

EDİTÖR: DR. OSMAN YILMAZCAN

**GENÇ TESAM IV. ULUSLARARASI
SOSYAL BİLİMLER
ÖĞRENCİ KONGRESİ
BİLDİRİ ÖZLERİ KİTABI**



İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI



İstanbul
GEDİK
Üniversitesi



Adölesanlarda Gıda Katkı Maddelerinin Etkileri Konusunda Farkındalığı

Öznur AYAZ¹

Öz

Bu çalışma, adölesan bireylerin gıda katkı maddelerine yönelik farkındalık düzeylerini, bu maddeleri içeren ürünleri hangi sıklıkta tükettiklerini ve katkı maddelerinin sağlık üzerindeki etkilerine ilişkin bilgi birikimlerini bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ergenlik dönemi, yalnızca fiziksel büyümenin hızlandığı bir süreç değil, aynı zamanda yaşam boyu sürdürülecek davranış kalıplarının şekillendiği kritik bir gelişim evresi olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda beslenme tercihleri, kısa vadeli enerji dengesi kadar uzun vadeli sağlık sonuçları açısından da belirleyici bir rol üstlenmektedir. Günümüzde adölesanların hazır ve işlenmiş gıdalara yönelimindeki artış, gıda katkı maddelerine maruziyeti kaçınılmaz biçimde artırmakta ve bu durum, konunun halk sağlığı perspektifinden ele alınmasını gerekli kılmaktadır. Derleme kapsamında, gıda katkı maddelerinin kavramsal çerçevesi, sınıflandırılması ve Türkiye’de geçerli olan yasal düzenlemeler sistematik bir bütünlük içinde incelenmiş; bunun yanı sıra ergenlik döneminde beslenme davranışlarını etkileyen bireysel eğilimler, aile ve çevre etkisi ile yaşam tarzına bağlı risk faktörleri çok boyutlu olarak ele alınmıştır. Elde edilen sonuçlar, adölesanların önemli bir kısmının gıda katkı maddeleri konusunda sınırlı ve yüzeysel bilgiye sahip olduğunu, buna karşın katkı maddesi içeren ürünleri düzenli ve yüksek sıklıkta tükettiklerini göstermektedir. Bu durum, bilgi düzeyi ile tüketim alışkanlıkları arasında belirgin bir uyumsuzluk olduğunu ortaya koymakta ve adölesanlara yönelik beslenme eğitimi ile farkındalık artırıcı müdahalelerin gerekliliğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Gıda Katkı Maddeleri, Ergenlik Dönemi, Farkındalık, Tüketim Alışkanlıkları, Sağlık Etkileri.

¹ Lisans Öğrencisi, İstanbul Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik, İstanbul-Türkiye, oznurayaz2138@gmail.com.