



BİLİM VE AYDINLANMA AKADEMİSİ

TOPLUM SAĞLIĞINI GELİŞTİRME VE
KORUMA BİLİM ALANI,
BESLENME KOMİSYONU

KOLEKTİF YAŞAMI KURGULAMA
BİLİM ALANI,
TARIM KOMİSYONU

KAPİTALİZM DÜNYAYI BESLEYEMİYOR

MAYIS 2021



Açlık, yetersiz beslenme, obezite... Günümüzde insanlık beslenme bozukluklarıyla boğuşmaktadır. İki milyarın üzerinde insanda mikro besin eksikliği, 800 milyonun üzerinde insanda kronik olarak yetersiz beslenme, 162 milyon çocuğun büyümesinde besin eksikliğinden dolayı engellenme, 51 milyon çocukta tükenme sendromu görülmektedir. Açlığa bağlı yıllık ölüm sayılarının 9 milyon civarında olduğu bildirilmektedir. Bunun yanı sıra 2000'li yıllardan itibaren yetersiz beslenen insanlarla fazla kilolu olanların sayısı eşitlenmiş, açlık ve obezite başlıca iki halk sağlığı sorunu haline gelmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü, Birleşmiş Milletler Tarım ve Gıda Örgütü gibi kuruluşlar beslenme bozukluklarına dair hazırladıkları raporlarla insanlığın içinde bulunduğu tehlikeli duruma işaret etmekte, çözüm önerileri ve gelecek öngörülerini sunmaktadır ancak veriler herhangi bir olumlu gelişmeye işaret etmemektedir. Gıda üretiminin tekellerin hakimiyeti altında olduğu kapitalist sistemde; eşitsizlikler, plansızlığa bağlı kıtlıklar ve gıda israfı, savaşlar ve önlenemeyen doğal afetler sonucunda beslenme sorunu giderek derinleşmektedir.

Bilim ve Aydınlanma Akademisi bünyesinde faaliyet gösteren Beslenme Komisyonu ve Tarım Komisyonu tarafından hazırlanan bu raporda; dünyadaki ve Türkiye'deki mevcut durum verileri ışığında sunuluyor, açlığın ve diğer beslenme sorunlarının nedenleri irdeleniyor, insanlığın içine düştüğü yoksulluk, açlık ve obezite sarmalına dikkat çekiliyor. Sağlıklı beslenmenin devlet sorumluluğunda, halk sağlığının korunması ve geliştirilmesine yönelik atılacak adımlarla tüm topluma sağlanmasının gerekliliği ortaya konuyor.

BİLİM VE AYDINLANMA AKADEMİSİ



GİRİŞ

Beslenme, yaşamın sürdürülebilmesi için vücuda dışarıdan uygun maddelerin alınması eylemi olarak tanımlanabilir. Sağlıklı bir beslenme için yaşam fonksiyonlarının devamını sağlayan makro ve mikro besinlerin vücuda yeterli miktarda, sürekli ve doğru biçimde alınmasını gerekir. Sağlıklı yaşamın temel unsurlardan olan beslenme bebeklik çağından başlayarak hem mental hem fiziksel aktivitelerde olası bozucu tüm etkilerden sakınmak için gereklidir. İnsanlar doğru beslenmeden mahrum kaldığı durumlarda ciddi sağlık sorunları doğurmasına ek olarak diğer tehlikelere karşı da savunmasız hale gelmektedir. Bu nedenle beslenme, sağlığın korunması, geliştirilmesi, yaşam kalitesinin artırılması, kronik hastalıklara yakalanma riskinin azaltılmasına yönelik bütünlüklü bir programdır.

İnsanların yaş, cinsiyet, sağlık durumu, yaşam biçimi, çalışma koşulları gibi faktörlere bağlı olarak günlük kalori ve besin ihtiyaçları değişmektedir. Tablo 1'de yaşa bağlı olarak bir insanın karbonhidrat, protein, yağ gibi makro besin; vitamin ve mineraller gibi mikro besin ihtiyaçları özetlenmiştir.

Doğru beslenme makro besin öğeleri olarak adlandırılan protein, karbonhidrat ve yağ türlerini; bunlarla birlikte mikro besin öğeleri olarak adlandırılan vitamin, mineral ve meyve-sebze kaynaklı fito-kimyasal türlerini içermelidir. Bundan dolayı "beslenme" tanımını kalori ihtiyacı doğrultusunda vücudun verdiği bir sinyal olan "açlık" hissinin giderilmesine indirgemek doğru değildir. Tek tip beslenme ile örneğin sadece ekmek yiyerek, günlük kalori ihtiyacı karşılanabilir, ama fizyolojik olarak gerekli olan diğer besinler alınmadığı için yine bir açlık çeşidi olan yetersiz beslenme ortaya çıkmaktadır. Yetersiz beslenme bir veya birden fazla mikro ya da makro besin öğesinin düzenli ve yeterli miktarlarda tüketilmediği durumlarda ortaya çıkan, vücutta kalıcı hasarlara yol açabilen; akut ya da kronik hastalıklara sebep olan bir sağlık sorunudur.

Kalori: Enerji birimi olan kalori bir gram suyun sıcaklığını bir santigrat derece yükseltmek için gereken ısı miktarı olarak tanımlanmaktadır. Gıda biliminde kalori, alınan besinlerin metabolizasyonu sonucu enerjiye dönüşebilecek kapasiteyi temsil etmektedir. Vücudun ihtiyacından fazla kalori alındığı durumlarda, fazla enerji yağ dokusunda depolanır. Vücudun ihtiyacından az kalori alındığında ise, vücut gereken enerjiyi öncelikle karbonhidrat ve yağ rezervlerinden, ardından organizmanın yapı taşı olan proteinleri (kas sistemi başta olmak üzere) parçalayarak elde etmeye çalışmaktadır.

Makro Besin Öğeleri: Protein, karbonhidrat ve yağ türlerini temsil etmektedir. Makro besin öğeleri temel olarak vücudun gerekli olduğu enerjiyi sağlamaktadır. Bununla beraber, yeni hücre üretimi, doku oluşumu ve tamiri, hormonların sentezi, yapısal moleküllerin hücrelere taşınması gibi hayati fonksiyonların sürekliliğini sağlamaktadır.

Mikro Besin Öğeleri: Vitaminler, mineraller, iz elementler ve fito-kimyasal türlerini içermektedir. Bu besin öğeleri hücresel faaliyetlerin devamlılığı, sentezlenen hormon ve enzimlerin gerektiği zaman gerektiği yerde aktif hale getirilmesi, doku kalitesinin devamlılığı gibi vücutta önemli yerlerde kullanılmaktadır.

Dünya genelinde açlık ve eksik beslenme artarak devam eden bir sorundur. Günümüzde iki milyarın üzerinde insanda mikro besin (vitamin, mineral, vb.) eksikliği, 800 milyonun üzerinde insanda da kronik olarak yetersiz beslenme, 162 milyon çocuğun büyümesinde besin eksikliğinden dolayı engellenme, 51 milyon çocukta da tükenme sendromu görülmektedir [1].

Tablo 1. Yaş Aralıklarına Göre Ortalama Günlük Enerji, Besin Öğeleri İhtiyaçları ve Kaynakları

BESİN KAYNAKLARI	GÜNLÜK BESİN İHTİYACI	ÇOCUK (7-9 YAŞ)	YETİŞKİN (18-60 YAŞ)	YAŞLI (65 YAŞ ÜSTÜ)
	Enerji (kilo kalori)	1700-1900	2200-2800	1700-1800
	Karbonhidrat (gr)	120-140	180-300	150-250
	Lif (gr)	25	25-30	21-29
	Protein (gr)	26-39	50-75	55-75
	Yağ (gr)	65-75	40-70	40-60
Deniz ürünleri, keten tohumu, soya fasülyesi, kanola	Omega 3 yağ asidi	0,9	1,1-1,6	1,1-1,6
Soya, mısır, ayçiçeği, susam çekirdeği	Omega 6 yağ asidi	10	11-17	11-14
	Mineraller			
Süt ve süt ürünleri, yeşil yapraklı sebzeler	Kalsiyum (mg)	800	1300	1200
Hayvansal besinler (süt, yumurta, et), tahıllar	Fosfor (mg)	500	700-900	700
Kırmızı et ve ürünleri, tavuk, tahıl ürünleri, koyu yeşil yapraklı sebzeler, kuru meyveler	Demir (mg)	10	10-18	10
Tam tahıllar, et, yumurta, deniz ürünleri	Çinko (mg)	5	11	10
İyotlu tuz, deniz ürünleri	İyot (mcg)	90	120-150	120
Florlu su, çay, kılıçığı ile yenilen deniz balığı	Flor (mg)	1	2-4	3
Tahıllar, kuru baklagiller, sert kabuklu yemişler, yeşil sebzeler, süt	Magnezyum (mg)	130	300-400	320
Yeşil yapraklı sebzeler, sert kabuklu yemişler, tahıllar, yumurta	Manganez (mg)	1,5	1,8-2,3	1,8-2,3
Et, tavuk, yumurta, tam tahıl, fasulyegiller	Krom (mcg)	15	30-35	20-30
Sert kabuklu yemişler, tahıllar, fasulyegiller, sert kabuklu yemişler,	Bakır (mcg)	440	800-900	900
Kuru baklagiller, tahıllar, maya	Molibden (mcg)	22	43	45
Et, tavuk, ton balığı, yumurta, Brezilya fıstığı,	Selenyum (mcg)	30	55	55
	Vitaminler			
Havuç, süt, tereyağı, peynir	A (mcg)	500	700-900	700-900
Güneş ışığı, margarin, tereyağı, yumurta sarısı	D (mcg)	10	10	10
Bitkisel yağlar, tam tahıllar, sert kabuklu yemişler, yeşil yapraklı sebzeler	E (mg)	7	15	15
Koyu yeşil yapraklı sebzeler	K (mcg)	60	75-120	90-120
Turuncgiller, çilek, domates, patates, lahanası, yeşil yapraklı sebzeler	C (mg)	60	75-90	75-90
Süt ve ürünleri, zenginleştirilmiş ekmek ve tahıllar, yağsız et, balık, yeşil sebzeler	(B2) Riboflavin (mg)	0,6	1,1-1,3	1,1

[1] Food and Agriculture Organization, World Health Organization. (2014). Second international conference on nutrition. <http://www.fao.org/3/a-m1931e.pdf>

BESİN KAYNAKLARI	GÜNLÜK BESİN İHTİYACI	ÇOCUK (7-9 YAŞ)	YETİŞKİN (18-60 YAŞ)	YAŞLI (65 YAŞ ÜSTÜ)
	Vitaminler			
Yumurta, tavuk, balık, süt, tam tahıl, sert kabuklu yemişler, zenginleştirilmiş ekmek ve tahıllar, et ve ürünleri, kuru baklagiller	(B3) Niasin (mg)	8	14-16	14
Yumurta, tavuk, balık, tam tahıllar, sert kabuklu yemişler	B6 (mg)	0,6	1,3	1,5-1,7
Yeşil yapraklı sebzeler, maya, portakal, tam tahıllar, kuru baklagiller, karaciğer	(B9) Folat (mcg)	200	400	400
Tüm hayvansal besinler	B12 (mcg)	1,2	2,4	2,4
Mantar, yeşil sebzeler, tatlı patates, domates, şalgam, karnabahar, yumurta	Pantotenik asit (mg)	3	5	5
Et, yumurta, mantar, karnabahar, tam tahıllar, peynir, kuruyemişler	Biotin (mcg)	12	25-30	30
Yumurta, balık, soya fasulyesi, karnabahar, Brokoli	Kolin (mg)	250	400-550	400-550

Not-1: gr-gram, mg-miligram (1/1000 gr), mcg-mikrogram (1/1000 mgr)

Not-2: Bu tablo bir insanın günlük makro (karbonhidrat, protein gibi) ve mikro (vitamin ve mineral gibi) besin ihtiyaçlarını gösteren genel bir tablodur. Beslenme bakımından bir referans oluşturmak için değil fikir vermek amacıyla düzenlemiştir. Yaşa, cinsiyete, sağlık ve aktivite durumu gibi faktörlere bağlı olarak besin ihtiyacı değişmektedir. Besin ihtiyacını doğru olarak belirleyebilmek için bir diyetisyen veya doktora başvurulması gerekmektedir.

Güvenli ve besleyici gıdaya erişimin garanti edilemediği koşullarda meydana gelen "gıda güvensizliği", "gıda yoksulluğu" veya "gıda yetersizliği" ekonomik koşullar sonucu ortaya çıkan ve toplum sağlığını tehdit eden diğer unsurlardır.

Toplumların yaşadığı "gıda yetersizliği" ve "gıda güvensizliği" bir veya birkaç gün içerisinde görülen durumlar değildir. Temel gıda ihtiyaçlarının giderek artmasıyla, yoksunluğu yansıtan bir dizi aşamayı içerir. Gıda yetersizlikleri geçici, orta vadeli veya uzun vadeli olabilir. Bu Yetersizliklere; gıda üretimi veya bu gıdaya erişme yeteneğindeki ani düşüşler neden olabilir. Besin yetersizliği sorunu mevsimsel olabileceği gibi, sürekliliğe yayılmış olabilir. Kişinin işsiz kalması, hastalık dönemleri veya tekrarlayan olumsuz olaylarla ilişkili olabilir. Bu tip olaylar, bireylerin ve hane halkının gıda güvenlik durumlarında değişikliklere neden olur. Bu durum, bazen daha fazla ve bazen daha az yoksulluğa ve beraberinde gelen beslenmeye bağlı açlık ya da obezite kaynaklı sağlık sorunlarının görülmesine neden olur.

Gıda güvensizliği: Bir kişinin yeterli gıda tüketememesinin, kişinin yaşamını veya geçimini doğrudan tehlikeye atması durumu. Entegre Gıda Güvenliği Faz Sınıflandırması (IPC) ve Cadre Harmonisé gibi uluslararası kabul gören aşırı açlık ölçümlerine dayanmaktadır.

Gıda yoksulluğu: Yaşamı sürdürmek için belli bir dönemde alınması gereken en az kaloriyi içerecek gıda mallarına ulaşamama durumu.

Gıda yetersizliği: Metabolizmanın sağlıklı bir şekilde çalışması için gerekli olan makro ve mikro besin öğelerini bütünlüklü bir şekilde ve sürekli bir periyotta alamama durumu.

Temiz Gıda: Makro ve mikro besin öğelerini içeren, üretim hacmini arttırmak ve üretim maliyetini düşürerek kârı maksimize etmek amacıyla kullanılan gıda katkı maddeleri, tarım ve hayvancılıkta kullanılan zirai ilaçlar gibi insan sağlığına zararlı olduğu kanıtlanmış maddeleri barındırmayan gıdalardır.

Tüm bu gıda erişiminde yaşanan krizlerin açıklanması önemlidir ancak yeterli değildir. Gıda sorununun, sadece yukarıda bahsedilen nedenlerin giderilmesiyle çözülemeyeceği açıktır. Açlığı, Malthus gibi kimi burjuva iktisatçılarının savundukları şekilde nüfus artışı ve buna paralel gıda üretiminde yetersizliğin sonucu olarak görme eğilimi de, sorunu anlamak yerine üzerini kapatmakta, bir çeşit “kader” gibi algılanmasına sebebiyet vermektedir. Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) bile meselenin gıda üretiminde olmadığını vurgulamak zorunda kalmıştır. Dünyada kişi başına gıda üretimi istikrarlı bir şekilde artmaya devam etmektedir. Kapitalist sistemin doğası gereği, gıdanın pazara sunulacak bir meta olarak görülmesi açlığın ve gıda yetersizliğinin en büyük sebebidir. COVID-19 pandemisiyle birlikte bu durum daha da vahim hale gelmiş, açlık ve yetersiz beslenme oranları daha da artmaya başlamıştır [2].

Açlık, kapitalizmde tesadüfi bir sorun değildir. Kıtliklar ve gıdaya erişememe doğrudan ekonomik gelir ve satın alma gücüyle ilişkilidir. Gelir, piyasa ekonomisinde gıdaya erişme “hakkını” verir. Dolayısıyla insanlar, kapitalist ekonominin dalgalanmalarını, krizlerini göğüsleyebilecek ekonomik güce sahip olmadıklarında açlığa ve ölüme terk edilmektedir. Bu Beslenmenin doğal bir hak olmaktan çıktığı, insanların gıdayı sürekli olarak “kazanmak” zorunda bırakıldığı bir düzenin sonucu olarak dünyada açlık yaşanmaktadır.

1. AÇLIK VE GÜNÜMÜZDEKİ DURUM

Açlık, kişinin düzenli olarak alması gereken besin bileşenlerini uzun bir süre boyunca tamamen alamaması ya da eksik ve düzensiz şekilde almasının sonucu ortaya çıkan bir beslenme sorunudur. Açlık vücut yapı ve fonksiyonlarını görülebilir, ölçülebilir ve bazı durumlarda kalıcı hasarlar bırakacak şekilde olumsuz etkilemektedir [3]. Açlığın sağlık üzerindeki etkileri hangi yaşta açlığa maruz kalındığına ve açlığın ne kadar devam ettiğine bağlı olarak değişmektedir. Örneğin çocukluk çağında maruz kalınan açlık büyümeyi, iskelet, kas ve sinir sisteminin gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir [4]. Hamile bireylerin açlığa maruz kalması durumunda ise hem bebeğin hem de annenin sağlığı tehlikeye girmektedir [5].

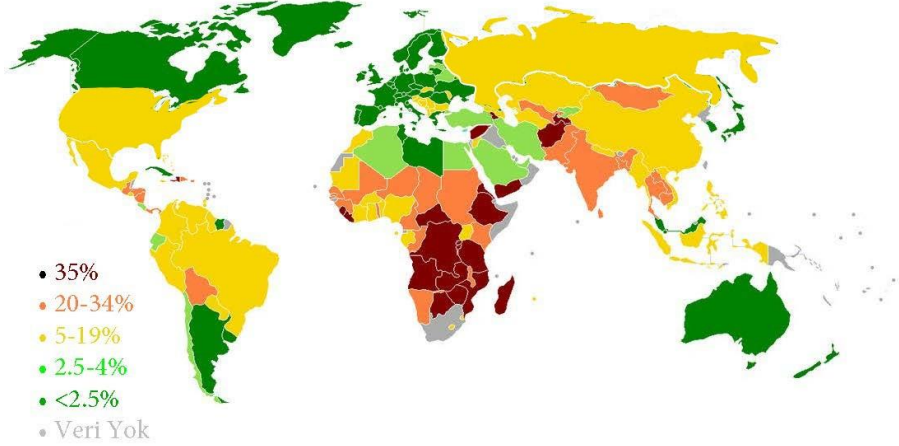
Açlık ve yoksulluk kavramı incelemelerinde, sürekli dünyanın en yoksul bölgelerine atıfta bulunulan bir tablo çizilmektedir. Örneğin, yırtık elbiseleriyle Afrikalı çocuklar insanlığın hafızasına yer etmiş bir görüntüdür. Ancak yoksulluk tablosu yalnızca dünyanın en fakir bölgelerinde karşımıza çıkmamaktadır. Yoksulluğa bağlı açlık veya gıda güvensizliği her ülkede vardır ve her geçen gün gıda yoksunluğu çekenlerin sayısı artmaktadır. Örneğin kapitalist dünyanın

- [2] UNICEF (2020). Gıda Krizleri Küresel Raporu, COVID-19 salgınının yeni risklere yol açtığı kırılan ülkelerdeki gıda krizlerinin şiddetini ortaya koyuyor” <https://www.unicef.org/turkey/basin-bultenleri/gida-krizleri-kuresel-raporu-covid-19-salgininin-yeni-risklere-yol-ac-tigi-kirilan>
- [3] Baysal, A., Aksoy, M., Besler, H. T., Bozkurt, N., Keçecioğlu, S., Mercanligil, S. M., & Yıldız, E. (2002). Diyet el kitabı. Ankara: Hatipoğlu Baskı, 225-53.
- [4] Baysal, A. (2003). Sosyal eşitsizliklerin beslenmeye etkisi. CÜ Tıp Fakültesi Dergisi, 25(4), 66-72.
- [5] Ross, A. C., Caballero, B., Cousins, R. J., Tucker, K. L., & Zigler, T. R. (2014). Modern Nutrition In Health and Disease. [e-book].

başını çeken ABD’de yapılan bir araştırma, nüfusun %53’ünü arkadaşlarından yardım alarak, %79’unun abur cubur gibi atıştırılmalık hazır yiyecekler alarak, %35’inin kişisel eşyalarını rehin bırakarak, %40’ının ise yemekleri fazla sulandırarak beslenmeye çalıştığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte ABD’deki ailelerin yarısından fazlasının (%55’i) beslenme devamlılığını sağlayabilmek adına birden çok stratejiyi aynı anda uygulamak zorunda kaldığını belirtmektedir [6].

Açlık üzerine yapılmış çalışmalardaki verilerde, doğrudan tüm yiyecek ve içeceğin kesilmesiyle bağlantılı oranlar sunulmaktadır. Şekil 1’de gösterilen harita buna bir örnektir. Afrika kıtasında ve Güney Asya bölgesinde yoğun açlık gözlemlenirken haritanın geri kalanında açlık oranlarının “normal” seyrettiği görülmektedir.

Şekil 1. Dünya Açlık Haritası 2010- 2019¹



¹ Haritanın oluşturulmasında FAO’nun yıllık raporlarındaki oranlar ve ulusal çalışmaların [7, 41-58] verileri baz alınarak ulaşılan ortalama değerler kullanılmıştır. 41-58 arasındaki kaynaklar raporun sonunda sunulmuştur.

Açlık haritasında görülen resim yalnızca bir başlangıç sayılabilir. Dünyada

beslenme kaynaklı ölüm oranları, durumun ciddiyetini gözler önüne sermektedir, istatistiksel olarak dünyada her 10 saniyede bir çocuk yaşamını yitirmektedir. 1990’lı yıllarda açlığa bağlı çocuk ölümü sayıları milyonları aşarken, 2000’li yıllarda bu sayıda bir nebze düşüş yaşanmıştır. Ancak 2008 ekonomik krizi ile açlığa bağlı çocuk ölümü tekrar artışa geçmiş, 2015 sonrası ise ciddi oranda artmıştır. FAO’nun 2020 raporuna göre aç insan sayısı 2018’e nazaran 2019’da 10 milyon artarak yaklaşık 690 milyon kişiye çıkmıştır [8]. Açlığın sayısal olarak Asya’da fazla olduğu ancak Afrika’da daha hızla yayıldığı görülmektedir. Raporda Asya’nın 381 milyon insan ile en çok yetersiz beslenen kişinin bulunduğu kıta olduğu, bu sayının Afrika’da 250 milyon, Latin Amerika ile Karayipler’de ise 48 milyon olduğu bildirilmektedir. Açlığa bağlı yıllık ölüm sayıları ise 9 milyon dolayındadır. Bu veriler, dünyanın vahim durumunu yansıtmaktadır. Bununla birlikte dünya genelindeki aç nüfusun %89’u yoksul ülkelerde yaşamaktadır [9-10].

- [6] Economic Research Service, United States Department of Agriculture (2020). FoodAPS National Household Food Acquisition and Purchase Survey. <https://www.ers.usda.gov/data-products/foodaps-national-household-food-acquisition-and-purchase-survey.aspx>
- [7] World Food Programme (2019). Hunger Map, 2019. <https://www.wfp.org/publications/2019-hunger-map>
- [8] Food and Agriculture Organization of the United Nations (2020). The State of Food Security and Nutrition in the World. <http://www.fao.org/3/ca9692en/online/ca9692en.html>
- [9] Mercy Corps (2020). The facts: What you need to know about global hunger. <https://www.mercycorps.org/blog/quick-facts-global-hunger>
- [10] Whes & Hunger Notes (2020). Hunger And Nutrition Facts. <https://www.worldhunger.org/hunger-and-nutrition-facts/>

1.1. Dünya Geneline Açlığın Nedenleri

Birleşmiş Milletler (BM) tarafından 1996 yılında “Milenyum Hedefleri” doğrultusunda 2015 yılına kadar dünya üzerinde aç insanın kalmaması üzerine bir hedef koyulmuştu [11]. Bu hedef üzerinden beş yılı aşkın zaman geçmesine rağmen açlık ve yoksulluk, artarak devam etmektedir. Yine aynı kurumun bünyesinde bulunan Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü, Uluslararası Tarımsal Kalkınma Fonu (IFAD), Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF), BM Dünya Gıda Programı (WFP) ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 2015 yılında “2030 yılına kadar açlığı ortadan kaldıracaklarını” ilan etmişlerdi. Benzer bir süreç tekrarlanmaktadır. Dünya Gıda Programı’nın 13 Temmuz 2020 tarihinde yayımladığı "Dünyada Gıda Güvenliği ve Beslenmenin Durumu" adlı raporda "Dünyanın açlığa, gıda güvensizliğine ve kötü beslenmeye son vermeyi taahhüt etmesinin üzerinden beş yıl geçti. Ancak geldiğimiz noktada, 2030 yılına kadar bu hedefe ulaşmaktan uzağız” ifadeleri yer almaktadır [12].

1.1.1. Ekonomik krizler ve savaşlar

Dünya üzerinde açlığa bağlı görülen ölüm vakaları genel olarak belli bölgelere toplanmış durumdadır. Bu bölgeler emperyalist sömürünün yoksullaştırdığı Afrika kıtası, Güney Asya ve yıllardır savaşların sürdüğü Ortadoğu’dur. Günümüzde hâlihazırda süren yüzlerce sıcak çatışma bölgesi bulunmaktadır. Yalnızca Afganistan, Orta Afrika Cumhuriyeti, Demokratik Kongo Cumhuriyeti, Güney Sudan, Somali, Suriye, Çad Gölü Havzası ve Yemen'deki savaşlar dolayısıyla, toplamda yaklaşık 56 milyon insan acil gıda ve geçim yardımına ihtiyaç duymaktadır [13]. Yine savaşlar dolayısıyla 2019 ortası itibarıyla dünya genelinde tahmini 79 milyon insan yerinden edilmiş durumdadır. Bunların 44 milyonu ülke içinde yerinden edilmiş insanlar, 20 milyonu da farklı ülkelere göç etmek zorunda kalan mültecilerdir. Bu mültecilerin yarısından fazlası yüksek sayıda akut gıda güvencesi olmayan insanların bulunduğu ülkelerde ağırlandırılmaktadır. Ayrıca, mültecilerin hiçbirisinin ne sağlık ne gıda güvencesi bulunmakta ve binlercesi güvenli bir bölgeye ulaşmadan hayatını kaybetmektedir.

1.1.2. Kapitalist ekonomi

Gıda ve beslenme otoriteleri besin yetersizliği kaynaklı ölümlerin nedenini ekonomik krizler ve savaşlar ile açıklama eğilimindedir. Kısmen doğrudur ancak krizler ve savaşlar kapitalist sistemin doğal işleyişinin sonuçlarıdır ve bugün yaygın açlık yaşamayan zengin ülkeler, bu ülkelerde yerleşik olan tekelleşmiş

[11] International Monetary Fund (2015). The IMF and the Millennium Development Goals. <https://www.imf.org/external/np/exr/facts/mdg.htm>

[12] Our World in Data (2020). What share of adults are overweight? <https://ourworldindata.org/obesity#what-share-of-adults-are-overweight>

[13] Food and Agriculture Organization of the United Nations (2019). Conflict-driven hunger worsens. <http://www.fao.org/news/story/en/item/1178080/icode/>

sermaye grupları, tüm kriz ve savaşların doğrudan ya da dolaylı tarafıdır. Bu nedenle krizler ve savaşlar açlıktan ölüme sebep olan değil, açlıktan ölüm sayılarını arttıran faktörler olarak görülmelidir. Zira dünyada görece kapitalist ekonominin bunalımlarının olmadığı dönemlerde de açlığa bağlı ölüm sayıları yüksek seyretmiştir.

Dünya üzerinde açlık sorunu ile ilgili istatistiksel bilgiler FAO'nun açlık tanımına bağlı olarak hazırlanmaktadır. FAO'nun tanımına göre yetersiz beslenme, gıda enerjisinin hareketsiz bir yaşam tarzı için minimum ihtiyaçları bile karşılayacak kadar yetersiz (bir başka deyişle minimum harcanan enerji ihtiyaçlarını) olduğunda ve bu yetersizliğin bir seneden fazla yaşandığı durumlarda ortaya çıkan yüksek gıda güvensizliği olarak tanımlanmıştır [14]. FAO'nun tanımı, oldukça muğlak, dar bir tanım olup yetersiz beslenme kavramını, bir yıldan uzun süren bir enerji yoksunluğu durumu olarak tasarlamıştır. Örneğin herhangi bir olayın tetiklediği durumlarda bir sene içerisinde gıda ve suyun tamamen kesilmesiyle ölen insanlar bu tablonun içerisinde bulunmamaktadır fakat bir insan susuzluğa en fazla 168 saat dayanabilir. Dolayısıyla gizli açlık sayıları, dolaylı olarak açlıktan ölenler, ağır yaşam koşulları veya açlığa bağlı

DSÖ ve FAO'nun yanıltıcı açlık tanımı ve sunduğu çözüm önerileri tüm dünya popülasyonlarının sağlığını tehlikeye atıyor.

- FAO'nun açlık tanımı yalnızca diyet enerjisine odaklanmaktadır. Bu odak sorunludur çünkü insan vücudundaki biyolojik faaliyetlerin sağlıklı bir şekilde devam etmesi için salt "enerji" yeterli değildir. Eğer öyle olsaydı, insanları yeterli miktarda şekerle besleyerek, tüm küresel yetersiz beslenme sorunu ucuz ve basit bir şekilde çözülmüş olurdu.
- FAO'nun açlık sorunu karşısında sunduğu yalnızca besin alımına odaklanan çözüm önerisi yeterli değildir. Bu problemli bir bakış açıdır, çünkü açlığa bağlı ortaya çıkan sağlık sorunu yaşayan bireylerde besin emilimi sorunları görülmektedir. Yani tükettikleri besinlerin tamamından yararlanamamaktadırlar. Bu kişiler için özel beslenme programları uygulanmalıdır.
- FAO'nun açlık tanımında bir kişinin açlık çekmesinin koşulu olarak bireyin kalori alımının "hareketsiz bir yaşam tarzı için minimum ihtiyaçları bile karşılayamayacak kadar yetersiz" olması gerektiği belirtilmiştir. Bu tanımda hareketsiz yaşamdan ne kastedilmek istendiği belirli değildir. Ayrıca, insanların hareketsiz bir yaşam sürdürmediği, farklı sektörlerde çalışan işçilerin farklı günlük kaloriye ihtiyaç duydukları bir gerçektir. FAO'nun tanımında çalışan kesimin aç kalmamak için alması gereken kalori ihtiyacına değinilmemiştir. Ülkelerin yoksulluk sınırı altında çalışan kişiler incelendiğinde, genellikle ağır işlerde çalıştırıldığı ve "hareketsiz bir yaşam tarzı" yaşamadıkları gerçeği karşımıza çıkmaktadır.

hastalıklar bu tanım tarafından kapsam dışı bırakılmaktadır. Böylelikle FAO verilerinde açlığı kendi tanımlamasına göre yaparak, var olan açlık sorunun görülmesine engel oluşturmaktadır.

Dolayısıyla Şekil 1'de gösterilen haritaya tekrar bakmak gerekir. Yoksullukla boğuşan ama "ölmeyen" milyonlarca insan tabloya dâhil edildiğinde

[14] Food and Agriculture Organization of the United Nations (2020). Hunger and food insecurity. <http://www.fao.org/hunger/en/>

hazırlanmış olan Küresel Açlık İndeksi verilerinden çok daha feci bir görüntü ortaya çıkmaktadır. Geniş tanımlı gıda güvensizliği yaşayan insanların sayısı %26,4 oranındadır yani 2 milyar insan yetersiz beslenmeyle karşı karşıyadır [15].

Bu çerçevede, yoksulların yetersiz beslenmeye dayanan sorunları ile kapitalist ekonomik sistem arasındaki ilişki daha yapısal bir biçimde tanımlanmalıdır.

Serbest piyasa işleyişi toprak, gıda ve emek dâhil olmak üzere her şeyi ticari meta haline getirir. Metaların üretim ve piyasada dolaşımında ise öncelik insanların ihtiyaçları değil kâr eldesidir. Dolayısıyla, dünya üzerinde gıda üretiminin hangi durumda olduğundan bağımsız olarak üretilen ürünün ne kadar kazanç getireceğine bakılarak değerlendirilir. Ancak kapitalist dünya ekonomisinin gelişkinlik düzeyi her ülkeye eşit biçimde dağılmış değildir ve ticari değer üretimi dünyanın sanayi merkezlerinde (Bilhassa G-7 ülkeleri ve Çin) yoğunlaşmaktadır. Bu bölgelerde bir yanda üretilen sınai değer çokluğundan dolayı, diğer yandan da nüfusun çok büyük bölümünün kentlileşmesinden, yani gıda üretmeyen ancak tüketen insanlar haline gelmesinden dolayı gıda fiyatları diğer metaların fiyatına göre görece yüksek seyreder. Dolayısıyla bu sanayileşmiş ülkelerin oluşturduğu grup, serbest piyasa ekonomisinin işleyiş mantığı gereği, dünyanın geri kalanından, bilhassa da gıdanın görece ucuz olduğu sanayileşmemiş ülkelere gıda ithal etme ve gıda fiyatlarını dünya çapında yükseltme eğilimine girer. Bunun sonucunda yoksul ve sanayileşmemiş ülkelere gıda fiyatları yükselir ve zaten yoksul olan nüfusun giderek daha büyük bir bölümü yeterli gıdaya erişemez hale gelir.

Özetle, yetersiz beslenmenin sebebi kıtlık değildir, insanların bir bölümünün gıda alacak geliri olmamasıdır.

Bu durum, doğal olarak, tekelleşme olgusuna bağlı olarak derinleşmektedir. Dünyanın gıda üretiminin çok büyük bölümü toplam 10 tane tekelleşmiş, emperyalist sermaye grubu tarafından kontrol edilmektedir. Marketten alınan hemen her ürün, bu şirketlerin bir tanesinden çıkmıştır. Bu şirketler bir yandan dünya çapında tarımsal üretim tercihlerini belirlemekte (ve temel ihtiyaçlara yönelik tahıl vb. ürünlerden ziyade kâr oranı daha yüksek tarımsal ürünlerin, örneğin tropik meyvelerin ya da akaryakıt fiyatlarının yükseldiği dönemlerde biyoyakıt hammaddelerinin üretilmesini teşvik etmekte), diğer yandan da tüm gıda tedarik zincirlerini kontrol ettikleri için gıdanın dünyaya dağılımının eşitsizliğini artırmaktadır. Bunun sonucunda, merkezi bir planlama ile bölüşümü düzenlense herkese yetecek olan gıda üretiminin, plansızlıktan değil şirket çıkarlarına göre planlanmasından dolayı dünya çapında milyonlarca insan açlıkla

[15] Allen, S. L., de Brauw, A., & Gelli, A. (2016). Harnessing value chains to improve food systems. IFPRI book chapters, 48-55.

karşı karşıya kalmaktadır.

Bu sürecin günümüzde vardığı çarpıcı nokta, sanayileşmiş ülkelerin (bilhassa Sahra Altı Afrika bölgesinde yer alan) yoksul ülkelerin tarım arazilerini satın almaya başlamış olmasıdır. Yoksul ülkelere genelde emperyalist şirketler, bazı durumlarda ise sanayileşmiş ülkelerin varlık fonları gibi, sermaye sınıfının "kolektif" görünümlü özneleri tarafından devasa miktarda toprak ele geçirilmektedir. Ulusal sınırlarının dışarısında satın alma ya da kiralama yoluyla toprak elde eden ülkelere bakıldığında ABD, İngiltere ve Çin başı çekmektedir. İngiltere 4,4 milyon hektar, ABD 3,7 milyon hektar, Çin 3,4 milyon hektar toprağı ya satın almış ya da kiralamış durumdadır [16]. Böylelikle kapitalistleşme yarışına zengin ülkelerin sömürgeleri olarak başlamış ve çoğu bağımsızlığını 20. yüzyılın ikinci yarısında elde edebilmiş ülkeler, çoğu sömürgeci geçmişe sahip sanayileşmiş ülkelere yığılmış sermaye tarafından bir kez daha, bu kez "parasıyla" sömürgeleştirilmektedir. Öte yandan, bu herhangi bir durumda yaşanmaması gereken süreç sadece yalın piyasa mekanizmalarıyla da işlememekte, emperyalist sermaye toprak gaspını ucuza getirmek için kleptokratik iktidarlarla işbirliği yapmakta, iç savaş koşullarından faydalanmakta ve her türlü fırsatı değerlendirmektedir. Dolayısıyla bu yaşananı "toprak gaspı" olarak adlandırmak yanlış olmayacaktır.

Tüm bunlar kapitalist ekonominin işleyişinde metaların değerlerinin karşıladıkları ihtiyaçlarla alakası kalmaması; daha temel ürünlerin değil, pahalıya satılabilecek ve üretilmesi görece zor, daha fazla emek isteyen ürünlerin aynı zamanda daha yüksek oranda kâr getirmesi ile alakalıdır. "Yüksek katma değerli ürünler" olarak kutsanan bu metaları merkeze koyan ekonomik işleyiş, sistematik olarak temel gıda ürünlerini, bilhassa da işlenmemiş tarım ürünlerini değersizleştirmektedir. Öyle ki, sanayileşmemiş dünyanın büyük bölümünde yoksul çiftçiler net gıda alıcısı haline gelmiştir ve ürettikleri işlenmemiş tarımsal üründen elde ettikleri gelir, sağlıklı beslenmelerine (hatta temiz suya erişmelerine) dahi yetmemektedir. Bunun bir diğer sistematik sonucu da Türkiye gibi emlak piyasasının hızla büyüdüğü ve emlak fiyatlarının yükseldiği ülkelere tarımsal arazilerin, bilhassa da küçük ölçekli olduklarında geçim sağlamaya yetmemesi; bunların mümkün olan her durumda gayrimenkul olarak değerlendirilmesidir. Bu süreç sonucunda Türkiye, son 20 yıl içerisinde net tarımsal ürün ithalatçısı haline gelmiştir.

[16] Yagci, G. (2018). Türkiye'nin yurt dışında tarım arazisi kiralaması ülke içinde betonlaşmayı arttıracak. Eronews. <https://tr.euronews.com/2018/09/12/turkiye-sudan-tarim-anlasmasi-gelecek-nesillerin-gida-egemenligi-tehlikede-mi>

1.2. Türkiye’de Açlık ve Sebepleri

Yoksulluk, dünyanın sorunu olduğu gibi Türkiye’nin de sorunudur. Bir taraftan kapitalist düzenin eşitsizlikleri nedeniyle gelir dağılımındaki uçurum, öte yandan sürekli yaşanan kriz sonucu yüksek enflasyon, ithal malların döviz kuruna bağlı sürekli pahalalanması gibi olgular yoksulluğu dolayısıyla açlığı daha da şiddetli bir boyuta taşımaktadır.

Türkiye’de 1980 ile geçilen serbest piyasa ekonomisi, 2000’li yıllarda ciddi oranda ekonomik dağılım makasının açılmasına, yoksulluğun büyümesine ve toplumsal eşitsizliklerin daha da artmasına sebep olmuştur.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre Eylül 2020 itibariyle Türkiye’de çalışan emekçi sayısı 27 milyon 707 bin kişidir. Bununla birlikte çalışan emekçilerin 10 milyon kadarı asgari ücretle çalışmaktadır. Türkiye’de 1 Ocak 2020 tarihiyle birlikte, asgari ücret net 2 bin 324 TL, 2021 yılı itibariyle net 2.850,90 TL olarak belirlenmiştir.

TÜRK- İŞ sendikasının Ocak 2020 raporuna göre dört kişilik bir ailenin açlık sınırı 2.219 TL, yoksulluk sınırı ise 7.229 TL olarak hesaplanmıştır [17]. “Aralık 2020 Açlık ve Yoksulluk Sınırı” raporuna bakıldığında dört kişilik ailede açlık sınırı 2.590 TL, yoksulluk sınırı ise 8.436 TL olarak hesaplanmıştır [18]. Dolayısıyla Türkiye’de yoksulluk sınırı altında 30 milyondan fazla insanın yaşadığı anlaşılmaktadır.

2000’li yıllarda Türkiye’de işsizlik oranı ortalama olarak %10,87 dolaylarında seyretmiştir. İşsizlik 2019 senesinde, 2018’e göre 932 bin artış gösterirken, istihdam bir önceki yıla göre 658 bin kişi azalmıştır. Böylelikle 2019 senesinde işsizlik oranı 2018’e göre %2,7 artış göstererek %13,7 seviyesine yükselmiştir. Geniş tanımlı işsizlik oranları ise %20,7 (4 milyon 469 bin) olarak açıklanmıştır. Genç ve kadın işsizliği ise daha da vahim bir tabloyu göstermektedir. Genç işsizlik, 2019 yılında %20,3’ten %25,4 seviyelerine ulaşmıştır. Bu oran, her dört gençten bir tanesinin işsiz olduğunu göstermektedir. Kadın işsiz sayısı ise 2019 yılı itibari ile %13,9’dan %16,5’e yükselmiştir [19].

2020 yılı itibariyle tüm dünyayı etkileyen COVID-19 pandemisiyle birlikte, Türkiye’de birçok işçinin işten atıldığı, ücretsiz izne çıkarıldığı ya da Kısa Çalışma Ödeneği’ne bağlandığı bir döneme girildi. DİSK-AR’ın Haziran 2020 raporuna göre COVID-19 pandemisi öncesi var olan ağır işsizlik tablosu, 2020 yılının ilk yarısında derinleşmiştir. Bu süreçte Türkiye tarihinin en yüksek işsizlik oranları

[17] Türkiye Devrimci İşçi Sendikaları Konfederasyonu Araştırma Merkezi. (2020) İşsizlik ve İstihdam Raporu <http://disk.org.tr/2020/03/mart-2020-issizlik-ve-istihdam-raporu-krizde-1-milyon-660-bin-istihdam-kaybi/>

[18] Türkiye İşçi Sendikaları Konfederasyonu (Eylül- 2020). Açlık ve Yoksulluk Sınırı Raporu. <http://www.turkis.org.tr/OCAK-2020-ACLİK-VE-YOKSULLUK-SINIRI--d357751>

[19] Türkiye Devrimci İşçi Sendikaları Konfederasyonu Araştırma Merkez. (Aralık-2020) “İşsizlik ve İstihdam Raporu” <http://disk.org.tr/2020/12/aralik-2020-issizlik-ve-istihdam-raporu-issizlik-dusmuyor-artiyor-issizlik-orani-yuzde-127-degil-yuzde-264/>

görülürken, Nisan 2020 ile geniş tanımlı işsizlik %28,7 (17 milyon 722 bin) oranına yükselmiştir. 2019 senesinde çalışan emekçilerin sayısı 27 milyon iken, COVID-19 pandemisi süreciyle birlikte çalışan emekçi sayısı 7 milyon 109 bin kişi azalarak 20 milyon 456 bine gerilemiştir. Aralık 2020 işsizlik tablosu değerlendirildiğinde, Türkiye’de geniş tanımlı işsizliğin 9 milyon 935 bin kişiye (%27,6) yükseldiği görülmektedir [19].

Türkiye’de 2020 yılında net asgari ücret 2.324,70 TL’dir. Bu para dört kişilik bir ailenin aylık olarak gerekli gıda harcamasını karşılayamamaktadır. Asgari ücret, dört kişilik ailenin “insani” koşullarda hayat sürdürebilmesi için yapması gereken harcamaya bir ayın ancak dokuz günü için yetmektedir. Ocak 2021 ile birlikte net olarak 2.825,90 TL olarak belirlenen asgari ücret de ailelerin geçinimini ve beslenme durumlarını iyileştiremeyecek düzeyde kalmıştır. Tablo 2 [20], TÜRK-İŞ’in Aralık 2020 için hazırladığı açlık ve yoksulluk tablosunu göstermektedir.

Tablo 2. Türk-İş Kasım- Aralık 2020 Açlık ve Yoksulluk Sınırı Raporu

	KASIM 2020	ARALIK 2020
Yetişkin Erkek Gıda Harcaması	694,64 TL	711,22 TL
Yetişkin Kadın Gıda Harcaması	575,85 TL	592,22 TL
15–19 Yaş Grubu Çocuk Gıda Harcaması	746,20 TL	768,21 TL
4–6 Yaş Grubu Çocuk Gıda Harcaması	499,99 TL	518,29 TL
Açlık Sınırı	2.516,67 TL	2.589,94 TL
Yoksulluk Sınırı	8.197,62 TL	8.436,27 TL

Tüm bu tabloya Türkiye’de gıda fiyatlarının yüksekliği de eklendiğinde açlığın ne kadar yaygın bir sağlık sorunu olduğu anlaşılmaktadır. Dört kişilik bir ailenin sağlıklı ve yeterli beslenebilmesi için en az 2.589,94 TL’lik alışveriş yapması gerekmektedir. Bu oran yalnızca açlık sınırı olarak değerlendirilmektedir. Yine dört kişilik bir ailenin gıda, kira, elektrik, su, eğitim vb. ihtiyaçları için en az 8.436,27 TL’lik bir harcama söz konusudur [21]. Dolayısıyla asgari ücretle, sağlıklı beslenerek geçinmek bu kadar zorken, Kısa Çalışma Ödeneği’ne mahkûm olan emekçilerin bu süreci atlatma ihtimalleri daha da azalmaktadır.

İstanbul Büyükşehir Belediyesi İstatistik Ofisi’nin Nisan 2020’de hazırladığı raporda, hanelerde yer alan kişilerin yüzde 53,5’inin sigorta kaydının olmadığı %47,3’ünün ise düzenli bir gelire sahip olmadığı görülmektedir. %92,6’sının 1.000 TL tutarında beklenmeyen bir harcamayı borçlanmadan kendi imkânlarıyla karşılayamayacağı; yine nüfusun %91,8’inin haftada en az iki kere et, tavuk ve balık alacak durumda olmadığı ortaya çıkmıştır [21].

[20] Türkiye İşçi Sendikaları Konfederasyonu (Aralık- 2020). Açlık ve Yoksulluk Sınırı Raporu. <http://turkis.org.tr/ARALIK-2020-ACLIK-VE-YOKSULLUK-SINIRI-d478752>

[21] İstanbul İstatistik Ofis. (2020). İstanbul’da Kent Yoksulluğu Araştırması. <https://istatistik.istanbul/bulten.html?bultenAd=İstanbul%27da%20Kent%20Yoksulluğu%20Araştırması,%20Mayıs%202020>

Sonuç olarak işsiz kalan milyonlarca insan ve ücretsiz izne çıkarılan on binlerce emekçiyle birlikte gıda harcamalarını sağlayacak gücü olmayan insanların sayısı giderek artmaktadır. Türkiye, COVID-19 pandemisi ile daha da büyük bir ekonomik krize girerken, emekçiler önümüzdeki dönem daha ileri boyutlarda yetersiz beslenme ve açlık riskiyle karşı karşıyadır.

2. OBEZİTE VE GÜNÜMÜZDEKİ DURUM

Obezite vücutta sağlığı bozacak düzeylerde yağ birikmesi olarak tanımlanmaktadır. Obezite besinlerle alınan enerjinin (kalori) harcanan enerjiden fazla olması ve fazla enerjinin vücutta yağ olarak depolanması (%20 veya daha fazla) sonucu ortaya çıkmaktadır. Birçok metabolik soruna ve hastalığa yol açarak yaşam süresini kısaltmaktadır. Obeziteye bağlı olarak; Tip 2 diyabet, birçok kanser türü, yağlı karaciğer hastalığı, hormonal bozukluklar, hipertansiyon ve kardiyovasküler hastalıklar gelişebilmektedir [22]. Beden kitle indeksi (BMI) genel olarak obezite ölçütü olarak kullanılmaktadır. Buna göre BMI ≥ 30 kg obez ve BMI ≥ 40 kg aşırı obez olarak tanımlanmaktadır.

Dünya genelinde artan obezite pandemisinin altında yatan en önemli etkenlerden biri yetersiz beslenmedir. Artan günlük kalori tüketimi ile obezite arasında yakın bir ilişkinin olduğu bilinmektedir. DSÖ tarafından yayımlanan

Boş kalorili besinler: Yendiği zaman insana kalori sağlayan ama aynı zamanda vücut için gerekli protein, vitamin ve mineralleri karşılamayan besinlerdir.

Gizli açlık: Günlük beslenmede tokluk hissinin duyulmasına yetecek kadar kalori alındığı ancak vücudun ihtiyacı olan vitamin ve mineraller gibi temel mikro besin öğelerinin alınamadığında ortaya çıkan sağlık sorunudur.

yayımlanan verilere göre tüm kıtalarda (yani sadece Avrupa ve Amerika gibi emperyalist hiyerarşinin üst basamaklarında yer alan ülkelerin bulunduğu kıtalar değil Afrika da dâhil olmak üzere) kişi başına düşen günlük kalori miktarı 1965'ten günümüze genel olarak sürekli bir artış göstermektedir [23-24]. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü verilerine göre bir insanın günlük kalori ihtiyacı 1800 kilokaloridir. 2013 verilerine göre Türkiye kişi başına düşen günlük 3700 kilokalori ile ABD ve pek çok Avrupa ülkesinin önünde, dünyada kişi başına düşen kalori bakımından ilk beş ülke içerisinde yer almaktadır. Aynı verilere göre kişi başına düşen kalori miktarı bakımından en son sıralarda yer alan Orta Afrika Cumhuriyeti (1879 kilokalori), Zambia (1879 kilokalori), Madagaskar (1930 kilokalori), Afganistan (2052 kilokalori), Haiti (2090 kilokalori) ülkelerinde bile kişi başına düşen günlük kalori miktarı 1800 kilokalorinin üzerinde görünmektedir. Ama aynı zamanda bu ülkeler dünya açlık endeksinde en çok açlığın, besin yetersizliği kaynaklı çocuk ölümlerinin görüldüğü ülkelerdir [25].

- [22] Dalhoff, A. (2012). Global fluoroquinolone resistance epidemiology and implications for clinical use. Interdisciplinary perspectives on infectious diseases, 2012.
- [23] Koh-Banerjee, P., Wang, Y., Hu, F. B., Spiegelman, D., Willett, W. C., & Rimm, E. B. (2004). Changes in body weight and body fat distribution as risk factors for clinical diabetes in US men. American journal of epidemiology, 159(12), 1150-1159.
- [24] World Health Organization (2020). Average number of calories available per person per day (kcal). https://gateway.euro.who.int/en/indicators/hfa_440-3200-average-number-of-calories-available-per-person-per-day-kcal/
- [25] Roser, M., & Ritchie, H. (2013). Hunger and undernourishment. Our World in Data.

Kişi başına düşen kalori miktarının yüksek olması, bir ülkede dar tanımıyla 'açlık' olmaması, o toplumda besin yetersizliği sorununun olmadığı anlamına gelmemektedir. Dünyada günlük kişi başına düşen kalori bakımından neredeyse en yukarıda olan ABD'de besin eksiklikleri alarm verici boyutlara ulaşmıştır. ABD Ulusal Beslenme Araştırma Grubu'nun 2020 yılında yayımladığı rapora göre ABD'de yetişkinlerin %46'sı, çocukların da %56'sı dengersiz ve eksik beslenmektedir. Raporda 1979'dan 2018'e kadar olan sürede yanlış ve eksik beslenmenin arttığı ve aynı dönemde sağlık sorunları için harcanan paranın üç katına çıkarak gayri safi yurtiçi hasılanın %20'sine ulaştığı belirtilmektedir. Aynı raporda ABD'nin sağlık, ekonomi ve ulusal güvenlik bakımından en önemli sorununun halkın düzgün beslenmemesi olduğunun altı çizilmiştir [26].

Beslenme ve Gıda otoritelerince obezite ile mücadelede bireylerin "sağlıklı beslenme" ve "aktif bir yaşam" rutinini seçerek kalori tüketimlerini azaltmaları ya da alınan kalorileri spor yaparak harcamaları ile obezite probleminin ortadan kalkacağına dair bir yaklaşım benimsenmiştir. Günlük kalori tüketiminin artmasındaki sebepler bireylerin günlük yemek yeme tercihlerine indirgenmekte, bireylerin bu tercihleri yapmak zorunda kalmasının altında yatan sosyo-ekonomik etmenler göz ardı edilmektedir. ABD, Avrupa gibi kişi başına düşen günlük kalori miktarının en yüksek olduğu ülkelerde obezite son 40 yıldır sürekli artmaktadır. Bununla birlikte obezitedeki artış Türkiye, Çin, Hindistan gibi ülkelerde de hızla artmaktadır [27].

2.1. Dünya Geneline Obezitenin Nedenleri

Gıda güvensizliği, yoksulluğa bağlı açlık çekenler için kullanılan bir kavram olageldi. Ancak gıda güvensizliğinin sonucu yalnızca açlık çekmek değildir, insanlar gerekli besin gruplarını alamadığı için obez veya aşırı kilolu hale gelebilmektedir. Yoksulluk ve obezite arasındaki ilişki, enerji bakımından yoğun gıdaların düşük maliyetiyle ilişkilidir. Bu tür besinlerin tüketimine ciddi oranda eğilim vardır. Yüksek kalorili gıdaların, düşük gelirli tüketiciler tarafından seçilmesi, tasarruf için planlı bir strateji haline gelmiştir.

Kapitalist dünyanın sanayileşme koşullarına bağlı olarak, artan iş temposu, şehir içi ulaşımın süresinin nüfusa ve altyapıya bağlı olarak uzunluğu, bireylerin kendilerine ayırdıkları sürenin kısıtlılığı gibi birçok unsur toplumların yemek alışkanlıklarında değişimlere sebep olmuştur. Geniş emekçi sınıfların yemek yeme alışkanlıklarının çalışma koşulları, yaşam tarzı ve ekonomik duruma göre belirlenme süreci giderek derinleşmektedir. Tüketicilerin tercih değişikliklerinde

[26] Fleischacker, S. E., Woteki, C. E., Coates, P. M., Hubbard, V. S., Flaherty, G. E., Glickman, D. R., & Parekh, A. (2020). Strengthening national nutrition research: rationale and options for a new coordinated federal research effort and authority. The American journal of clinical nutrition, 112(3), 721-769.

[27] Gül, U., & Uzun, N. (2014). Durum ve Tahmin Kırmızı Et 2014. Tarımsal Ekonomi ve Politika Geliştirme Enstitüsü, TEPGE.

özellikle hızlı pişme, doyurucu özelliği ve ucuz olması faktörleri ağır basmaktadır. Yemek alışkanlıklarının değişimi sadece çalışanlarda değil, özellikle üniversite öğrencilerinde de çarpıcı bir şekilde görülmektedir. Yemek yeme alışkanlıklarında görülen değişim ev içi yemek pişirme sürecine de yansımaktadır. Taze ürünler kullanılarak hazırlandığı için görece daha besleyici olan ev içi pişirilen yemekler giderek bu özelliklerini kaybetmektedir. Günümüzde evde yapılan yemeklerde genellikle, yüksek kalorili, yağ, şeker ve tuz içeren yarı işlenmiş gıdaların kullanıldığı görülmektedir. Bu tür yarı işlenmiş ürünlerin kullanılmasında en büyük neden zaman kısıtlılığıdır. Emekçiler yoğun ve uzun bir çalışma mesaisinden çıkıp yemek pişirecek gücü ve zamanı bulamamaktadır. Ayrıca taze ve işlenmemiş ürünler çok pahalı olurken, işlenmiş ve dondurulmuş ürünler ucuzdur ve pişirilmesi pratiktir. Ancak bu durum gizli açlık olarak adlandırılan, insanın günlük olarak alması gereken protein, vitamin, demir, fosfor gibi hayati öneme sahip makro ve mikro besinlerden yoksunlaşması anlamına gelmektedir. Dolayısıyla gıda erişimi ile diyet kalitesi ve diyetle ilgili hastalık riski birbirlerine bağlı olan kavramlardır.

Hazır gıdalar, işlenmemiş yiyeceklere oranla çok daha fazla duyuşal zevk sağlamaktadır. Hazır yiyeceklerin düşük maliyetli olmasının yanında tüketiminin bu kadar artmasında yağlı ve şekerli yiyeceklerin beyinde zevk verme merkezini uyarması yatmaktadır. Obeziteye yol açan diyet seçimlerinde atıştırma alışkanlıklarının, hazır ve hızlı ürünlerin, şeker şuruplu içeceklerin ve şekerlemelerin içeriğine odaklanması gerekmektedir. Gıdanın tat, doku, görünüş gibi özelliklerini geliştirmek ve çekiciliğini, dolayısıyla alım potansiyelini arttırmak için gıda formülasyonlarına katılan gıda katkı maddelerinin sebep olabileceği sağlık sorunları ile ilgili pek çok çalışma mevcuttur [28-34]. Bilimsel veriler göz ardı edilerek kâr amacı ile gıda formülasyonlarında hala kullanılmakta olan bu kimyasallardan hazır gıda tüketicilerinin rahatsızlığı yoktur. Hazır gıdaların içerisinde bulunan şeker şurupları, halk arasında "çin tuzu" olarak da bilinen ve tükürük salgısını arttırarak lezzet bileşenlerinin daha kuvvetli duyulmasını sağlayan mono sodyum glutamat (MSG, E621) bu bağımlılığı tetikleyen ve bireyi iradesiz bırakarak belirli ürünlere yönlendiren elementlerden bazılarıdır. Birçok çalışmada doymuş yağ, şeker şurubu, nişasta ve rafine tahıllardan oluşan diyetlerin obezite, Tip 2 diyabet, kardiyovasküler hastalıklar ve kanser riskini tetiklediği belirtilmiştir [33-35]. Tüm bu etkileri tüketiciler tarafından da fark edilmesine rağmen, ucuzluğu, pratikliği ve bağımlılığı dolayısıyla hazır gıdalardan kopamama söz konusudur.

- [28] Gultekin, F., Oner, M. E., Savas, H. B., & Dogan, B. (2020). Food additives and microbiota. *Northern Clinics of Istanbul*, 7(2), 192.
- [29] Basal, W. T., ElHefny, I. M., AlSenosy, N. K., Hozayen, W. G., Ahmed, A. E., & Diab, A. (2020). Evaluation of the cytotoxicity and apoptotic induction in human liver cell lines exposed to three food additives. *Recent Patents on Food, Nutrition & Agriculture*.
- [30] Kiefner-Burmeister, A., & Burmeister, J. M. (2020). Deceptively unhealthy foods targeting parents and children. *Journal of Health Psychology*, 1359105320903485.
- [31] Siedlecka, D., Micał, W., Krzewicka-Romaniuk, E., & Romaniuk, A. (2020). The bitter side of high fructose corn syrup (HFCS)-the global obesity pandemic. *Journal of Education, Health and Sport*, 10(9), 747-751.
- [32] Valle, M., St-Pierre, P., Pilon, G., & Marette, A. (2020). Differential Effects of Chronic Ingestion of Refined Sugars versus Natural Sweeteners on Insulin Resistance and Hepatic Steatosis in a Rat Model of Diet-Induced Obesity. *Nutrients*, 12(8), 2292.
- [33] Sasaki-Hamada, S., Hojyo, Y., Mizumoto, R., Yanagisawa, S., & Oka, J. I. (2020). Cognitive and hippocampal synaptic profiles in monosodium glutamate-induced obese mice. *Neuroscience Research*.
- [34] He, K., Du, S., Xun, P., Sharma, S., Wang, H., Zhai, F., & Popkin, B. (2011). Consumption of monosodium glutamate in relation to incidence of overweight in Chinese adults: China Health and Nutrition Survey (CHNS). *The American Journal of Clinical Nutrition*, 93(6), 1328-1336.
- [35] Türker, P. F. (2016). Glisemik indeks, glisemik yük ve obezite. *Türkiye Klinikleri Beslenme ve Diyetetik-Özel Konular*, 2(1), 35-39.

3. KAPİTALİZM, YOKSULLUK, AÇLIK VE OBEZİTE SARMALI

Kapitalizmin ülke ve politik sömürüsünün yanı sıra sosyal zaman sömürüsü de açlık ve obeziteyi tetiklemektedir. Sağlıklı gıdalara erişim, besin kalitesinin (bağılantılı olarak da açlık ve obezite riskinin) önemli bir belirleyicisidir. Ancak, sağlıklı gıdaya erişim gıdaların kalitesi, niteliği ve alım gücü gibi olgularla çok boyutluluk gösteren bir durumdur. Yemek yeme alışkanlıklarına etki eden yüksek gıda fiyatları ve zaman eksikliği, beslenme sorununun en belirleyici faktörleridir.

Yoksulluk tekil bir sorun değildir. Beslenmeye bağlı sağlık problemleri, yoksulluğun bir sonucu olarak karşımıza çıkar. Yoksulluk ise insanın yaşamını idame ettirebilmesi için gerekli olan yiyecek, barınma, giyim gibi asgari düzeydeki ihtiyaçlarını karşılayamama durumudur. Kapitalist sistemde temel ihtiyaçlar da para ile satılmaktadır. Dolayısıyla yoksulluk, insanın hayati gereksinimlerini karşılayacak yeterli gelire sahip olamamasıdır.

Bireyler tekil olarak hane gelirinde düşüşe sebep olabilecek ekonomik krizleri öngörerek belli oranlarda önlemler alabilirler. Gıda stoklamak bu önlemlerden biridir. Ancak “stoklamanın” sınırlılıkları vardır ve insanların geleceğini garanti altına almaya yetmez. Gerçek gıda kıtlığının ilk belirtileri görüldüğünde, insanlar gıda tüketimini azaltmanın yollarını ararlar. Bunlar; gıda çeşitliliğini azaltmak, günlük öğünleri et, balık, tavuk, süt ürünleri gibi hayvansal protein kaynağı olan besin gruplarından değil, baklagiller ve tahıl gruplarından karşılamaya yönelik adımlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Proteinler kasların gelişimi, dokuların yenilenmesi, metabolik reaksiyonların gerçekleşmesi, bağışıklık sisteminin faaliyetleri, vücutta maddelerin taşınması gibi çok çeşitli görevlere sahiptir. Proteinlerin yapısındaki bazı amino asitler insan vücudunda üretilemez ve bu nedenle diyet ile sürekli alınmaları zorunludur. Esansiyel amino asit olarak tanımlanan bu maddelerin eksikliğinde; kas kaybı, anemi, bağışıklık sistemi yetersizlikleri, sinirsel mekanizmalarda aksamalar, anksiyete, depresyon ve çocuklarda gelişim bozuklukları gibi çok farklı sağlık sorunları ortaya çıkmaktadır. Yüksek protein içeriğine sahip hayvansal kaynaklı besinler et, balık, yumurta, süt ve süt ürünleridir. Bitki bazlı protein kaynakları ise başlıca tahıl, baklagiller ve sert kabuklu yemişlerdir. Diyetle alınması gereken esansiyel aminoasitler açısından hayvansal kaynakların öne çıkmasının sebebi; içerdikleri amino asit bileşiminden kaynaklanmaktadır. Hayvansal ürünlerin her biri insan beslenmesinde vazgeçilmez olan

aminoasitlerin tamamını içermektedir. Bitkisel kaynaklarda ise bu aminoasitler farklı miktarlarda bulunmakla birlikte, tamamının tüketilebilmesi için diyetteki bitkisel ürün çeşitliliğinin artırılması gereklidir [36].

Türkiye tüketim verilerine göre; Türkiye’de kişi başına tüketilen proteinin sadece %29’u hayvansal ürünlerden sağlanmaktadır [27]. Bu oran, Dünya Sağlık Örgütü’nün önerdiği % 42 oranının çok altındadır. Yine et tüketimine alternatif olarak et yerine daha ucuz yiyecekleri tüketmeyi tercih etmek gibi günlük beslenme alışkanlıklarında değişimler yaşanmaktadır. İşlenmemiş taze gıdalara kıyasla daha ucuz olan yüksek kalorili "hızlı yiyecekler" tüketme eğilimi beslenme alışkanlıklarındaki değişikliklere örnek gösterilebilir. Bir başka önlem ise öğün atlamaktır. Bu tür zorunlu tercihler, gıdalardan alınması gereken günlük besin ihtiyacını tehlikeye atmakta, insan yaşamını doğrudan etkilemekte ve toplumları "besin yetersizliğine" sürüklemektedir.

Tüketimin azaltılması ve diyet kalitesinden ödün verilmesi, tıbbi tetkikler dışında kolayca anlaşılmayan besin eksikliğinin bir sonucu olarak “gizli açlığa” yol açabilir. Yiyecek ve besin alımlarındaki en ufak azalmanın bile çocuklar, sağlık ve beslenme ihtiyaçları yüksek olan insanlar (hamile ve emziren anneler gibi) ve sağlığı zaten tehlikeye girmiş kişiler için yıkıcı etkileri olabilir. Ayrıca kilolu, yetersiz beslenen, halsiz veya yaşlı olanlar, yüksek gayret gerektiren işlerde çalışanlar yine risk grubunun içerisinde. Ayrıca bu tür tüketim tavizlerinin tümü kilo kaybına yol açmaz. Kötü beslenmeden kaynaklanan kilo alımı yani obezite başka bir hasar olarak, yetersiz beslenmenin bir sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Obezitenin önlenmesine yönelik halk sağlığı önlemleri arasında, enerji bakımından yoğun atıştırmalıkların; şeker şuruplu içeceklerin tüketimini kesmek ve sebze, meyve, protein ve tam tahıl gruplarının tüketimini arttırmak gerekmektedir. Ancak “sağlıklı diyetler” maliyetlidir. Dolayısıyla düşük gelirli grupların, bu maliyeti kaldıracabilecek durumda olmadığı açıktır çünkü obezite tedavisinde düşük kalorili gıdaların seçilmesi ve her besin grubundan tüketilmesi gerekir. Ancak düşük kalorili besinlerin fiyatları yüksekken, fazla kalorili ve az besleyici ürünlerin fiyatları daha ucuzdur.

Yüksek gelir gruplarının diyetlerinde daha fazla kaliteli et, balık ve deniz ürünleri, meyve ve sebze görülürken, düşük gelir gruplarında işlenmiş, boş ve fazla kalorili, karbonhidrat oranı yüksek ve özellikle beyaz ekmek tüketimi görülür. Dolayısıyla düşük gelir gizli açlığın önemli bir nedenidir.

[36] Sınkı, K. ve Selvi, Ö. (2021). Beslenmede önemli hayvansal proteinlerin kaynakları- mevcut durum, Bilim ve Aydınlanma Akademisi, Sosyalist Gelecek ve Planlama Sempozyumu Bahar-2021 Çalıştay Raporu. <https://bilimveaydinlanma.org/beslenmede-onemli-hayvansal-proteinlerin-kaynaklari-mevcut-durum/>

[27] Gül, U., & Uzun, N. (2014). Durum ve Tahmin Kırmızı Et 2014. Tarımsal Ekonomi ve Politika Geliştirme Enstitüsü, TEPGE.

Öncelikle halkın refah ve sağlıklı bir şekilde yaşamasında birincil mesuliyet devletin kendisindedir. Devlet insan sağlığını öncelikli hale getirecek bir düzenlemeyi hayata geçirmelidir. Bu düzenleme salt bir alana indirgenerek değil bir bütün olarak planlamayı içermelidir.

Koruyucu sağlık sistemi insanlığın literatürüne asla yabancı ve hayalci bir kavram değildir. Tarihte sosyalizme geçen tüm ülkeler beraberinde halk sağlığını korumak için anayasa ile koruma altına alınan bütünlüklü bir planı hayata geçirmiştir [37]. Bu program sağlığın üzerindeki kapitalist tahakkümü kaldırıp toplum çıkarlarına hizmet edecek şekilde düzenlenmesine ek olarak insanların sağlığını tehdit eden hemen hemen tüm unsurları ortadan kaldırma amacını taşımaktadır [38]. Örneğin sosyalizmde spor ayrıcalık olmaktan çıkıp bir kültür olarak tüm toplumda yaygınlaştırılmıştır. Böylelikle spor, boş zaman aktivitesi veya “lüks” olarak değil insan sağlığını korumak, üretkenliği arttırmak gibi kritik öneme sahip bir uygulama olarak değerlendirilmiştir.

Günümüzde obezite tehlikesine karşı insanların sporla ilgilenmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Buna rağmen kapitalist dünyada insanların spor yapmaları için gerekli zeminin ortadan kaldırıldığı görülmektedir. Obezitenin bu kadar yayılmasının altında yatan sebeplere bakıldığında “hareketsiz bir yaşam” değil, yoğun iş temposu yüzünden insanların kendilerine zaman ayıramaması, iş çıkışı bitkinlik, düşük ücret ile geçim sıkıntısı ve plansızlık ile tanımlanabilmektedir. Daha da önemlisi hızlı ve hazır tüketim bireylerin tercihlerinden öte zorunlu bir seçenek olarak karşımıza çıkmaktadır. Oysa spor ile uğraşmak insanların üzerine yüklenen tüm bu baskının ortadan kalmasıyla geniş halk kesimleri için anlamlı bir hale gelebilmektedir.

Ayrıca insan sağlığını tehdit eden beslenme uygulamalarının ortadan kaldırılması birincil öneme sahiptir. Sosyalist ülkelerde ev dışı beslenme alışkanlıklarına devam edilmesi ancak restoranların hazır ve hızlı yemek üzerine kurulmaması, koruyucu sağlık uygulamaları için önemli bir örnek teşkil etmektedir.

Günümüzde insanları obezite tehlikesine karşı bilgilendirme çalışmaları yapılsa da obezite pandemisinde birincil kaynağın bilinçsizlik değil, insanların yemek zorunda bırakıldığı sağlıksız ürünler olduğu açıktır. Market zincirlerinden, restoranlara değin kurulmuş bu ağı yok etmeden sorunların düzelebileceğini düşünmek hayalciliktir. Dolayısıyla ülkeler yüksek kalorili ve sağlıksız tüm besin öğlelerini yasaklamalı, bu doğrultuda çalışmalar yapmalıdır.

[37] Akalın, A. (2018). Ekim devrimi neden toplum sağlığında diğer sistemlere göre başarılı oldu? Madde, Diyalektik ve Toplum, 1(1), 28-32.

[38] Mermi, E. (2020). Alman Demokratik Cumhuriyeti’nde Sağlık. Bilim ve Aydınlanma Akademisi, Sosyalist Gelecek ve Planlama Sempozyumu Güz-2020 Çalıştay Raporu. <http://bilimveaydinlanma.org/alman-demokratik-cumhuriyetinde-saglik/>

SONUÇ

Bir taraftan her yıl milyonlarca insanın açlıktan ölmesi, bir taraftan "hâlâ ölmeyen" milyonlarca insanın çektiği açlık dünyanın en büyük sorunu olarak karşımızda durmaktadır. Emperyalist-kapitalist sistemin bunalımları ve yarattığı ekonomik krizler gıda ürünlerinde yüksek fiyatlara ve kaynak kıtlığına yol açmaktadır. İnsanların ihtiyaç duyduğu önemli gıda maddelerinin fiyatlarındaki oynaklık dünyada ve Türkiye’de besin yetersizliklerinin ve açlığın artmasına sebep olmaktadır. Gıda giderleri, yoksul insanların bütçesinin önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Gıda fiyatları yüksek olduğunda, yoksul insanlar beslenme durumları, sağlık hizmetleri ve eğitim satın alma seçenekleri dâhil olmak üzere temel ihtiyaçlarından ödün vermek zorunda kalmaktadırlar.

Tüm bunlarla birlikte kapitalist düzende besin ihtiyacının, insanların temel gereksinimi olarak değerlendirilmeyip, üzerinden para kazanılan bir meta haline dönüşmesi beslenme bozukluğunun temel sebebidir. Zira beslenmeyi kâr getirme güdüsüyle görmek, ona erişemeyen milyonlarca emekçiyi aç bırakmak anlamına gelmektedir.

Kapitalist devletler ise bu vahim tabloyu görmelerine rağmen varlığını kabul etmemektedir. Örneğin AKP’nin başta cumhurbaşkanı olmak üzere yetkili ağızlarından ‘Türkiye’de yoksulluk ve açlığın olmadığı’ her alanda dile getirilmektedir [39-40]. Bu açıklamaların sonucu yalnızca yoksulluğu görmemek değil, yoksullukla mücadele etmeyeceklerinin de beyanı niteliğindedir. Çünkü yoksullukla mücadele mutlak olarak sınıfsal dengelere müdahale anlamına gelecektir. Potansiyel müdahale ise gıda ve tarım tekellerinin “özgür piyasasına” müdahale anlamını taşıyacak ve kârlılığın düşme tehlikesini doğuracaktır. Bu nedenle kapitalist düzende beslenme sorunlarının kaynağını kapitalist devletin sorumsuzca açtığı yolda ilerleyen gıda tekelleri olduğunu tekrar vurgulamak gerekmektedir.

Dünyada tekellerin ve AB’nin fonladığı birçok açlıkla mücadele örgütü bulunmaktadır. Konuya dair yıllardır çeşitli raporlar yazılmakta, "çözüm önerileri" sunulmakta, açlığı bitirme hedefleri konulmaktadır. Ancak açlık sorununu bitirmek bir yana, sorun çoğalarak devam etmektedir. Bahsedilen kurumlar ciddi olarak kırmızı alarm veren bölgelere "sadaka" vermekten öteye gidememektedir. DSÖ ve FAO gibi örgütler yanıltıcı açlık tanımı ile çözüm odaklı girişimler yerine tüm ülkelerde açlık sorununa katkıda bulunmaktadır. Açlığı sadece bir kalori eksikliği olarak tanımlamak hem hükümetlerin hem de onları

[39] Sol Haber, 12.12.2020 tarihli haberi <https://sol.org.tr/haber/bakan-selcuktan-intihar-yaniti-turkiyede-yoksulluk-sorun-olmaktan-cikti-21381>

[40] Sol Haber, 28.10.2020 <https://sol.org.tr/haber/erdogan-bugun-evine-ekmek-goturemeyen-diye-bir-sey-turkiyede-var-mi-18041>

güdümü altına alan gıda lobisi ve tekellerinin işine gelmektedir. Boş kalorili besleyici değeri olmayan ürünlerin dünya genelinde giderek artan tüketimine yol açmakta ve boş gıda tüketimi de açlığa çare olmak yerine hem emperyalist hem de yoksul ülkelerde obezite salgınına neden olmaktadır.

- Dünya, obezite ve diyetle ilgili bulaşıcı olmayan hastalıkların yanı sıra yetersiz beslenme ve yaygın vitamin ve mineral eksiklikleri de dâhil olmak üzere gıda ile ilgili birçok farklı beslenme ve sağlık sorunuyla karşı karşıyadır.
- İnsanın hayatını idame ettirebilmesi için gerekli besin gereksinimi sınıfsal durumuna göre saptanmaz. Ancak besin gereksinimini alamama durumu, insanların sosyo-ekonomik durumunu temelden etkiler.
- Açlık, üretim araçları üzerindeki özel mülkiyetin bir sonucudur. Kapitalist üretim ilişkileri nedeniyle, dünya üzerinde üretilen besinler tüm insanlığa yetebilecekken açlık artarak sürmektedir.
- Gelir, açıkça gıda güvensizliği ve açlığın en önemli belirleyicilerinden biridir. Adaletsiz ve haksız gelir dağılımı ülkelerin gelişmişlik düzeyi fark etmeksizin tüm dünya popülasyonlarında açlığın ana sebebidir.
- Sömürü ilişkileri devam ettiği sürece, açlık her yıl milyonlarca insanın ölümüne yol açacaktır.
- Boş kalori kaynaklı besin eksikliği ekonomik olarak sınıfsal kronik bir sorundur.
- Sağlıklı beslenme ve "açlık" yaşamama her gün kesintisiz gıda maddelerine ulaşmaktan geçer. Bu ise her ülkenin eşitlikçi ve halkçı çözümleri hayata geçirmesiyle olur.

Türkiye'de de sözde yardım örgütleri, tarikatlar vb. aracılığıyla açlık hissinin bastırılması olarak tanımlanabilecek bir takım gıda yardımları yapılmaya çalışılmaktadır. Her yıl belirli günlerde yapılan çağrılarla toplanan paraların karşılığı yoksul insanlara anlık bir tokluk hissi vermenin ötesine geçememekte, hala milyonlarca insan açlık ve/veya beslenme yetersizliği çekmektedir. Sonuç olarak bu tür dernekler üzerinden giden yardımların, açlığı yok edemeyeceği, yalnızca günlük olarak açlığı "bastırmanın" ötesine geçemeyeceği gerçeği karşımıza çıkmaktadır.

Yoksulluğun pençesinde hayatta kalmaya çalışan Afrika, Güney Asya, Ortadoğu gibi bölgeler ciddi oranda kırmızı alarm vermektedir. Bu eşitsiz gelişimin kaynağına dair birçok fenomen sıralanabilir. Tüm bunlar ciddi oranda insanları yoksulluğa ve açlığa sürükleyen gerçek olgulardır. Ancak ortak ve temel problem ise doğrudan düzenin kendisidir. Kırmızı alarm veren bölgelerin hepsi emperyalist sömürünün sonucunda geri kalmıştır. Bu yüzden tekil olarak insanlar, yaşamında karşılaştıkları yoksulluk tehditlerini aşmaya çalışmalarına rağmen ya hiç ya da kısa bir dönem için kontrolü sağlayabilirler. Tüm hayatlarını güvenli bir şekilde yaşamaları ise olanaksızdır.

Diğer taraftan açlık ve yoksulluk algısını emperyalist ülkeler kendi üstlerinden

atarak “az gelişmiş” bölgeleri işaret etmektedir. FAO’nun “açlığı bitirme projesi” aslında ülkelerin ekonomisinin geliştirilmesi ve kendi bölgelerinde egemen konuma gelmesini öğütler niteliktedir. Ancak bir ülkenin ekonomik gelişmişliği o ülke insanların yoksulluktan kurtulduğu anlamını taşımamaktadır. Görülüyor ki açlık yalnızca yoksul ülkelerin değil tüm dünyanın ortak bir sorunudur. Böylelikle kapitalist egemenler, “ölümü” yoksul ülkelerde gösterip, kendi emekçilerini ise verili açlığa ikna etmektedirler.

Sonuç olarak ekonomik krizler, savaşlar, doğal afetler açlığın temel nedenleri değil, kapitalist sistemin bir sonucudur. Açlık doğrudan paylaşım sorunudur. Açlık kendisini bazen gıda yoksunluğu, bazen gizli açlık olarak tarif edilen gerekli makro ve mikro besinlerden mahrumiyet olarak göstermektedir. Nasıl bir bozukluk olursa olsun bu sorunun kapitalist düzende “iyileştirilmesi” veya tamamen ortadan kaldırılması söz konusu olamaz. Sınıflı toplumların olduğu bir dünyada açlık her zaman olacaktır. Kapitalist dünyada üretim oranları artış gösterirken, yoksulluğun artması bir tesadüf sayılamaz. Açlığın ortadan kaldırılması konusunda yapılan çalışmalarda önerilerin kadüklüğü de burada başlamaktadır. Kapitalist egemenliği frenlemeyen, karşısında durmayan her proje geçersizdir. Dolayısıyla asıl odaklanması gereken nokta paylaşım ve mülkiyet sorunudur. Dünya zenginliğinden kimlerin ne kadar pay aldığına cevabı, yoksulluğun da cevabıdır. Açlığın çözümü toprağın üzerindeki mülkiyetin kaldırılmasıyla başlayıp, sofraya kadar halkçı bir planlanmadan geçer.

Son olarak açlık ve yoksulluk, insanlığın kaderi değildir. Dünya tarihinde birçok halk yoksulluğu yüzünden ayağa kalkmış, mücadele vermiştir. Bugün de bu böyle olacaktır. Krizler yoksulluğu derinleştirirken, açlığın ve yoksulluğun pençesindeki insanlar, sesini yükseltmesini de bilecektir.

Şekil 1' de FAO' nun verilerine ek olarak kullanılan kaynaklar:

- [41] Kantar, M. Y., Yıldırım, V., Yenilmez, İ. (2019). Türkiye'de yoksulluk eşiği mekânsal dağılımı. *Nicel Bilimler Dergisi*, 1 (2), 52-61.
- [42] Fengying, N., Jieying, B., & Xuebiao, Z. (2010). Study on China's food security status. *Agriculture and Agricultural Science Procedia*, 1, 301-310.
- [43] Elgar, F. J., Pickett, W., Pförtner, T. K., Gariépy, G., Gordon, D., Georgiades, K., ... & Melgar-Quiñonez, H. R. (2021). Relative food insecurity, mental health and wellbeing in 160 countries. *Social Science & Medicine*, 268, 113556.
- [44] von Grebmer, Klaus; Bernstein, Jill; Hossain, Naomi; Brown, Tracy; Prasai, Nilam; Yohannes, Yisehac; Patterson, Fraser; Sonntag, Andrea; Zimmerman, Sophia-Maria; Towey, Olive; and Foley, Connell. 2017. 2017 Global Hunger Index: The inequalities of hunger. Washington, D.C.: Bonn; and Dublin: International Food Policy Research Institute, Welthungerhilfe, and Concern Worldwide.
- [45] Beal, T., & Ervin, D. (2018). The geography of malnutrition. *The Professional Geographer*, 70(1), 47-59
- [46] Turkey - Global Hunger Index 2019, <https://www.globalhungerindex.org/pdf/en/2019/Turkey.pdf>
- [47] Yang, Q., Yuan, T., Yang, L., Zou, J., Ji, M., Zhang, Y., ... & Lin, Q. (2019). Household food insecurity, dietary diversity, stunting, and anaemia among left-behind children in poor rural areas of China. *International journal of environmental research and public health*, 16(23), 4778.
- [48] Fengying, N., Jieying, B., & Xuebiao, Z. (2010). Study on China's food security status. *Agriculture and Agricultural Science Procedia*, 1, 301-310.
- [49] Young, N. A. E., & Hannum, E. C. (2018). Childhood inequality in china: Evidence from recent survey data (2012–2014). *The China Quarterly*, 236, 1063-1087. doi:<http://dx.doi.org/10.1017/S0305741018001303>
- [50] Gundersen, C., Tarasuk, V., Cheng, J., De Oliveira, C., & Kurdyak, P. (2018). Food insecurity status and mortality among adults in Ontario, Canada. *PloS one*, 13(8), e0202642.
- [51] Subramanyam, M., Kawachi, I., Berkman, L., & Subramanian, S. V. (2009). Relative deprivation in income and self-rated health in the United States. *Social science & medicine*, 69(3), 327-334.
- [52] Coleman-Jensen, A., Gregory, C. ve Singh, A. (2014). Household food security in the United States in 2013. *USDA-ERS Economic Research Report*, (173).
- [53] Cook, J., & Frank, D. (2008). Food security, poverty, and human development in the United States. *Annals of the new York Academy of Sciences*, 1136(1), 193
- [54] Aijaz, R. (2017). Preventing hunger and malnutrition in India. Observer research foundation,[online] Available at:<[https://www. orfonline. org/research/preventinghunger-and-malnutrition-in-india](https://www.orfonline.org/research/preventinghunger-and-malnutrition-in-india).
- [55] Harding, K., Aguayo, V., & Webb, P. (2018). Hidden hunger in South Asia: A review of recent trends and persistent challenges. *Public Health Nutrition*, 21(4), 785-795. doi:10.1017/S1368980017003202
- [56] Bait, B. R., Rah, J. H., Roshita, A., Amaheka, R., Chrisnadarmani, V., & Lino, M. R. (2019). Community engagement to manage acute malnutrition: implementation research in Kupang district, Indonesia. *Bulletin of the World Health Organization*, 97(9), 597.
- [57] Kopteva, L., Romanova, I., & Lashkova, N. (2020). Food Security Of Russia: Risks And Threats. In *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS* (pp. 353-363).
- [58] Karanina, E., Sapozhnikova, E., Loginov, D., Holkin, A., Sergievskaya, E., & Zurakhovskii, A. (2017). National aspects of food security of Russia. In *MATEC Web of Conferences* (Vol. 106, p. 08079). EDP Sciences.



Açlık, yetersiz beslenme, obezite... Günümüzde insanlık beslenme bozukluklarıyla boğuşmaktadır. İki milyarın üzerinde insanda mikro besin eksikliği, 800 milyon üzerinde insanda kronik olarak yetersiz beslenme, 162 milyon çocuğun büyümesinde besin eksikliğinden dolayı engellenme, 51 milyon çocukta tükenme sendromu görülmektedir. Açlığa bağlı yıllık ölüm sayılarının 9 milyon civarında olduğu bildirilmektedir. Bunun yanı sıra 2000'li yıllardan itibaren yetersiz beslenen insanlarla fazla kilolu olanların sayısı eşitlenmiş, açlık ve obezite başlıca iki halk sağlığı sorunu haline gelmiştir.

Bilim ve Aydınlanma Akademisi bünyesinde faaliyet gösteren Beslenme Komisyonu ve Tarım Komisyonu tarafından hazırlanan bu raporda: dünyadaki ve Türkiye'deki mevcut durum veriler ışığında sunuluyor, açlığın ve diğer beslenme sorunlarının nedenleri irdeleniyor, insanlığın içine düştüğü yoksulluk, açlık ve obezite sarmalına dikkat çekiliyor. Sağlıklı beslenmenin devlet sorumluluğunda, halk sağlığının korunması ve geliştirilmesine yönelik atılacak adımlarla tüm topluma sağlanmasının gerekliliği ortaya konuyor.

BİLİM VE AYDINLANMA AKADEMİSİ

MAYIS 2021

