

# FONKSİYONEL GIDALAR KAVRAMININ KULLANIMI VE SAĞLIK BEYANLARI

Mihriban KORUKLUOĞLU<sup>1</sup> , Özüm ÖZOĞLU<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Bursa Uludağ Üniversitesi, Gıda Mühendisliği Bölümü, Bursa

Fonksiyonel gıdalar; günlük diyetinde bulunan, sentetik bileşen içermeyen, besleyici etkisinin yanında, hastalık oluşma riskini azaltıcı, fiziksel ve ruhsal sağlık üzerine olumlu etkilerinin belirlendiği ürünler olarak tanımlanmaktadır. Günlük beslenmenin bir parçası olan meyve-sebze, tahıl ve içecekler gibi doğal besin maddeleri olabileceği gibi fonksiyonel bir besin ögesiyle zenginleştirilmiş veya genetik mühendislik yöntemleri ile değişikliğe uğratılmış olabilirler. Fonksiyonel gıdalar kavramı, sağlık üzerindeki olumlu etkileri ve hastalık riskini azaltıcı özellikleri nedeniyle; özel beslenme amaçlı gıdalar, tıbbi gıdalar, sağlık besinleri, düzenleyici besinler ve nutrasetikler kavramlarıyla karıştırılmaktadır. Bu karmaşayı önlemek için fonksiyonel gıdaların etiketlerine yönelik sağlık beyanları bulunmaktadır. Böylece fonksiyonel etki, yasal bir kavrama dönüşmektedir. İlk yasal tanımlama (Foods for Specific Health Use= FOSHU) ) Japonya'da yapılmış (1991) ve daha sonra ABD ve AB'de de konu tartışılmaya başlanmıştır. FOSHU; İçerdiği bileşenler nedeniyle veya alerjik etkiye sahip bileşenlerin gıdadan uzaklaştırılmasına bağlı olarak sağlık üzerine olumlu etki gösteren gıdalardır. EFSA tarafından onaylanan ve izin verilen sağlık beyanı sayısı 250 civarındadır. Bunların çoğunluğu mineral ve vitamin gibi temel besin öğeleridir.

Sağlık beyanı için öncelikle fonksiyonel etkinin bilimsel ve klinik kanıtlara dayalı olması, yetkili organlar tarafından onaylanması gerekmektedir. İzin verilme koşullarından biri de gıdanın söz konusu fonksiyonel bileşeni öngörülen miktarda içermesidir. Ayrıca sağlık beyanının bu etkiyi doğru yansıtması ve tüketici tarafından anlaşılır olması önemlidir. FDA'nın onayladığı sağlık beyanlarından örnek vermek gerekirse; "Diş çürüğü riskini azaltabilir.", "Soya proteini içerir.", " Bazı kanserlerin riskini azaltabilir. ", "Yağ içeriği düşük " gibi.

