağını düşündüğü tespit edilmiştir.

Bu çalışma sağlık çalışanlarının etiket okuma alışkanlıklarının ve bilgi düzeylerinin ölçülmesi ve geçmiş yıllara oranlara bilinç düzeyindeki artışla birlikte etiket okuma oranında da artış olup olmadığına bakılmak amacıyla yürütülmüştür. Bundan sonra da yapılacak olan çalışmalara ışık tutacak nitelikte olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle konuyla ilgili olarak bireylerin besin etiketi okuma alışkanlıklarını ve bilgi durumlarını geliştirmeye yönelik aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

- Gelişen toplumlarda tüketiciler gıda konusuna daha fazla önem vermeye ve daha fazla bilinçlenmeye başlamışlardır. Bu durumda toplumun bilgi

düzenini, gıda satın almadaki tutumlarını ortaya koymak gerekli hale gelmektedir ve bu şekilde hem tüketici memnuniyeti daha kolay sağlanacak, hem de gıda üreten ve pazarlayanların politikaları daha doğru yönlenecektir.

- Toplum olarak sağlıklı beslenme alışkanlığı kazanılması ve bilinçli tüketim sağlanması için besin etiketi okumaya özen gösterilmeli önemsiz veya zaman kaybı olarak görülmemelidir.
- Tüketicilerin etiketleri okumaları kadar okuduklarını anlamaları da önemlidir. Bu yüzden etiketlerin kolay ve hızlı şekilde okunup anlaşılabilir olması, yazı şekli ve boyutunun da düzgün olması gerekmektedir. Besin etiketleriyle ilgili mevzuatın yenilenmesi önerilebilir.
- Tüketicilerin bilgi edinme konusunda en fazla kullandıkları kaynak olan medya ve televizyonda kişilerin dikkatini çekebilmek ve konunun önemini anlatabilmek için etiket bilgisi okumamanın neden olabileceği sağlık sorunları ve olumsuzluklar hakkında gerekli uyarılar yapılmalı ve tüketici etiket okuma konusunda bilinçlendirilmelidir.
- Tüketicileri besin etiketi okumak için teşvik etmek, sağlık profesyonelleri tarafından besin etiketlerindeki terimlerle ilgili aydınlatıcı eğitimler verilmelidir.
- Tüketici gıda alışverişi yaparken hem kendi hem de beraberinde yaşadığı ailesinin sağlıkları açısından etiket okumanın ne kadar önemli olduğunun bilincine varmalıdır ama bu her ne kadar kişisel bir sorumluluk olsa da devletin bilinçlendirme çalışmaları olması gerekmektedir. Kamu spotu şeklinde duyuru yapma devlet kadrosunda bulunan sağlıkçıların toplumsal alanlarda bilgi verme, broşür dağıtma, eğitim düzenleme gibi etkinlikler yapılabilir.
- Mümkünse ilk ve orta okul müfredatına sağlıklı beslenmeyle ilgili dersler koyarak daha bilinçli bir nesil yetiştirme amaçlanabilir.
- Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı'nın yanı sıra gıda üreten firmalarında toplumun eğitilmesi için bilgilendirici ve yardımsever satış elemanı görevlendirmeleri, tüketiciye danışma hizmeti sunmaları gibi uygulamalar yapılması da katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Akdevelioğlu, Y., Gümüş, H., ve Şimşek, I., "University students' knowledge and practices of food safety", *The Anthropologist*, 16 (3): 677-684 (2013).
- Aktaş, N., ve Özdoğan, Y., "Gıda ve beslenme okuryazarlığı", *Harran Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi*, 20 (2): 146-153 (2016).
- Altunışık, R., "Anketlerde veri kalitesinin iyileőtirilmesi için öntest (pilot test) yöntemleri", *Pazarlama ve Pazarlama Araőtırmaları Dergisi*, (2): 1-17 (2008).
- Anon. (2003). Tüketicileri Koruma Yasası (40/2003 Sayılı Yasa)
- Anonim (2013). Türk Gıda Kodeksi Takviye Edici Gıdalar Tebliği. Ağustos 2013 (Tebliğ No: 2013/49), Resmi Gazete Tarihi: 16.08.2013, Sayısı: 28737.
- Anonim (2014). Türk gıda kodeksi yumurta tebliği. 20/12/2014 tarih ve 29211 sayılı Resmi Gazete. <http://www.resmigazete.gov.tr>, (Erişim tarihi: 20 Aralık, 2017).
- Anonim, (2011b). Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme Yönetmeliği, 29.12.2011 Tarih ve 28157 Sayılı Resmi Gazete. Web adresi: http://www.gkgm.gov.tr/mevzuat/kodeks/kodeks_yonetmelik/etiketleme_yonetmeliği.html, erişim tarihi: 08.10.2012.
- Arpacı, N., "Tüketicide ulaşmada besin etiketleri, yöntemler ve uygulama farklılıkları", Mercanlığıl, S., Rakıcıoğlu, N., ve Besler, T. Ed., Hacettepe Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Eğitim Serisi 1, *ATA Ofset Matbaacılık*, Ankara, 83-99 (2009).
- Arsenault, J. E., "Can nutrition labeling affect obesity", *Choices*, 25 (3): 1-4 (2010).
- Aygen, F. G. "Attitudes and behavior of consumers related to the Inspection of food labels", *Journal Business Research Turk*, 4 (3): 28-54 (2012).
- Aygen, F. G., "Tüketicilerin besin etiketi incelenmesi konusundaki tutum ve davranışları", *İşletme Araőtırmaları Dergisi*, 4 (3): 28-54 (2012).
- Baysal, A., "Beslenme", 12. Baskı, *Hatipoğlu Yayınları*, Ankara (2004).
- Berkman, H. W., Jay, D., and Joseph-Singy, M., Consumer Behavior, *NTC Business Book*, Lincolnwood Chicago (1997).

- Besler, H. T., Büyüktuncer, Z., ve Uyar, M. F., “Consumer understanding and use of food and nutrition labeling in Turkey”, *J. Nutr. Edu. And Behav.*, 44: 584-91 (2012).
- Borg, W. R. ve Gall, M. D., “Educational Research: An İntroduction”, *Longman Group*, London, (1989).
- Carbone, E. T., “Measuring nutrition literacy: Problems and potential solutions”, *J Nutr Disord Ther*, 3 (1) (2013).
- Caswell, J. A., “Analyzing quality and quality assurance (including labeling) for GMOs”, (2000).
- Cebeci, A., ve Güneş, F. E., “Türkiye ve Avrupa'daki tüketicilerin gıda etiketi okuma tutumlarını etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi”, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6 (4): 261-267 (2017).
- Cop, R. “Tüketim mallarının ambalajının ve etiket bilgilerinin tüketici satın alma davranışlarına etkileri ve bir uygulama”, *Mevzuat Dergisi*, 6 (62): 16-22 (2003).
- Çekal, N., “Orta yaşlı ve yaşlı bireylerin beslenme bilgi düzeyleri”, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1: 14-28 (2008).
- Çelebi, K., Kavas, A., ve Kavas, A. “Besin etiketi: Tüketici algılaması tercihi ve içerik analizi”, *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 20 (2): 209-219 (1991).
- Çelik, M., “Tokat ilinde gıda alışverişi esnasında halkın etiket okuma alışkanlığının saptanması”, Yüksek Lisans Tezi, *Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara (2010).
- Çelik, Ş., “Farklı sosyoekonomik ve eğitim düzeylerindeki çalışan erkek ve kadın tüketiciler ile çalışmayan ev kadını tüketicilerin gıda kontrolü ile ilgili bilgileri ve uygulamaları”, Doktora Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara (1990).
- Çınar, R., ve Sağlık, E., “Perakende gıda ürünlerinde etiketin önemi tüketiciler üzerindeki etkileri ve bir alan araştırması”, *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi. Pazarlama Dünyası Dergisi* (2007). <http://www.pazarlamadunyasi.com.tr/dergioku.php?haberid=255> (Erişim Tarihi: 15 Kasım 2009).
- Çinpolat, C., “Tüketicilerin besin etiketleri üzerindeki bilgilere ilişkin tutum ve davranışlarının belirlenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü*, Ankara (2006).
- Davies, P., MacPherson, K., and Froud, E., “Public attitudes towards , and use of, general food labelling”, *Oxford Evidentia Social Science Research Unit* (2010).

- Demir, A., ve Akın, P. A. L. A., “Genetiği değiştirilmiş organizmalara toplumun bakış açısı”, *Hayvansal Üretim*, 48 (1) (2007).
- Demirci, A., Aksoy-Demirci, A., “Kozmetik ürün etiketlerindeki sembollerin bilinirliği”, *E-Journal of New World Sciences Academy*, 136-45 (2013).
- Einsiedel, E., “Consumers and GM Food Labels: Providing Information or Sowing Confusion?”, *AgBioForum*, 3 (4): 231-235 (2000).
- Erdoğan, İ., “Pozitivist Metodoloji ve Ötesi: Bilimsel Araştırma Tasarımları, Niteliksel ve İstatistiksel Yöntemler”, *ERK*, Ankara (2012).
- Erge, S. S. E. A. “Marka güveni, marka memnuniyeti ve müşteri değerinin tüketicilerin marka sadakati üzerine etkisi”, *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 7 (26): 4455-4482 (2012).
- Ersoy, S. ve Öney, D., “Tüketicilerin gıda harcamalarına yönelik görüşlerinin bir incelemesi”, *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24: 28-45 (2009).
- Farese, L., Kimbrell, G. and Woloszyk, C., “Marketing Essentials”, *Macmillan/McGrawHill*, New York 405-407 (1991).
- Food and Drug Administration, American Heart Association, *United State Department of Agriculture* (2009).
- Gönç-Şavran, T., “Araştırma evreni, örneklem seçimi ve ölçüm”, N. Suğur (Ed.), Sosyolojide Araştırma Yöntem ve Teknikleri, *Anadolu Üniversitesi Yayını No: 1963*, Eskişehir, 138-157 (2009).
- Graham, D. J., and Laska, M. N., “Nutrition label use partially mediates the relationship between attitude toward healthy eating and overall dietary quality among college students”, *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 112 (3): 414-418 (2012).
- Gül, F., ve Dikmen, D., “Yetişkin kadın tüketicilerde besin etiketi okuma alışkanlıkları ve alerjen bilgi düzeyinin saptanması”, *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 46 (2) (2018).
- Gün, İ., ve Orhan, H., “Süt ve ürünleri tüketicilerinin etiket bilgi düzeylerinin incelenmesi”, *Iğdır Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1 (1): 45-51 (2011).
- Güneş, F. E., Aktaç, Ş., ve Korkmaz, B. İ. O., “Tüketicilerin gıda etiketlerine yönelik tutum ve davranışları”, *Akademik Gıda*, 12 (3): 30-37 (2014).
- Gürel, F., ve ark. “Kalori bilgisinin yeme miktarı üzerine etkisi”, *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30 (1): 21-25 (2004).
- İncedal-Sonkaya, Z., Balcı, E., ve Ayar, A., “Üniversite öğrencilerinin gıda okuryazarlığı ve gıda güvenliği konusunda bilgi, tutum ve davranışları:

Amasya Üniversitesi Sabuncuoğlu Şerefeddin Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu örneği”. *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 75 (1): 53-64 (2018).

İncel, T. E., “Yetişkin tüketicilerin besin güvenliği konusunda bilgi ve davranışları”, Yüksek Lisans Tezi, *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Ankara (2005).

İnternet: “Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme Yönetmeliği”, 29.12.2011 Tarih ve 28157 Sayılı Resmi Gazete. Web adresi: http://www.gkgm.gov.tr/mevzuat/kodeks/kodeks_yonetmelik/etiketleme_yonetmeligi.html, (Erişim Tarihi: 08.10.2012).

İslamoğlu, H., “Pazarlama Yönetimi Stratejik ve Global Yaklaşım”, *Beta Yayınevi*, İstanbul (2000).

İşleten, M., Yüceer, Y. K., Yılmaz, E., ve Mendeş, M., “Tüketicilerin fonksiyonel gıdalara olan yaklaşımını ve satın almalarını etkileyen faktörler. *Gıda*, 32 (1): 25-32 (2007).

Kang, H. T., Shim, J. Y., Lee, Y. J., Linton, J. A., Park, B. J., and Lee, H. R. “Reading nutrition labels is associated with a lower risk of metabolic syndrome in Korean adults: The 2007–2008 Korean NHANES”, *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 23 (9): 876-882 (2013).

Karabiber, C., ve Hazer, O., “Tüketicilerin bilgi kaynağı olarak gıda ürünlerindeki etiketi okuma ve anlamada karşılaştıkları sorunların incelenmesi”, *Hacettepe Üniversitesi Tüketici-Pazar-Araştırma-Danışma Test ve Eğitim Merkezi Tüketici Yazıları II*, 253-270 (2010).

Karasar, N., “Bilimsel Araştırma Yöntemi”, *Nobel Yayın Dağıtım*, Ankara (2011).

Kasan-Özdemir, D., “İstanbul ilinde tüketicilerin gıda etiketi konusunda bilgi düzeylerinin belirlenmesi”, Doktora Tezi, *İstanbul Aydın Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü*, İstanbul (2013).

Kulcu, E. “Bireylerin beslenme danışmanlığı hizmeti alma durumlarına göre besin etiketlerine yönelik bilgi, tutum ve davranışlarının belirlenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Selçuk Üniversitesi*, Konya (2019).

Lewis, J. E., “Food label use and awareness of nutritional information and recommendations among persons with chronic disease”, *American Journal of Clinical Nutrition*, 90: 1351-57 (2009).

Mercan, H., “Sağlık çalışanlarının etiket okuma alışkanlıkları ve bu alışkanlıklarının beslenme durumları ile ilişkisi”, Yüksek Lisans Tezi, *Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Edirne (2019).

Neuhouser, M. L., Kristal, A. R., and Patterson, R. E., “Use of food nutrition labels is associated with lower fat intake”, *Journal of the American Dietetic Association*, 99 (1): 45-53 (1999).

- Onurlubaş E., “Tüketicilerin gıda güvenliği konusunda bilinç düzeylerinin ölçülmesi: Tokat ili örneği”, Doktora Tezi, *Gaziosmanpaşa Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü*, Zonguldak (2015).
- Özen, Y. ve Gül, A., “Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren ve örneklem sorunu”, *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi*, (15), 394-422 (2007).
- Özgen, L., “Tüketicilerin besin etiketi tercihleri”, *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21 (1): 117-127 (2007).
- Özmen, A., “Örnekleme”, A. A. Bir (Ed.), Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri, *Anadolu Üniversitesi Yayını No: 1081*, Eskişehir, 23-54 (1999).
- Öztürk, S., Erel, F., Çalışkaner, A. Z., Karaayvaz, M., Güleç, M., ve Kartal, Ö., “Kronik idiyomatik ürtiker’de katkı maddeli gıdalar ile doğal gıdalarda bulunan vazoaktif maddelerin rolü”, *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6 (5) (2007)
- Padem, H., Göksu, A. ve Konaklı, Z., “Araştırma Yöntemleri: SPSS Uygulamalı”, *International Burch University Press*, Sarajevo (2012).
- Post, R. E., Mainous, A. G., Diaz, V. A., Matheson, E. M., and Everett, C. J. “Use of the nutrition facts label in chronic disease management: results from the national health and nutrition examination survey”. *Journal of the American Dietetic Association*, 110 (4): 628-32 (2010).
- Ryan, C., “Researching Tourist Satisfaction Issues, Concepts, Problems”, *Routledge*, London (1995).
- Sağlam, F., Gümüş, A., ve Dokcan, B., “Tüketicilerin besin satın alımına ilişkin bilgi tutum ve davranışları”, *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 28 (1): 39-46 (1999).
- Satia, J. A., Galanko, J. A. ve Neuhouser, M. L. “Gıda besin etiketi kullanımı, Kuzey Carolina’daki Afrikalı Amerikalılar arasında demografik, davranışsal ve psikososyal faktörler ve diyet alımıyla ilişkilidir”, *Amerikan Diyetetik Derneği Dergisi*, 105 (3): 392-402 (2005).
- Schupp, A. R., Gillespie, J. M., ve Reed, D., “Tüketici farkındalığı ve paketlenmiş taze etlerde beslenme etiketlerinin kullanımı: pilot çalışma”, *Gıda Dağıtım Araştırma Dergisi*, 29: 24-30 (1998).
- Sekaran, U., “Research Methods For Business”, Fourth Edition, *John Wiley & Sons Inc.* (2003).
- Sloan, A. E., “What consumers want and dont want-on food and beverage labels”, *Food Technology (Chicago)*, 57 (11): 26-36 (2003).
- Soylar, S., “Cinsiyetlere göre etiket okuma alışkanlığının incelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Yeditepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, İstanbul (2019).

- Şanlıer, N., ve Şeren, S., “Tüketicilerin besin satın alma bilinçlerinin değerlendirilmesi”, *Üçüncü Sektör Kooperatifçilik*, 149: 12-29 (2005).
- Şimşek, A., “Evren ve örneklem”, Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemi, *Anadolu Üniversitesi Yayını No: 2653*, Eskişehir, 108-133 (2012).
- Tavşancıl, E., “Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi”, *Nobel Yayıncılık*, Ankara (2012).
- Tayfur, M., ve Ünalın, K., “Gıda katkı maddeleri”, *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 7 (1): 12-14 (1998).
- Todd, J. E. and Variyam, J. N. “the decline in consumer use of food nutrition labels, 1995-2006”, *Economic Research Report*, Number: 63 (2008).
- Topçu, A. A., Köksal, E., ve Bilgili, N., “15-49 yaş grubu ev hanımlarının besin hazırlama, pişirme ve saklama yöntemleri konusunda bilgi, tutum ve davranışlarına yönelik bir araştırma”, *Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi*, 60 (3): 77-86 (2003).
- Topuzoğlu, A., Hıdıroğlu, S., Ay, P., Önsüz, F., ve İkışık, H., “Tüketicilerin gıda ürünleri ile ilgili bilgi düzeyleri ve sağlık risklerine karşı tutumları,” *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6 (4): 253-258 (2007).
- Tuormaa, T. E., “Gıda katkı maddelerinin sağlık üzerindeki olumsuz etkileri: Çocukluktaki hiperaktiviteye özel vurgu yaparak literatürün gözden geçirilmesi”, *Ortomoleküler Tıp Dergisi*, 9: 225-225 (1994).
- Tüyben, E., “Tüketicilerin gıda güvenilirliği yönünden etiket okuma alışkanlığı ve algısının değerlendirilmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Hacettepe Üniversitesi*, Ankara (2018).
- Ulus, T., İnce, C. H., Aliustaoğlu, F. S. ve Melez, İ. E., “Araştırma nasıl tasarlanır (I)”, *Adli Tıp Dergisi*, 24 (2): 40-47 (2010).
- Uzunöz, M., Büyükbay, E. O., ve Bal, H. S. G. “Kırsal kadınların gıda güvenliği konusunda bilinç düzeyleri (Tokat ili örneği)”, *Uludağ Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 22 (2): 35-46 (2008).
- Variyam, J. N., “Role of demographics, knowledge, and attitudes”, *American’s Eating Habits: Changes and Consequences US* (1999).
- Yeşil, A. E., “Avrupa Birliği’nde gıda güvenliği kapsamında gıda etiketleme mevzuatı ve Türkiye’nin uyumu”, AB Uzmanlık Tezi, *Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı*, Ankara (2008).
- Yıldırım, F., ve Keser, A., “Sağlık okuryazarlığı”, 1. Baskı, *Ankara Üniversitesi Basımevi*, Ankara, 39-60 (2004).

- Yılmaz, E., Oraman, Y., ve İnan, İ. H. “Gıda ürünlerine ilişkin tüketici davranışı dinamiklerinin belirlenmesi: Trakya örneği”, *Tekirdağ Ziraat Fakültesi Dergisi*, (2009).
- Yurttagül, M., “Tüketicilerin gıda katkı maddeleri ile ilgili bilgi ve uygulamaları”, *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 20 (2): 199-208 (1991).
- Yücel, B., “Sağlık çalışanlarının beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, *Başkent Üniversitesi*, Ankara (2015).

EK AÇIKLAMALAR A.

MESLEK GRUPLARINA GÖRE GIDA ETİKETİ OKUMA ALİŞKANLIĞININ ÖLÇÜLMESİ

1.KİŞİSEL BİLGİLER

- 1.Cinsiyetiniz Kadın Erkek
- 2.Medeni Haliniz Bekar Evli
- 3.Yaş Grubunuz 18-30 30-40 40-50 50+
4. Eğitim Durumunuz İlkokul Lise Yüksekokul
Üniversite Yüksek Lisans Doktora
- 5.İstihdam Durumunuz Doktor Hemşire Ebe
Sağlık teknikeri/teknisyeni Diğer.....

2. ÜRÜN ETİKETİ OKUMAYLA İLGİLİ SORULAR

1. Satın alacağınız ürünlerin üzerindeki etiketleri okur musunuz?
Evet Hayır Bazen
2. Cevabınız “evet” ise hangi besin gruplarını okursunuz?
- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Süt ve süt ürünleri | <input type="checkbox"/> Meyve suları |
| <input type="checkbox"/> Bisküvi, kek, makarna gibi unlu gıdalar | <input type="checkbox"/> Paketli çay ve kahve vb. |
| <input type="checkbox"/> Et, balık, tavuk ürünleri | <input type="checkbox"/> Çikolata ve şekerlemeler |
| <input type="checkbox"/> Salça ve konserveler | <input type="checkbox"/> Dondurulmuş ürünler |
| <input type="checkbox"/> İlk defa alınan ürünler | <input type="checkbox"/> Kuru meyve/ sebze |
| <input type="checkbox"/> Çerez, cips vb. atıştırmalıklar | <input type="checkbox"/> Kuru bakliyat/tahıllar |
| <input type="checkbox"/> Katı/sıvı yağlar | <input type="checkbox"/> Bal, reçel, bazı tahıllar |
| <input type="checkbox"/> Gazlı içecekler | |
3. Ne sıklıkta okursunuz?
Asla Nadiren Bazen Genellikle Her zaman
4. İlk olarak ürünün nesine bakarsınız?
Markasına Etiketine Fiyatına Son Kullanma Tarihine
5. Etiket üzerindeki yazılar sizce yeterince büyük müdür?
Evet Hayır
6. Etiket üzerindeki bilgileri tam olarak anlayabiliyor musunuz?
Evet Hayır Kısmen
7. “TSE” nin Türk Standartları Enstitüsü’nün mührü olduğunu biliyor musunuz?
Evet Hayır
8. “CE” nin Avrupa Birliği Standartları’nın mührü olduğunu biliyor musunuz?
Evet Hayır
9. Etiket üzerinde en çok hangi bileşenlerin miktarına bakarsınız?

Tuz Şeker Yağ Karbonhidrat Kalori Koruyucu Katkı Maddesi

10. Etiketdeki bilgilerin daha basit olmasını ister misiniz?

Evet Hayır

11. Tüm paketli gıdalarda günlük ihtiyacı karşılama miktarı yazılmalı mı?

Evet Hayır

12. Tüm paketli gıdalarda enerji ve besin değerleri bakımından içeriğin kapsamını yeterli buluyor musunuz?

Evet Hayır

13. Ürünün içindeki sakıncalı maddelerin hangileri olduğu açıkça yazılmalı mı?

Evet Hayır

14. Gıda katkı maddelerinin ürünlerde ne amaç ile kullanıldığını biliyor musunuz?

Evet Hayır

15. Cevabınız 'Evet' ise bildiğiniz amaçları nelerdir? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)

- Ürünün Kıvamını Sağlamak
- Besin Değerini Korumak veya artırmak
- Lezzetini ve sağlığa yararlı halini muhafaza etmek
- Asitlik veya alkaliliğin sağlanmasını veya kontrol edilmesini temin etmek
- Lezzeti artırmak veya arzu edilen rengi vermek

16. Etiket üzerindeki E kodlu katkı maddeleri ile ilgili bilginiz var mı?

Evet Hayır

17. Cevabınız 'Evet' ise aşağıdaki karışık olarak verilmiş E kodları ve isimleri eşleştirebilir misiniz?

- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| *MSG (Monosodyum glutamat) | <input type="checkbox"/> E300 |
| * Askorbik asit | <input type="checkbox"/> E621 |
| *Gliserol | <input type="checkbox"/> E322 |
| *Lesitinler | <input type="checkbox"/> E422 |
| * Sitrik asit | <input type="checkbox"/> E421 |
| *Mannitol | <input type="checkbox"/> E330 |

18. Ürünlerin son kullanma tarihlerine dikkat eder misiniz?

Evet Hayır Bazen

19. En çok hangi ürünlerin son kullanma tarihlerine bakarsınız?

Süt ürünleri İşlenmiş et ürünleri Konserveler Dondurulmuş ürünler
Hepsi

20. Yumurtaların üzerine vurulan tarih ve yetiştirilme kodlarına bakar mısınız?

Evet Hayır

21. Devamlı satın aldığınız bir markanın ürün etiketine bakar mısınız?

Asla Nadiren Bazen Genellikle Her zaman

22. Ürünlerin üzerindeki saklama koşullarını okuyor ve uyguluyor musunuz?

Asla Nadiren Bazen Genellikle Her zaman

23. Sağlık Bakanlığı vitamin ve mineral takviyeleri için üretim standartları getirmekte midir?

Evet Hayır Bilmiyorum

24. Vitamin ve mineral takviyeleri alıyor musunuz?

Asla Nadiren Bazen Genellikle Her zaman

25. Yabancı ürünlerdeki “low fat” veya “fat free” kelimelerinin anlamını biliyor musunuz?

Evet Hayır

26. İçecekler üzerindeki “light” veya “sugar free” kelimelerinin anlamını biliyor musunuz?

Evet Hayır

27. Alışveriş yaparken aldığınız gıdaların üzerindeki etiketlere dikkat eder misiniz?

Evet Hayır

28. Cevabınız ‘Evet’ ise etikette nelere dikkat edersiniz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> İçindekiler bilgisi | <input type="checkbox"/> İçindekilerin miktarı |
| <input type="checkbox"/> Ürünün ağırlığı | <input type="checkbox"/> Üretim tarihi |
| <input type="checkbox"/> Son kullanma tarihi | <input type="checkbox"/> Menşei (köken ülkesi) |
| <input type="checkbox"/> Katkı maddeleri | <input type="checkbox"/> Saklama koşulları |
| <input type="checkbox"/> Üretici firma | <input type="checkbox"/> Kalite standartları |
| <input type="checkbox"/> Organik ürün olup olmadığı | |
| <input type="checkbox"/> Sağlık problemleri ile ne derece ilişkili olduğunu bildiren cümleler | |

29. Ürün etiketini okumaya gerek olmadığını düşünüyorsanız, gerekçeniz ne olabilir?

- Genelde bilinen marka aldığımız için
- Bilgiler gerçeği yansıtmadığı için
- Yazıları anlamadığımız için
- Yazılar çok küçük olduğu için
- Diğer:

30. Aldığımız gıdanın besin değerleri bilgilerine dikkat eder misiniz?

Evet Hayır

31. Cevabınız ‘Evet’ ise nelere dikkat edersiniz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

- Enerji değeri Protein miktarı Yağ miktarı ve çeşidi
 Karbonhidrat miktarı Lif miktarı Sodyum/Tuz miktarı
 İlave şeker miktarı Vitamin-Mineral içeriği
 Günlük besin ihtiyacını karşılama yüzdesi Az yağlı,light,posa kaynağı
gibi ibareler

32. Bu etiketlerin gıdalarla ilgili yeterli olduğunu düşünüyor musunuz?

- Evet Hayır

33. Eğer bir besin etiketine bakarsanız seçeneklerdakinin hangilerini daha güvenilir olduğunu düşünürsünüz ?

- Düşük posa Düşük kolesterol Light
 İyi posa kaynağı Sağlıklı Ekstra yağsız Katkısız, %100 doğal
 Şeker ilavesiz Koruyucu içermez

34. Besinleri satın alırken en fazla dikkat ettiğiniz özellikler neler? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

- Organik olması Fiyatı Tazeliği Son kullanma tarihi
 Mevsiminde olması Katkı maddesi içermemesi
 Ambalajlı olması İçindekileri Diyet ürün olması

35. Aşağıdakilerden hangisi/hangileri gıda etiketi okumanızı etkileyebilecek durumlardandır?

- Piyasaya yeni çıkmış bir ürün olması
 Formunuzu korumak
 Sizde ya da ailenizde gıda bağlantılı bir sorun olması(diyabet, tansiyon, kalp hastalığı vb.)
 Kilo verme programı yapmak
 Çocuklara gıda satın alma
 Ürün karşılaştırması yapmak

36. Sizce yiyecek ambalajı üzerinde besin etiketleri gerekli midir?

- Evet Hayır

37. Cevabınız “ Evet” ise sizce neden besin etiketi gerekli?

- Doğru ve dengeli beslenmeyi sağlayacağı için
 Beslenme bilgisini arttırabileceği için
 Besin değeri yüksek olan yiyecek seçimine yardımcı olacağı için
 İmalatçının daha besleyici yiyecek üretmesini sağlayacağı için
 Diğer.....

38. Mesleğiniz besinleri satın alırken seçimlerinizi etkiler mi?

- Evet (Nasıl?.....)

- Hayır

39. Etiket bilgilerini okuyarak dengeli beslenme yapabileceğinizi düşünüyor musunuz?

Evet Hayır

40. Cevabınız “Evet” ise dengeli beslenmede etiket bilgilerinin yeri nedir?

- Etiketler besin değeri yüksek gıdaları seçmeye yardımcı olur.
- Beslenme bilgilerinin artırır.
- Etiketler doğru ve dengeli bir beslenme sağlamaya yardımcı olur

41. Bir gıda etiketi size neyi vermeli?

- Sağlıklı ve kaliteli mal alabilmek için gerekli bilgiyi elde edebiliyor muyum?
- Gıda etiketleri üzerinde bilgiler benim gıda/sağlık sorunlarıma cevap veriyor mu?
- Gıda etiketleri üzerinde diyetle ilgili yeterli bilgi bulabiliyor muyum?
- Gıda etiketleri üzerinde kalori oranı ile ilgili yeterli bilgi bulabiliyor muyum?
- Diğer.....

42. Sizce etiket şekil, boyut, format gibi özellikler bakımından yeterli midir?

- Yeterli buluyorum
- Yetersiz buluyorum
- Kararsızım

43. Cevabınız “Yetersiz Buluyorum” ise hangi bakımdan yetersiz buluyorsunuz?

- Şekil
- Boyut
- Format

44. Etiket üzerinde aşağıdakilerden hangisi dikkatinizi çekiyor?

- İşaretler
- Renkler
- Semboller
- Grafikler

45. Etiket üzerinde ürün miktar ölçüsünün hangi birimle belirtilmesini istersiniz?

- Gram
- Porsiyon
- Hem gram hem porsiyon

ÖZGEÇMİŞ

Zeynep ERBOZKURT ÖZGÜN, İlk ve orta öğrenimini aynı şehirde tamamladı. Safranbolu Anadolu Lisesi'nden mezun olduktan sonra 2010 yılında Trakya Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik bölümüne girdi. 2014 yılında mezun olduktan sonra 4 yıl boyunca Karabük Üniversitesinde çalıştı. 2019 yılından beri kendi danışmanlık ofisinde çalışmaktadır.