TÜRKİYE MİLLİ PEDİATRİ DERNEĞİ

60. Milli Pediatri Kongresi
9-13 Kasım 2016
Sueno Otel Deluxe - Belek / Antalya

ÇOCUKLAR İÇİN ZARARLI YİYECEK ve İÇECEKLER HAKKINDA NE BİLİYORUZ ?

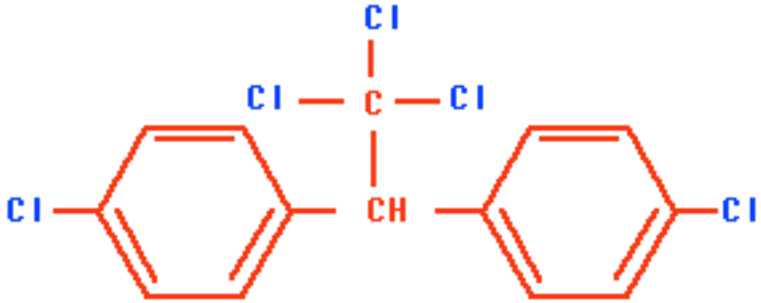
Prof. Dr. Sema AYDOĞDU

EgeÜTF Çocuk Gastroenteroloji B.D.

ÇOCUKLUK ÇAĞI HIZLI BÜYÜME DÖNEMİ

GIDA ZARARLILARINA DAHA FAZLA MARUZİYET…

wiseGEEK



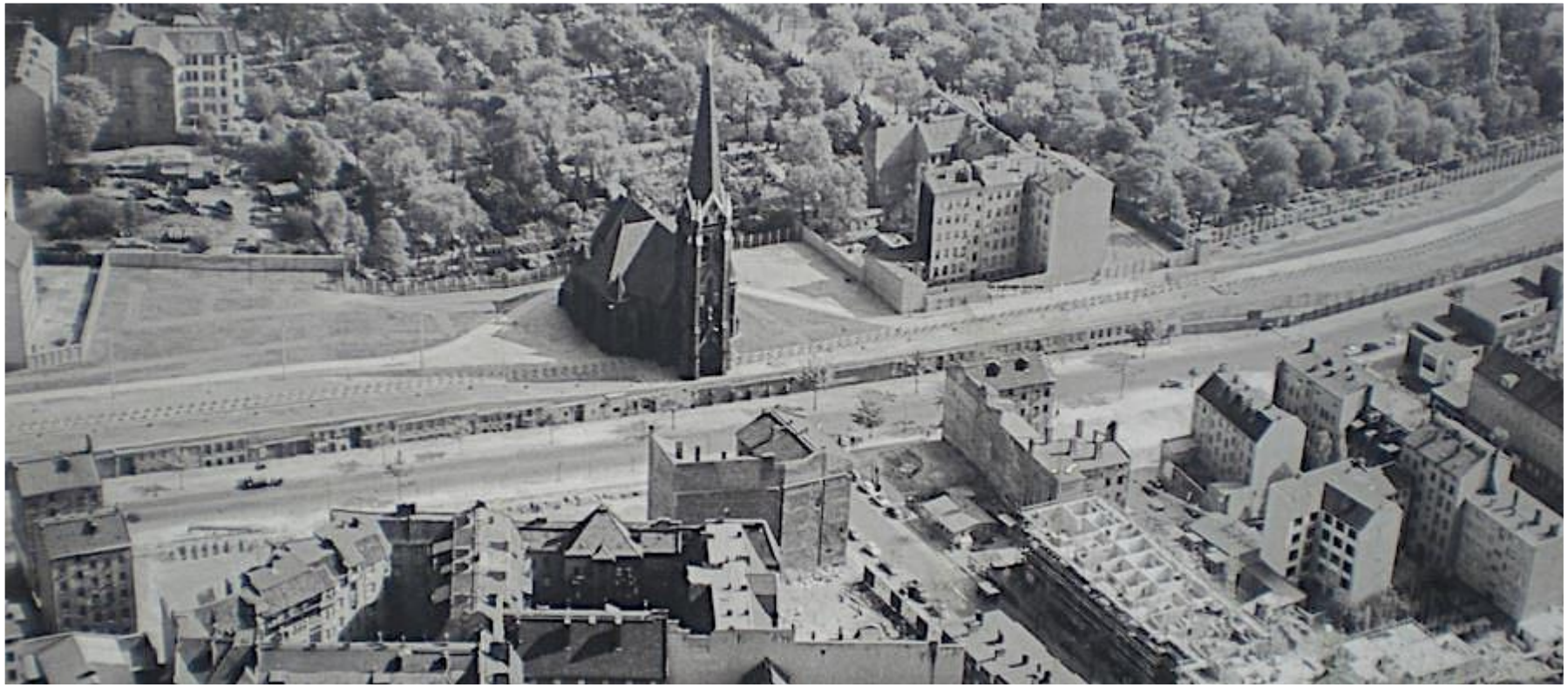
DDT (dichloro, diphenyl, trichloroethane)

DDT 1940-1970
İLK TARIM İLACI

20TH CENTURY

GÜNÜMÜZDE
20.000 TARIM İLACI

YAĞ DOKUSUNDA BİRİKİR…



BERLİN DUVARI

AĞUSTOS 1961

43 Km.

NE OLDUYSA BUNDAN SONRA OLDU…

BİLGİSAYAR TEKNOLOJİSİ - İNTERNET
GENETİK İLERLEMELER
GIDA TEKNOLOJİSİ…

2050'de "2" DÜNYA GEREKLİ...
GIDA TERÖRİZMİ...
7.5 MİLYAR NÜFUSA
"1.5" DÜNYA GEREKLİ...

GÜNÜMÜZ ÇOCUKLARINDAN SEÇMELER

- Sebzeler mi? İĞRENÇ...
- Kolasız yaşanır mı?
- Hamburgere bayılırım
- Susamadım, koladım
- ÇİKOLATA
- Cips, Çitos
- Doritos, Ruffels
- OLMAZSA OLMAZ...

FAST-FOOD ÇILGINLIĞI
GÜNÜMÜZÜN BESLENME İDOLLERİ

This is not food

It's a chemistry Experiment

(and your child is the guinea pig)

The Farmacy

GIDA TERÖRİZMİ ve TERÖRİSTLERİN YAPTIKLARI

CAUTION
CAUTION
CAUTION
CAUTION
CAUTION
CAUTION
HELP

- BİYOLOJİK
- FİZİKSEL
- KİMYASAL KİRLENME

GIDA GÜVENLİĞİ

TAZE SEBZE ve MEYVELER
MEVSİMİNDE TÜKETİLMELİ…

TAZE SEBZE ve MEYVELER SUDA BEKLETİLMELİ BUL SU İLE YIKANMALI

ZARARLILAR %90 ORANINDA UZAKLAŞTIRILIR…

KABUKLARIN SOYULMASI

HOW SAFE IS YOUR FOOD?

From farm to plate,
make food safe

WORLD HEALTH DAY 2015
#safefood | www.who.int/whd/food-safety

World Health Organization

ÇİFTLİKTEN SOFRAYA GIDA GÜVENLİĞİ

Gıdada Risk almayın, Bizi arayın!

Gıda konusunda her türlü ihbar ve şikayetleriniz için;

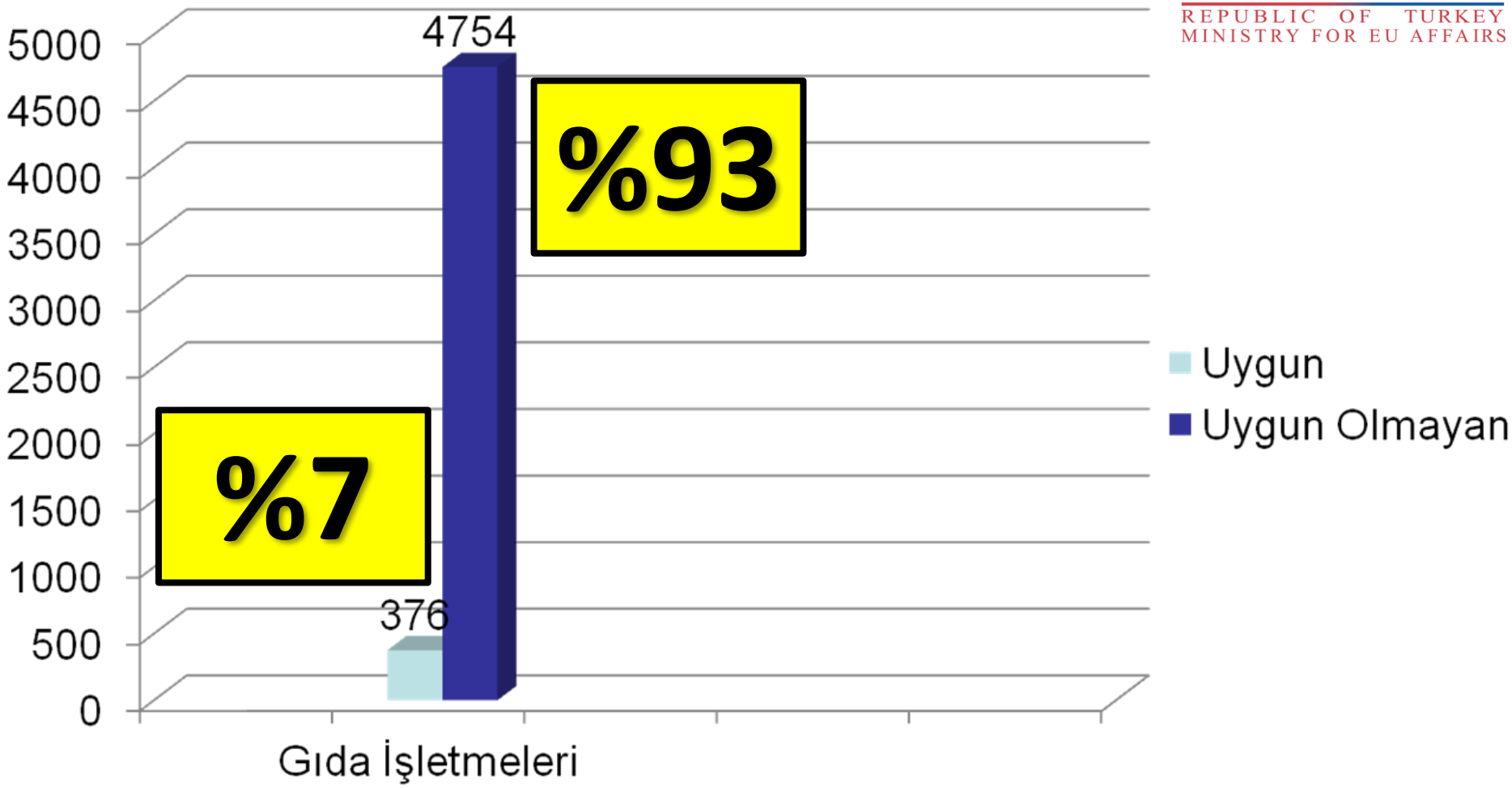
1 7 4

ALO GIDA

ÜLKEMİZDE
GIDA İŞLETMELERİNİN DURUMU

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
AVRUPA BİRLİĞİ BAKANLIĞI

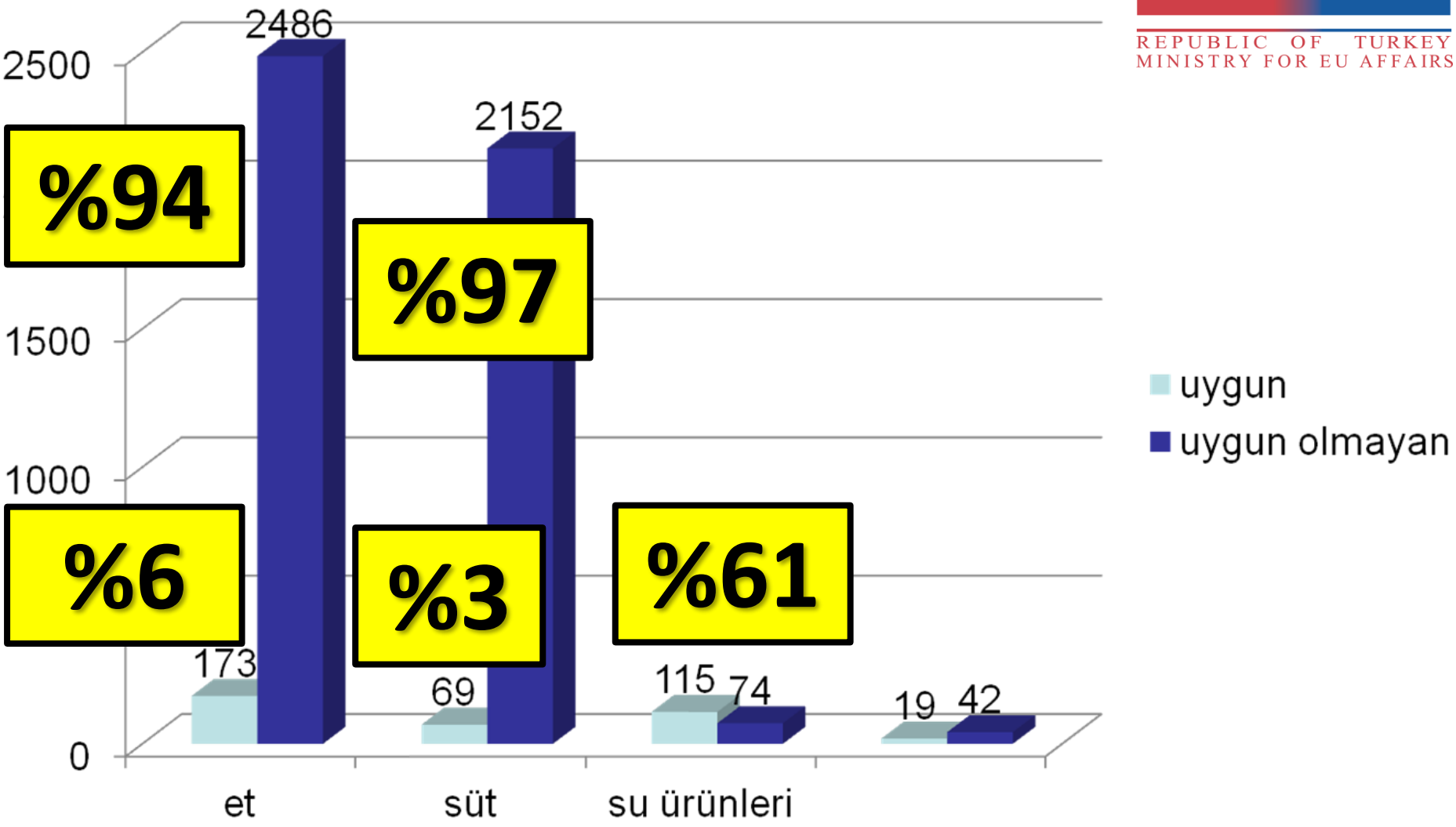
REPUBLIC OF TURKEY
MINISTRY FOR EU AFFAIRS



SEKTÖREL BAZDA GIDA İŞLETMELERİNİN DURUMU

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
AVRUPA BİRLİĞİ BAKANLIĞI

REPUBLIC OF TURKEY
MINISTRY FOR EU AFFAIRS



0-1 yaş

İdeal

Vazgeçilmez Besin

ANNE SÜTÜ

>6 ay

Anne sütüne ek

TAMAMLAYICI

BESİNLER

your child is
what you eat.

Your child is what you eat.
YOUR HABITS IN THE FIRST THOUSAND DAYS OF GESTATION,
CAN PREVENT YOUR CHILD FROM DEVELOPING SERIOUS DISEASES.
LEARN MORE AT SPRS.COM.BR
SPRS

ANNENİN PESTİSİTLERİNDEN EN YOĞUN, EN HIZLI KURTULMA YOLU EMZİRMEDİR…

TAMAMLAYICI BESİNLER

Muhallebi

Sebze, Meyve Püresi

Yoğurt

Kahvaltı

Bebek Beslenmesinde Hatalar

- Anne Sütü — Hazır Mama
- Muhallebi — Puding
- Sebze Püresi — Hazır Çorba
- Meyve Püresi — Hazır Meyve Suları
- Yoğurt — Taze Peynir

Yoğurt ve Taze peynir (100g)

Besin ögeleri	Yoğurt	Taze peynir
Enerji (kcal)	65	122
Protein (g)	3.3	6.5
Karbonhidrat (g)	4	16 !!!
Yağ (g)	3.5	3.5
Kalsiyum (mg)	115	250
Fosfor (mg)	100	150

Muhallebi ve Puding (100g)

Besin ögeleri	Muhallebi	Puding
Enerji (kcal)	103	133
Yağ (g)	3.5	5.1
Protein (g)	3.3	3.1
Karbonhidrat (g)	14	18.6 !!!

Yoğurt ve Aromalı Yoğurt (100g)

Besin ögeleri	Yoğurt	Aromalı yoğurt
Enerji (kcal)	65	83
Protein (g)	3.3	2.8
Karbonhidrat (g)	4	14.4!!
Yağ (g)	3.5	1.6
Kalsiyum (mg)	115	180

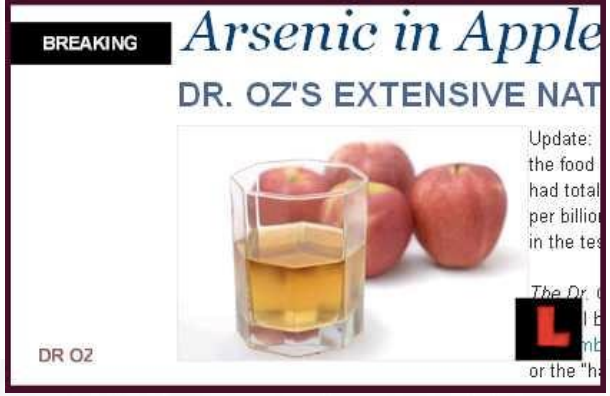
Tamamlayıcı Beslenmede Hazır Besin Kullanımının Sonuçları

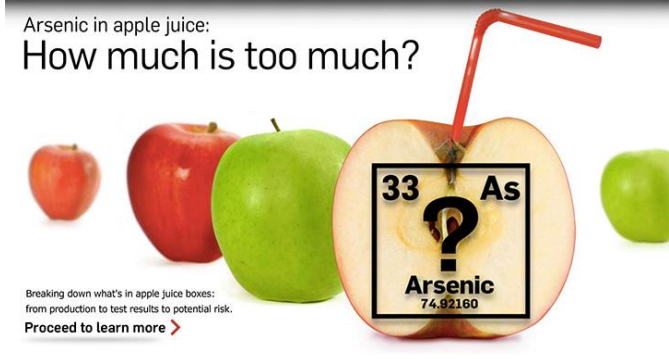
- Küçük çocuklarda ŞEKER BAĞIMLILIĞI
- Alerji, astım, cilt sorunları
- ŞİŞMANLIK - OBEZİTE
- Hiperaktivite
- Beslenme davranışında olumsuzluklar
- Evde beslenme yerine hazır-restoran türü beslenme tercihi

HAZIR MEYVE SULARI

Meyve Suları Nasıl Sıkılıyor ?

- Meyveler özel makinelerle sıkılır
- Suları atılır
- Özü ayrılır
- -24 derecede şoklanır
- Normal suyun içine katılır
- Renk veren gıda boyaları
- Suni aromalarla tatlandırılır...





ARSENİC APPLE JUİCE

%100 OLANLAR TERCİH EDİLMELİ...

1 7 4
ALO GIDA

KARAMELİZASYON
HİDROKSİMETİL FURFURAL

EV TİPİ DEĞİL
SANAYİ PEKMEZİ...

HİDROKSİMETİL FURFURALDEHİD KAYNAKLARI

- MEYVE SULARI
- BAL
- REÇEL
- PEKMEZ
- EKMEK
- KAHVE
- KAHVE KREMASI

SODALI, KOLALI İÇECEKLER

Okul Çocuklarının %55-85'i
Her gün 1 kutu içiyor...

ŞEKER, KAFEİN, FOSFORİK ASİT, RENKLENDİRİCİLER

Ergenlerde günlük kalorinin %15'i
300 kcal/gün

Tüketimi son 20 yılda %300 arttı...

KOLA AĞACI

SODALI, KOLALI İÇECEKLER - SONUÇ

- **Yüksek enerji** — **ŞİŞMANLIK**
- **Fosforik asit** — **osteoporoz, kemik kırıkları**
- **Yüksek şeker** — **diş çürükleri**
- **Sütlü besinlerin tüketimi azalır**
- **Kalsiyum, Protein v.b. besin öğesi eksikliği**

- Yemekhanede bulunmamalı
- Yemek saatlerinde çalışmamalı
- İlkokullarda bulunmamalı.....

ENERJİ İÇECEKLERİ

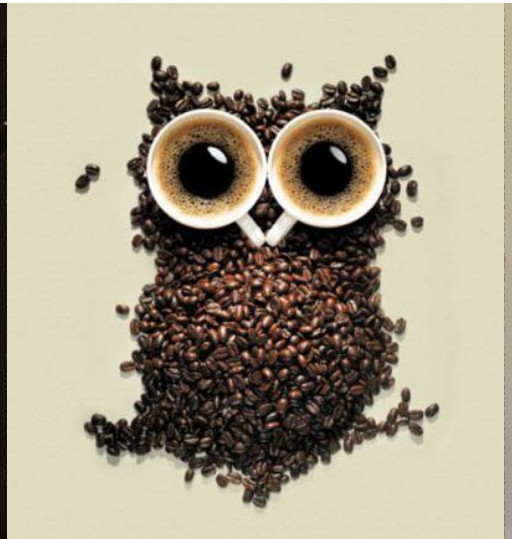
- Taurin
- Kafein
- Glukuronolakton
- İnositol
- Karbonhidrat
- Vit B6, B12

KAFEİN

- Sinir sistemi uyarıcı
- Adenozine çok benzer
- Mideden emilir
- Etkisi 15 dakikada başlar
- Atılımı saatler sürer
- Yarı ömrü 6 saat

Aşırı Kafein Tüketimi

- Bağımlılık
- Uykusuzluk
- Uyku bozuklukları
- Baş ağrısı, gerginlik
- Davranış bozuklukları
- Taşikardi, Hipertansiyon
- Gastrointestinal sorunlar
- Eksiklik belirtileri

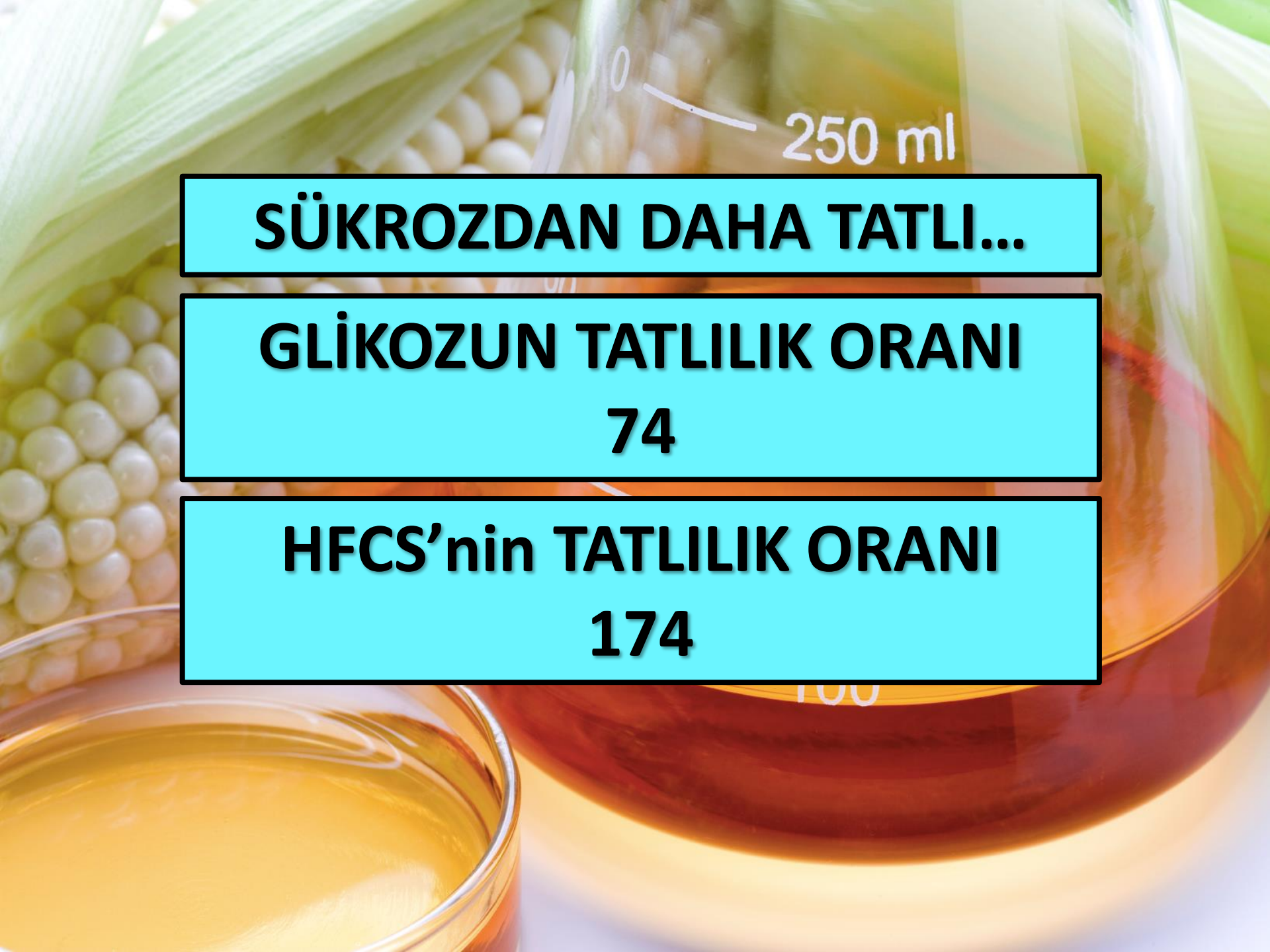


ERİŞKİNLER ÇAY, KAHVE İÇEREK ÇOCUKLAR SODALI, KOLALI İÇECEKLERLE KAFEİN ALIYOR…

İÇTİKLERİMİZLE NE KADAR KAFEİN ALIYORUZ ?

YÜKSEK FRÜKTOZLU MISIR ŞURUBU

GIDA ENDÜSTRİSİNDE EN YAYGIN KULLANILAN TATLANDIRICI…



SÜKROZDAN DAHA TATLI…

GLİKOZUN TATLILIK ORANI
74

HFCS’nin TATLILIK ORANI
174

UCUZDUR…

Gıda Endüstrisinde Sükroz Yerine Kullanılır

--

- Karbonatlı içecekler
- Meyve suları
- Fırınlanmış besinler
- Konserve meyveler
- Reçel ve marmelatlar
- Çikolatalar
- Süt ürünleri
- Salata sosları

MISIR ŞURUBU İÇEREN ÜRÜNLER

ÇOCUĞUMUZA
HAZIR MEYVE SUYU DEĞİL
TAZE SIKILMIŞ OLANI ÖNERİYORUZ…

LÜTFEN
BİR MEYVELİK
BİR FİNCAN
ÖNERİN…

GÖR
GÖRH

ÇOCUĞUMUZA
HAZIR MEYVE SUYU, SODALI, KOLALI İÇECEK ÖNERMİYORUZ…
SU ÖNERİYORUZ…

DAMACANA MI ?
ŞEBEKE SUYU MU ?

BEBEK ve ÇOCUKLARA HANGİ SU VERİLMELİ ?...

GIDA TERÖRİSTLERİNE KARŞI CAM ŞİŞE

PET ŞİŞE Mİ ?

BİSFENOL-A RİSKİ YOK…

CAM ŞİŞE Mİ ?

AYAKÜSTÜ GIDA

McDonald's

veya

Burger King'e

GİTMEK

Çocukların

Ödüllendirilmesi

VEYA

Hafta Sonu

Aktivitesi...

GIDALAR

ASLA

ÖDÜL veya CEZA

OLMAMALI...

SIK FAST-FOOD ALIŞKANLIĞI OLANLAR;

- **4.5 kg daha AĞIR...**
- **İnsülin direnci 2 kat daha fazla**

Lancet Ocak 2005

Çocukların Ödüllendirilmesi VEYA Hafta Sonu Aktivitesi...

ПРЕДПРИЯТИЕ БЫСТРОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
Макдоналдс
ЧИКЕН МИФИК

- KOLAY ULAŞILIR
- UCUZ
- LEZZETLİ

- Meyve
- Sebze
- Tam tahıllar
- Kuru baklagillerden
- YOKSUN GIDALAR...

Aşırı Lezzetli
Bağımlılık Yapar
Monosodyum
Glutamat
Balotelli

DANGER
FAST
FOOD
KILLS

E-621

4. TAD

TADI YOK…
Katıldığı
Bütün Gıdaların
Lezzetini
Artırır…..

MONOSODYUM GLUTAMAT (MSG)
ÇİN TUZU

EN BOL CİPSLERDE BULUNUR…

DOYGUNLUK GECİKİR YEDİKÇE YEDİRİR…

BESLEYİCİ DEĞERİ DÜŞÜK OKSİDAN YİYECEKLER

YAĞ, ŞEKER, TUZDAN ZENGİN

1300 kcal.

Mısır ve Palmiye Yağı Kullanılır...

PALMİYE YAĞINDA
DOYMUŞ YAĞ 4 KAT DAHA FAZLA...

Mısır ve Palmiye Yağı
Kızartma ile EN FAZLA OKSİTLENEN Yağlar

PALMİYE YAĞI
ω-6

OPTİMAL
ω-6 / ω-3 : 4/1 OLMALI.....

do not enter

MARIJUANA
Restaurant
OVER 8 MILLION ROLLED DUDE

CAUTION

McDonald's
OUR FOOD KILLS
MORE PEOPLE THAN
AIDS AND MALARIA
COMBINED

CİPSLER

Cips, çitos, doritos, vb BEDELİ...

Patates cipsi	100g
Enerji (kcal)	536
Protein (g)	5.5
Yağ (g)	40 (8 tatlı kaşığı)
Karbonhidrat (g)	45
Lif (g)	3
Sodyum (mg)	450
Potasyum (mg)	1000

AKRİLAMİD

KANSEROJEN

GDO’LU ÜRÜNLER

- TARIMSAL DEVRİM -

DÜNYADA GDO'lu ÜRÜN ÜRETİMİ
(29 ülkede)

ABD

KANADA

BREZİLYA

ARJANTİN

ÇİN

HİNDİSTAN

GÜNEY AFRİKA

DÜNYADA GDO'lu ÜRÜN ÜRETİMİ
(29 ülkede)

GDO'lu Ürün Ekim Alanı

1996'da 1,7 milyon hektar

2011'de 175 milyon hektar

ARTIŞ 94 kat

TARİHİMİZİN EN HIZLI UYUM SAĞLANAN ÜRÜN TEKNOLOJİSİ

GDO'lu 40 Transgenik Bitki
(29 ülkede)

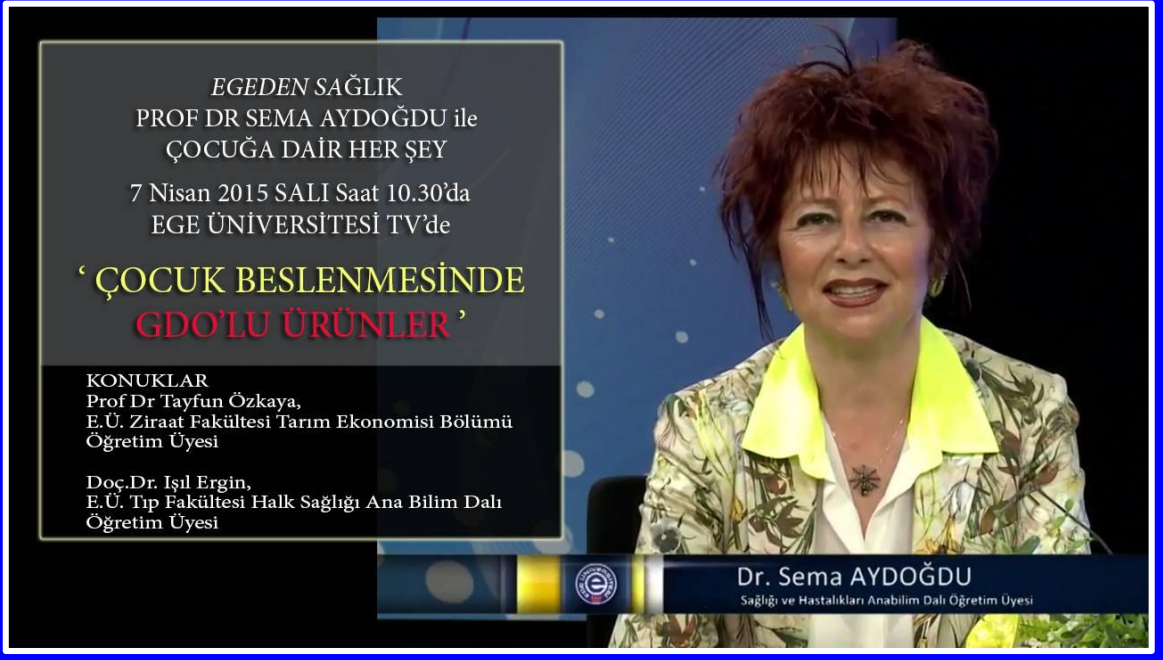
- Soya fasulyesi
- Mısır
- Pamuk
- Kanola (kozla)

- Petunya
- Karanfil
- Yonca

- Domates
- Patates
- Pirinç
- Papaya
- Kabak
- Şeker pancarı
- Tatlı biber

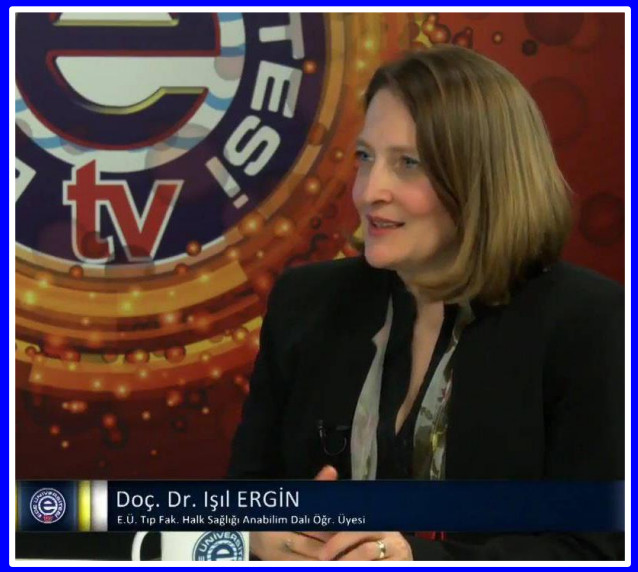
SOYA FASULYESİ

PAPAYA BİTKİSİ : TÜMÜ GDO’lu…

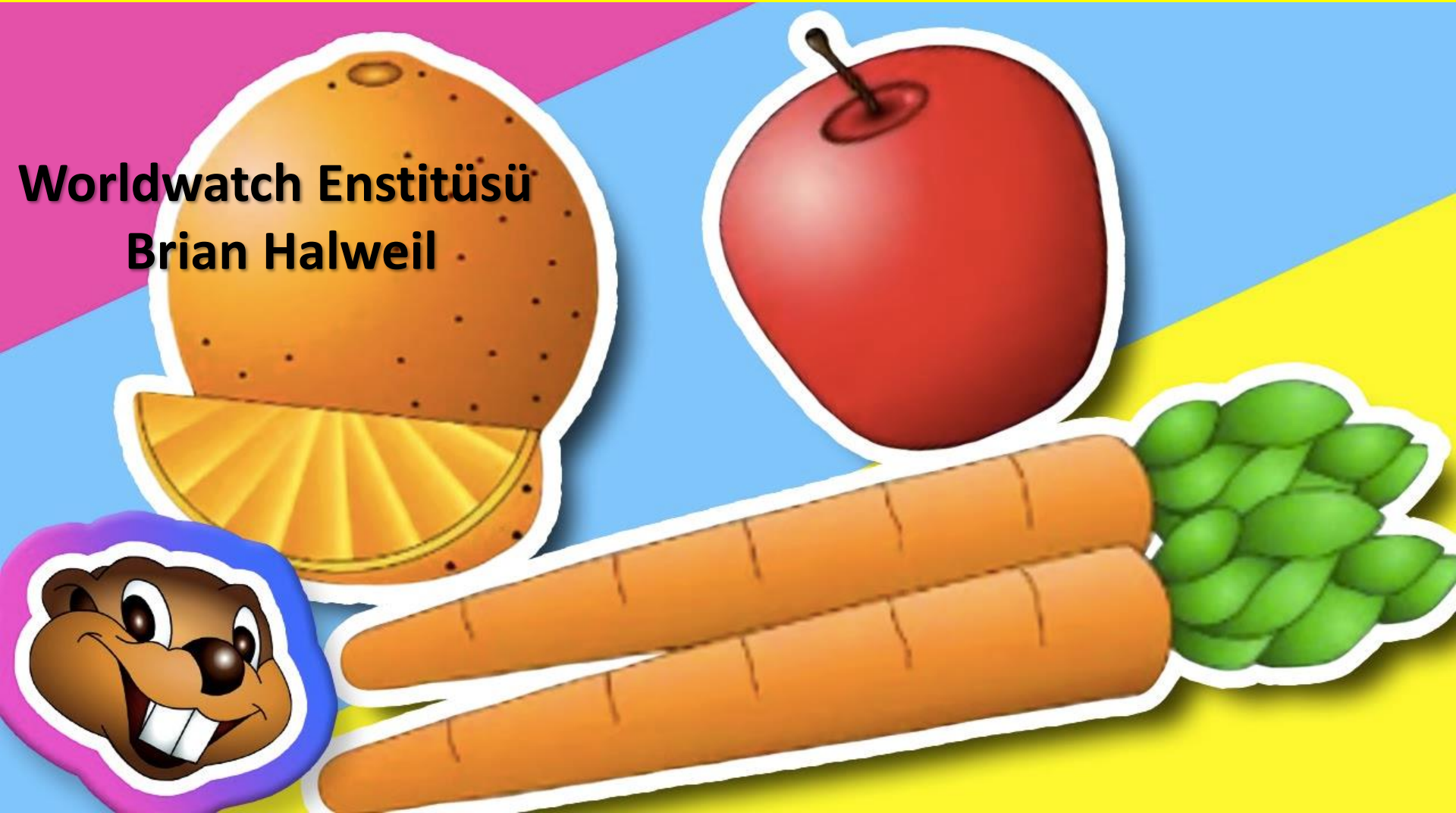

EGEDEN SAĞLIK
PROF DR SEMA AYDOĞDU ile
ÇOCUĞA DAİR HER ŞEY
7 Nisan 2015 SALI Saat 10.30'da
EGE ÜNİVERSİTESİ TV'de
' ÇOCUK BESLENMESİNDE
GDO'LU ÜRÜNLER '
KONUKLAR
Prof Dr Tayfun Özkaya,
E.Ü. Ziraat Fakültesi Tarım Ekonomisi Bölümü
Öğretim Üyesi
Doç.Dr. Işıl Ergin,
E.Ü. Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı
Öğretim Üyesi
Dr. Sema AYDOĞDU
Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi

Prof. Dr. Tayfun ÖZKAYA
E.Ü. Ziraat Fak. Tarım Ekonomisi Böl. Öğr. Üyesi

EGEDEN SAĞLIK
PROF DR SEMA AYDOĞDU ile
ÇOCUĞA DAİR HER ŞEY
14 Nisan 2015 SALI Saat 10.30'da
EGE ÜNİVERSİTESİ TV'de
' ÇOCUK BESLENMESİNDE
GDO'LU MAMALAR
ve SIK TÜKETİLEN GIDALAR'
KONUKLAR
Prof Dr Tayfun Özkaya,
E.Ü. Ziraat Fakültesi Tarım Ekonomisi Bölümü
Öğretim Üyesi
Doç.Dr. Işıl Ergin,
E.Ü. Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı
Öğretim Üyesi


Doç. Dr. Işıl ERGİN
E.Ü. Tıp Fak. Halk Sağlığı Anabilim Dalı Öğr. Üyesi

Gün geçtikçe meyveler daha ilgi çekici
Daha tatlı bir hale gelmekte
Fakat besin değerleri düşmektedir…



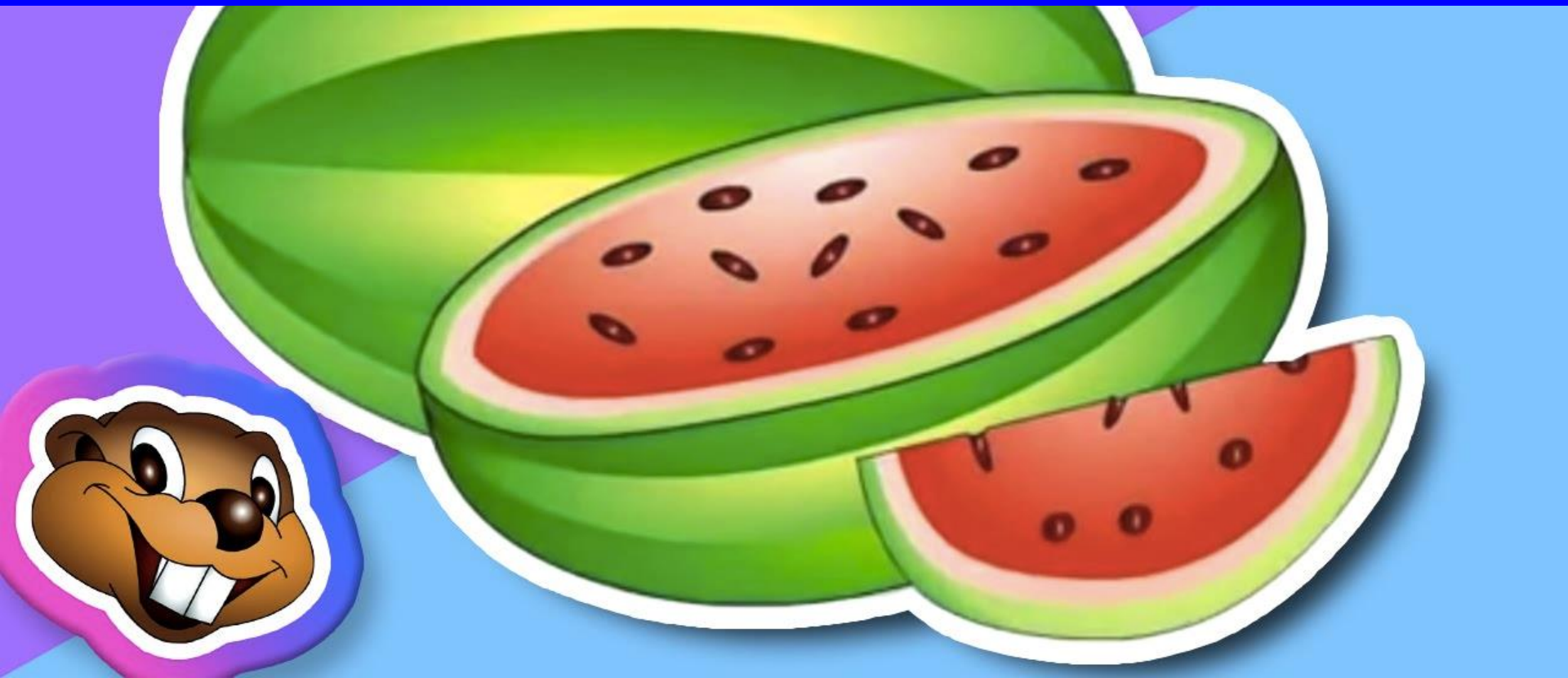
Su ve Çevre Kirliliği, GDO, Tarım İlaçları Nedeniyle Meyve ve Sebzelerdeki A ve C Vitamini Protein, Fosfor, Kalsiyum, Demir ve Mineraller Oldukça Azaldı…

Son 25 yılda %50

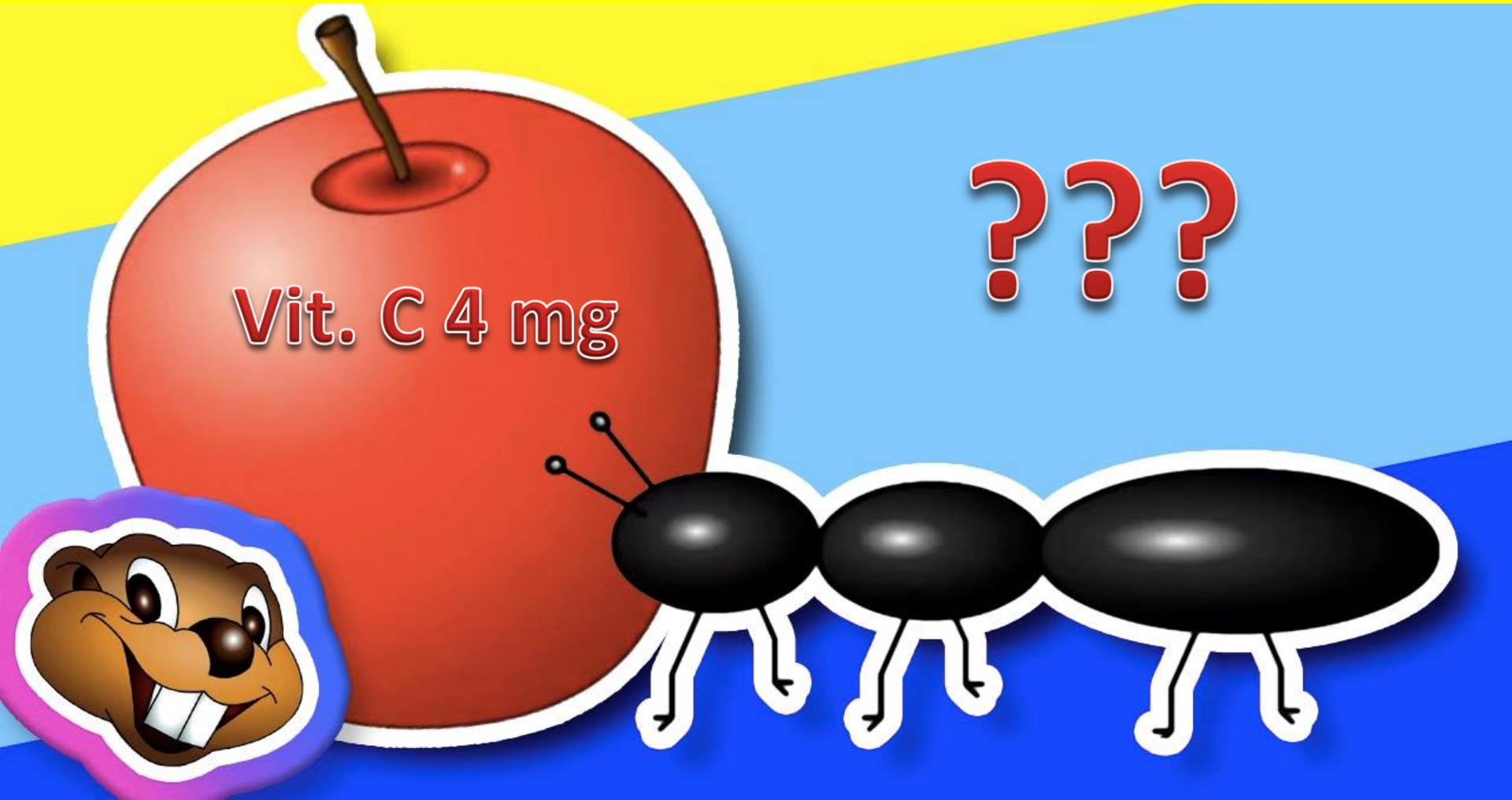
Son 50 yılda % 75

Son 100 yılda %100

ORANINDA AZALDI…



Geçmişte bir elmada 400 mg C vitamini varken günümüzde bir elmada ortalama 4 mg C vitamini bulunmakta…



50 yıl önceki 1 portakalın besin değerini alabilmek için şimdi 21 portakal yemek gerekiyor…

Eskinin 1 şeftalisi
Günümüzün 26 şeftalisine eşit…

Brokolilerin içerdiği kalsiyum miktarı ¾ oranında azaldı…

KIRMIZI ET, eskiye kıyasla
% 50 daha az demir içeriyor…

EN GÜVENİLİR - EN TEMİZ GIDALAR

- KARNIBAHAR
- LAHANA
- PATATES
- BEZELYE
- HAVUÇ
- TURP

- KİVİ
- MUZ
- İNCİR
- AVOKADO
- ZEYTİN
- ZEYTİN YAĞI

SÜT ve SÜT ÜRÜNLERİ

SÜT

hayvandan sağılıp tüketiciye ulaşana kadar çevreden

havadan, sudan

yemden, gübreden

kaplardan

insanlardan

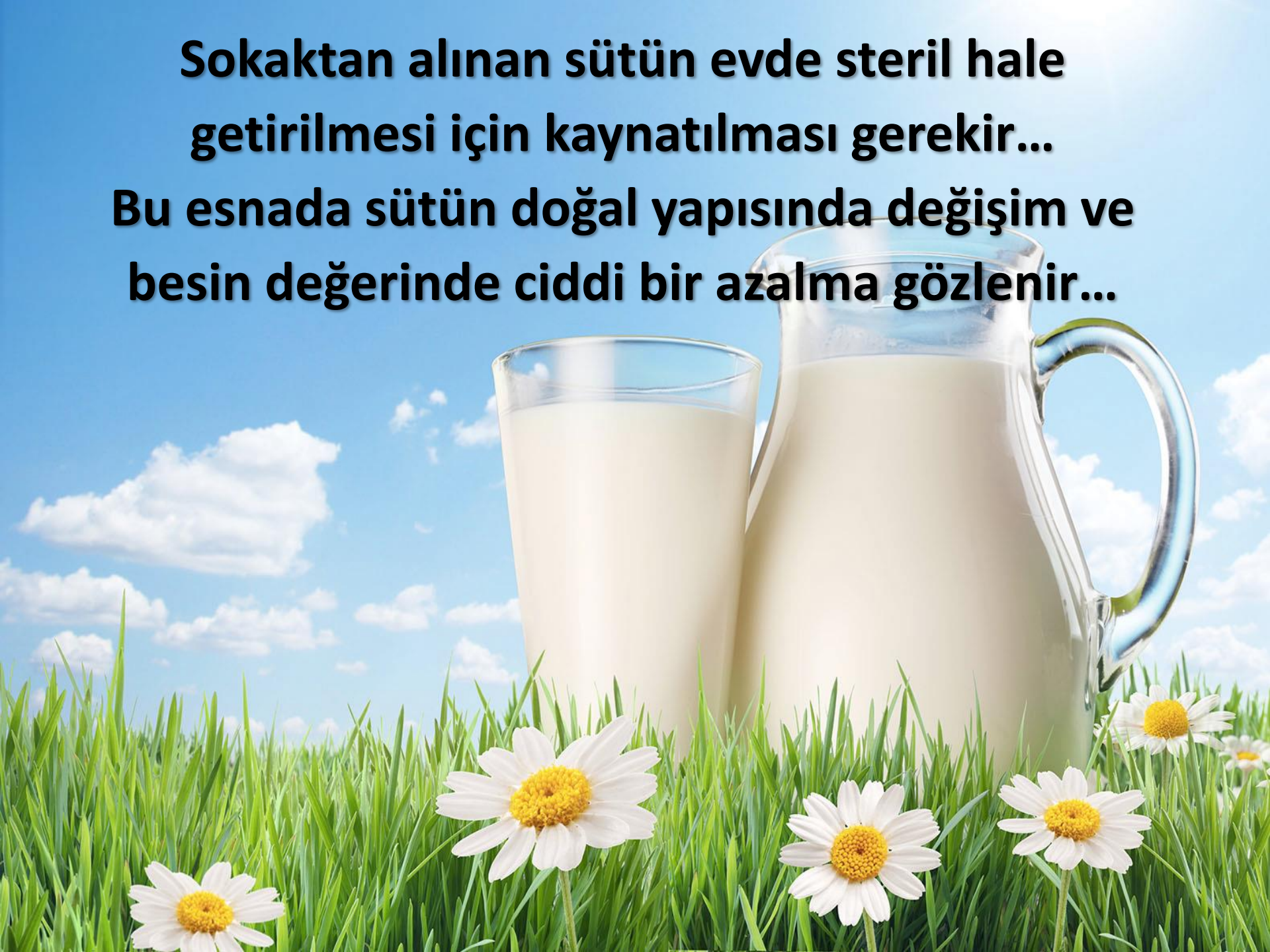
yabancı maddeler

patojen

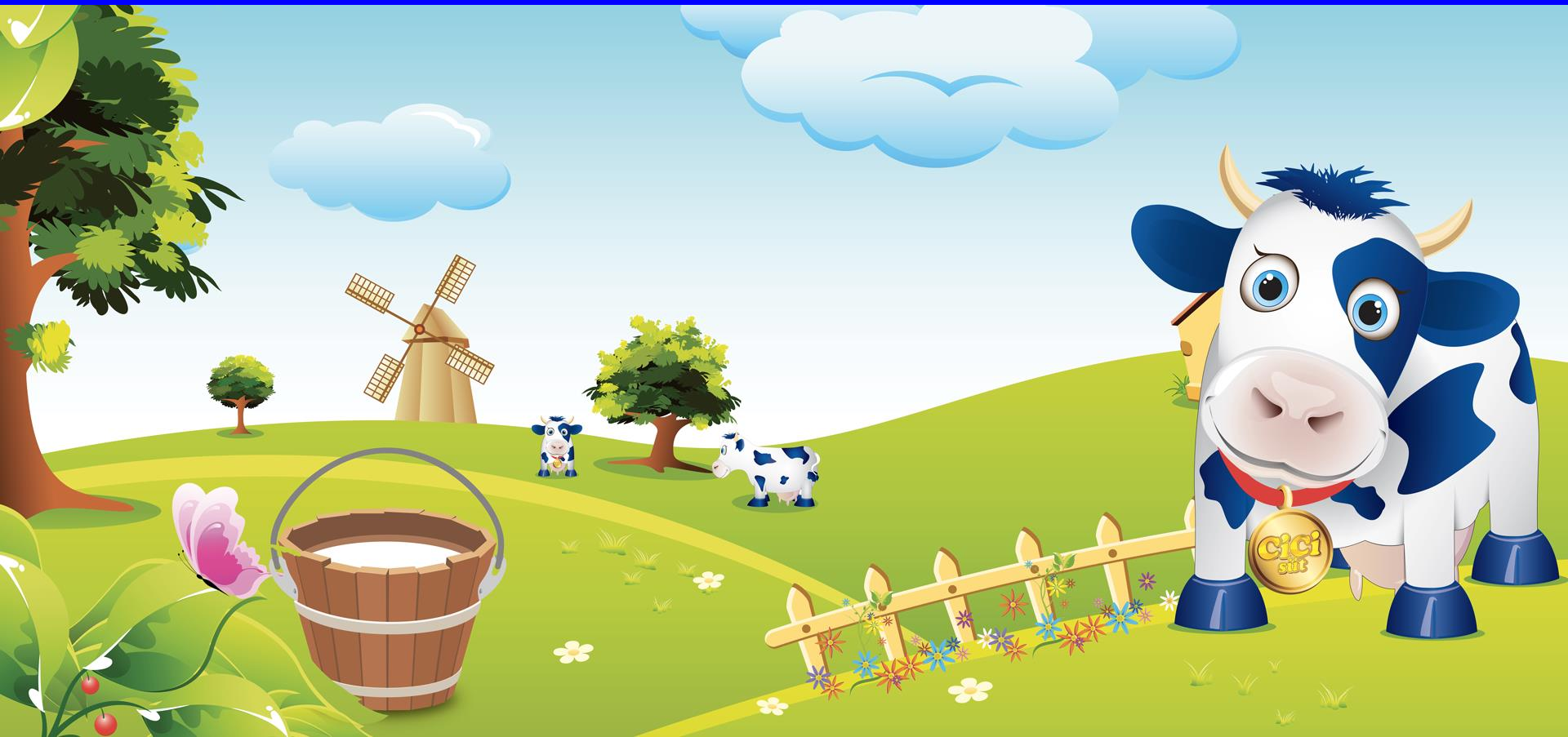
patojen olmayan mikroorganizmalar alabilir…

Sokaktan alınan sütün evde steril hale getirilmesi için kaynatılması gerekir…

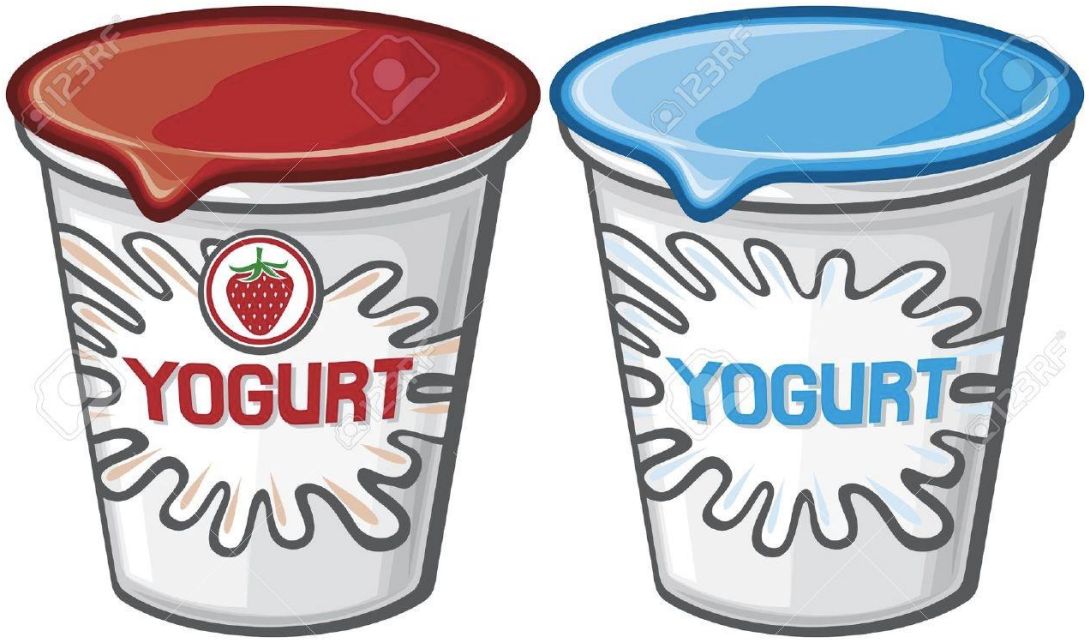
Bu esnada sütün doğal yapısında değişim ve besin değerinde ciddi bir azalma gözlenir…



HAYVANLARIMIZIN
%80'i ENFEKTE
Tbc, Brusella, Şarbon…



Pastörize ve uzun ömürlü (UHT) sütler katkı maddesi içermemektedir…



ENDÜSTRİYEL YOĞURTLARDA

Türk Gıda Kodeksi Katkı Maddeleri Yönetmeliği ve Fermente Süt Ürünleri Tebliği'ne göre;

Sade Yoğurtların Üretiminde

SÜT ve MAYA DIŞINDA

Herhangi Bir Katkı Maddesi Kullanılmamaktadır…

SOKAK SÜTÜ MÜ ?
SANAYİ SÜTÜ MÜ ?

Aspirin
Çamaşır sodası
Brusella
Tbc
Şarbon…

Kaynatma ile;
Protein
Kalsiyum
Vitaminler
AZALIR…

YOĞURT MU ?

SÜT MÜ ?

LOR MU ?

BİYOYARARLANIMI EN YÜKSEK SÜT ÜRÜNÜ

WHEY PROTEİN KAYNAĞI

SPORCU BESLENME PROTEİNİ

TAZE KAŞAR DEĞİL

ESKİ KAŞAR TERCİH EDİLMELİ

Sema Aydoğdu, Çocuğa Dair Her Şey'in bağlantısını beğendi.
19 Aralık 2015 18:56

Sanayi sütü mü Sokak sütü mü / E.S. Prof Dr Sema Aydoğdu ile çocuğa dair her şey
youtube.com

➡ Sanayi sütünde KATKI MADDESİ YOKTUR !
➡ Sokak sütünün evde kaynatılma aşamasında besin değerleri ÖNEMLİ ÖLÇÜDE KAYBA UĞRAR !
➡ Çocuklarınız için GIDA GÜVENLİĞİ açısından EN GÜVENLİ peynir çeşidi LABNE PEYNİRİdir !

👉 Sanayi sütü mü? Sokak sütü mü? - bölüm1
Prof Dr Sema Aydoğdu ile çocuğa dair her şey

KONUK: Prof. Dr. Harun Raşit Uysal,Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Süt Teknolojisi Bölümü Süt Teknolojisi Ana Bilim Dalı Öğretim Üyesi

#çocuğadairherşey
#süt #beslenme

EKMEK MESELESİ…

VİTAMİN
MİNERAL
2-4 KAT FAZLA

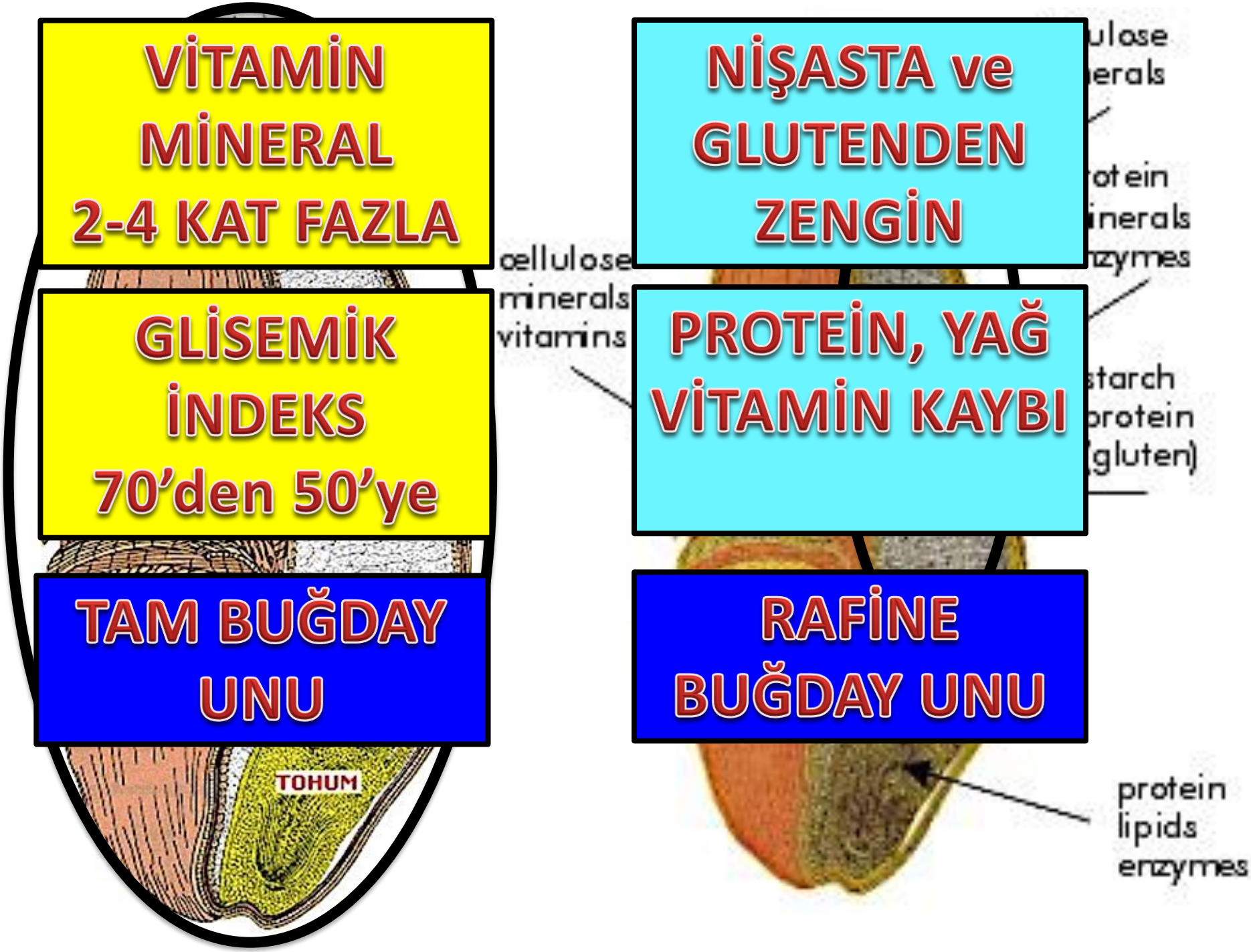
NİŞASTA ve
GLUTENDEN
ZENGİN

GLİSEMİK
İNDEKS
70'den 50'ye

PROTEİN, YAĞ
VİTAMİN KAYBI

TAM BUĞDAY
UNU

RAFİNE
BUĞDAY UNU



SÜREKLİ ve FAZLA TÜKETİMİ
Fe EKSİKLİĞİ ANEMİ NEDENİ
ESMER EKMEK

EKMEĞİN KABUĞUNDA GLİSEMİK İNDEKS DAHA YÜKSEK…

MAILLARD REAKSİYONU

KARSİNOJEN…

ÇOK KIZARMIŞ ise HMF’de YÜKSEK…

GI > 70

GLİSEMİK İNDEKSİ EN YÜKSEK 4 GIDA

GLİSEMİK İNDEKSİ EN DÜŞÜK GIDALAR

GI < 55

- BAKLAGİLLER
- MAKARNA
- PORTAKAL
- FINDIK
- ELMA

ŞEKER TÜKETİMİ

YANIT EVET ise;
65 gr ŞEKER DEMEKTİR…

BİR KUTU MEŞRUBATTA
38 gr ŞEKER
20 KESME ŞEKER…

Süt, meyve, sebze, tahıllardan

GELEN ŞEKERDEN KORKMA

İLAVE ŞEKERDEN KORK…

ŞEKER TÜKETİMİ

1970 - 2005 arasında

%10.000 ARTTI…

YÜKSEK FRÜKTOZLU MISIR ŞURUBU SAYESİNDE…

YÜKSEK FRÜKTOZLU MISIR ŞURUBU

- Hızla kullanılır
- Yağa dönüşür
- TG yükselir

- Leptini inhibe eder
- Doygunluk oluşmaz
- İnsülin duyarlılığı azalır

VS.

TATLANDIRICILAR

- **SAKKARİN**
- En eski tatlandırıcı
- Kanser riski ?

- **ASPARTAM**
- 200 kat daha tatlı
- Kanser riski ?

- **SPLENDA**
- Şekerden elde edilir
- Vücutta emilmez
- Güvenli mi ?

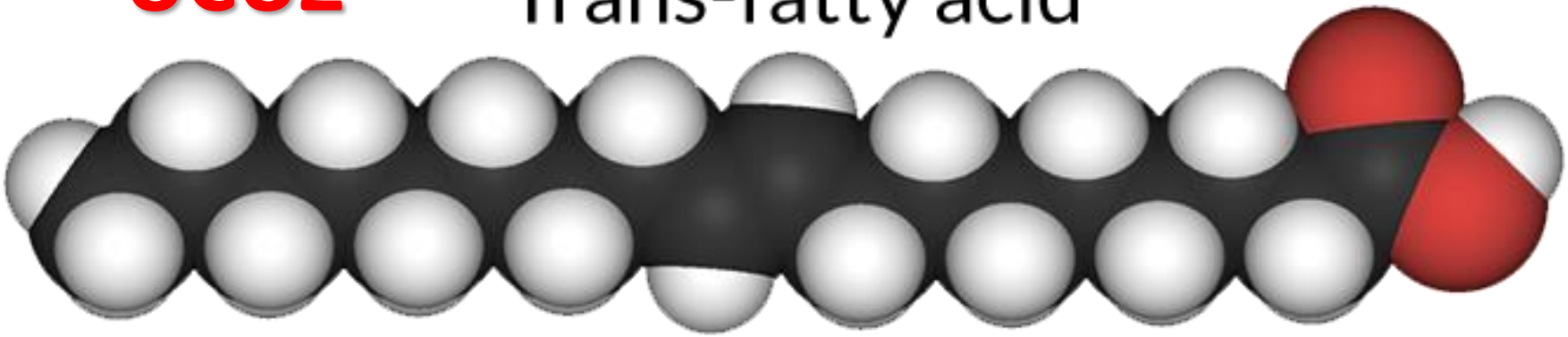
- **STEVİA**
- Güvenli mi ?
- Kalori düşük, diş çürüğü yapmaz, az emilir
- Gaz, diyare, karın ağrısı…

TRANS YAĞLAR

SIVI YAĞLARIN HİDROJENİZASYONU ESNASINDA OLUŞUR

UCUZ

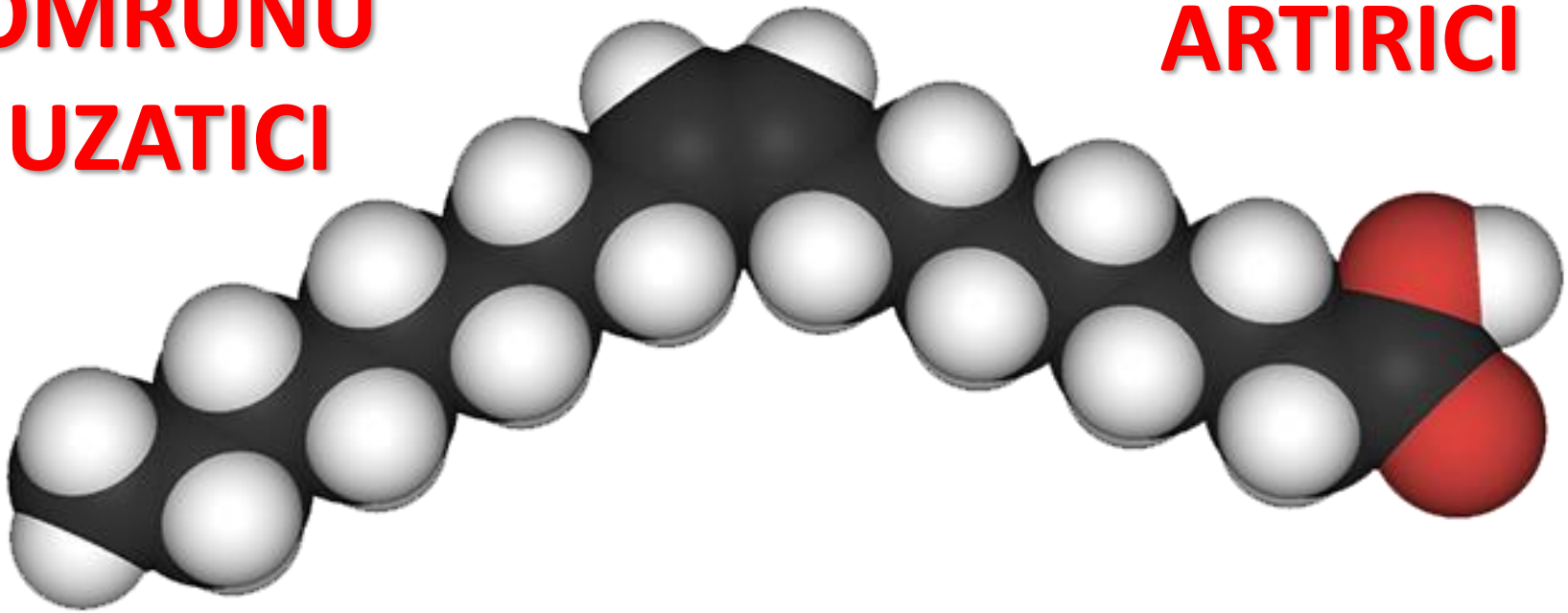
Trans-fatty acid



RAF ÖMRÜNÜ UZATICI

Cis fatty acid

TAD ARTIRICI



TRANS YAĞ AKSESUARLARI…

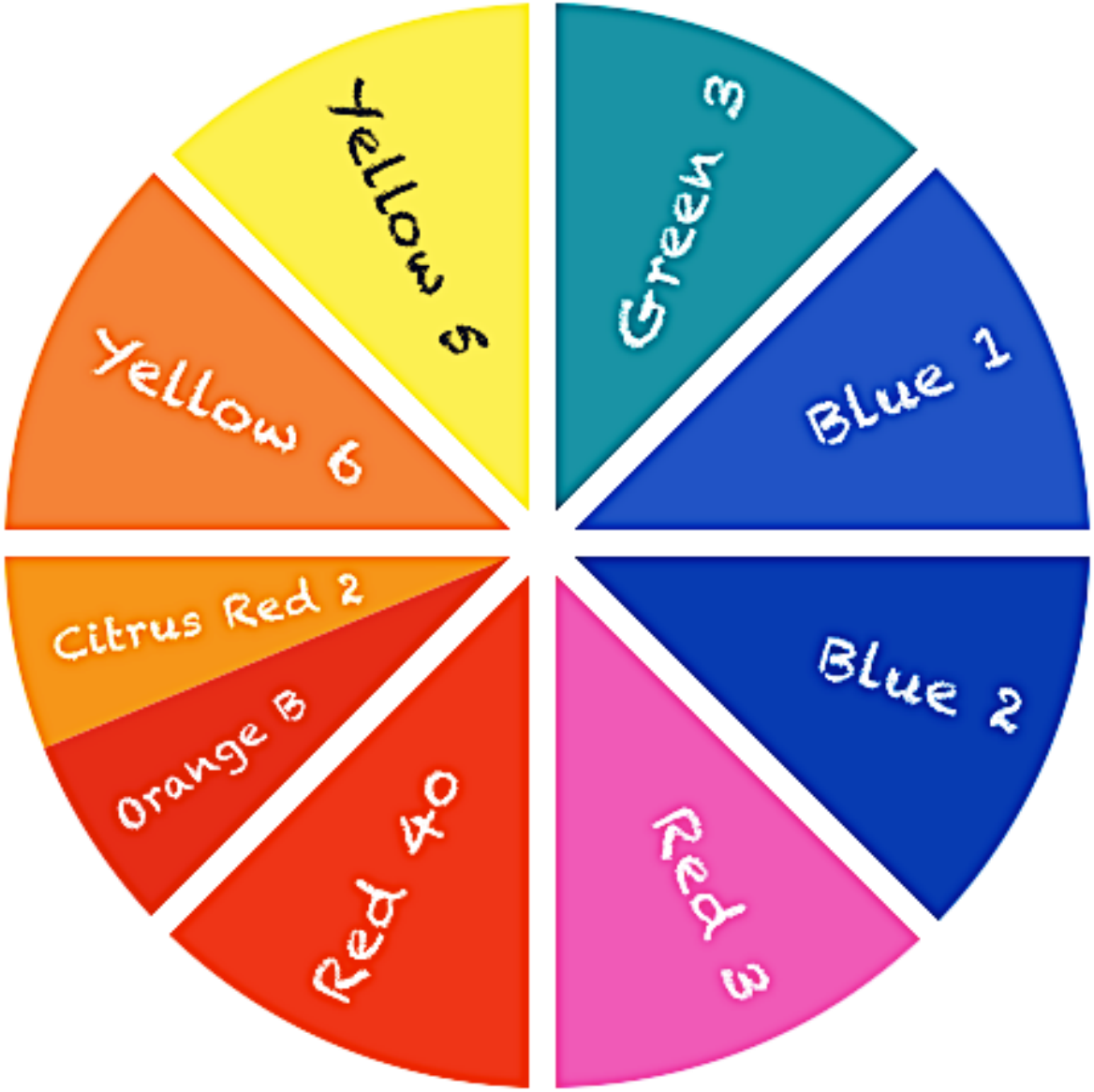
KALP HAST. ve İNME
ALZHEİMER
DİYABET
KANSER
OBEZİTE
DEPRESYON

GIDA BOYALARI

Dangers of Food Dyes

Linked To:

- *Cancer*
- *ADHD*
- *Allergies*
- *Hypersensitivity*
- *Asthma*
- *Hyperactivity*



ALLURA RED (E 129)

KIRMIZI RENK VERİR

Tatlılar

İçecekler

İlaç ve kozmetik sanayi

Farelerde kanserojen

TARTRAZİN (E 102)

SARI, MAVİ RENK VERİR

Tartrazin (E 102):

Kuru meyve

Renkli gazlı içecek

Hazır çorba

Çeşitli sos

Renkli draje

Sakız, Reçel

Aspirin intoleransı ve astımlı hastalarda riskli

Ponso 4R
(E 124)

Jöle, Salam, Hazır Kek ve Hazır Çorbalarda
Aspirin intoleransı ve astımlı hastalarda riskli
Farelerde kanserojen…

Petrol derivesi…
Gıda, İlaç, Kozmetik sanayi
Çikolata, Karamel

RAF ÖMRÜNÜ UZATAN KATKI MADDELERİ

SÜLFÜR DİOKSİT

Kuru gıdalarda bozulmaları önler

Baş ağrısı, ishal, baş dönmesi, astım

SODYUM SÜLFİT (E 250)

Sucuk,salam gibi fermente gıdalarda

Sülfit duyarlılığı: baş ağrısı, dispne, alerji

SALATA BARLAR SÜLFÜRDEN ZENGİN…

Hidroksi Anizol (BHA)
ve Bütilat Hidroksi Toluen (BHT)

Katı ve sıvı yağların bozulmalarını önler
Özellikle küflere karşı etkili
NÖROTOKSİK
Davranış bozukluklarına yol açabilir…

POTASYUM BROMAT

Ekmek ve unlu mamüllerde hacim artırıcı

Renk beyazlatıcı TOKSİK BİR AJAN…

UNLARA DİKKAT…

NİTRİT ve NİTRAT ZENGİNİ

DONDURULMUŞ GIDALAR KATKI MADDESİ İÇERMEZ…

Fabrikasyon tipi şoklama -40°C'de yapılır
Harcanan enerji fazladır

Ev tipi şoklamada ise daha az enerji…
Gıda yavaş donar, hücre yapısı bozulur

HIZLA BAKTERİ ÜRER…

DONDURULMUŞ GIDALAR BUZDOLABINDA ÇÖZÜLMELİ

ODA ISISINDA, SICAK SUDA ÇÖZÜLMEMELİ

ÇÖZÜLDÜKTEN SONRA KULLANILMALI TEKRAR DONDURULMAMALI

AĞIR METAL (As, Cd, Ni, Hg) RİSKİ FAZLA…

BÜYÜK BALIKLAR DEĞİL…

BEBEK ve ÇOCUKLARA
HANGİ BALIKLAR VERİLMELİ ?…

KÜÇÜK BALIKLAR
HAMSİ, SARDALYA, USKUMRU

KILÇIK SORUNU…

SON SÖZLER
GIDA TERÖRİZMİNE KARŞI
BİLİNÇLİ ve ÖZENLİ SEÇİMLER

SON SÖZLER

HAZIR GIDA TÜKETİMİ AZALTILMALI

ALO GIDA HATLARINDAN UZAK DURULMALI

http://www.semaaydogdu.com

www.facebook.com/profdrs.aydogdu
www.twitter.com/aydogdusema
www.linkedin.com/profdrsemaaydogdu
www.youtube.com/semaaydogdu
http://www.dailymotion.com/profdrsemaaydogdu

TEŞEKKÜRLER...

ESENLİKLER...

SORU - 1

- Aşağıdakiler içinde GDO'lu üretimin en fazla yapıldığı ürünler hangileridir?

  1. Mısır
  2. Kanola
  3. Karanfil
  4. Portakal
  5. Acı biber

A) 1,2,3 B) 2,3,5 C) 1,2,4 D) 3,4,5 E) 1,2,5

YANIT : A

SORU -2

Aşağıdaki cümlelerden hangisi doğrudur?

1. Geçmişte bir elmada 400 mg C vitamini varken, günümüzde ortalama 4 mg C vitamini bulunmaktadır.
2. 50 yıl önceki bir portakalın besin değerini alabilmek için günümüzde 21 portakal yemek gerekmektedir.
3. Eskinin 1 şeftalisi günümüzün 26 şeftalisine eşit besin değeri taşımaktadır.
4. Kırmızı et, eskiye oranla yüzde 50 daha az demir içermektedir.

A) 1 B) 1,2 C) 2,3,4 D) 2,3 E) 1,2,3,4

YANIT : E