



## Basın Bülteni

18 Şubat 2016

### BAKLIYAT İLE SAĞLIKLI BESLENME, SAĞLIKLI HAYAT

**18 Şubat 2016, İstanbul** - 18 Şubat 2016 tarihinde İstanbul'da düzenlenen basın toplantısında, PAKDER tarafından sürdürülen "Bakliyat ile Sağlıklı Beslenme, Sağlıklı Hayat" projesi ele alındı. Proje ve bakliyatın sağlık açısından faydaları hakkında bilgiler veren PAKDER Yönetim Kurulu Başkanı Hakkı İsmet Aral, Bakliyat sektöründe ulusal ve uluslararası durum göz önünde bulundurulduğunda, günlük beslenme alışkanlıklarında bakliyat kullanma eğiliminin artırılması, toplumda bakliyatın sağlık üzerine olumlu etkilerine ilişkin bilinç oluşturulması ve bakliyat için katma değerli ürün çalışmaları ile farklı kullanım alanlarının yaratılmasının, projenin en önemli hedefleri olduğunu bildirdi.

Bakliyat ile Sağlıklı Beslenme Sağlıklı Hayat Projesi, Tarım Ürünleri Hububat, Bakliyat İşleme ve Paketleme Sanayicileri Derneği (PAKDER) önderliğinde İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) ve Yıldız Teknik Üniversitesi (YTÜ) ortaklığında yürütülen bir proje. Projenin temel amaçları şöyle sıralanıyor; AR-GE çalışmaları ile birlikte, bakliyattan gıda endüstrisinin kullanabileceği ürünlerin elde edilmesi; bakliyatın bilinen tüketim alanlarının çeşitlendirilmesi; yenilikçi ürünlerin geliştirilmesi; sağlık üzerindeki etkileri konusunda toplumun bilinçlendirilmesi; bakliyat tüketimini artırarak obeziteyi önleme konusunda Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programına katkı sağlanması.

#### Bakliyatın Sağlığa Faydaları

Bakliyat ürünleri, sağlığa yararlı etkileri açısından her gün yeni araştırmalara konu oluyor. Bilimsel veriler ışığında kanıtlanan bilgilerle bakliyat tüketimi; kanser oluşumu, tip-2 diyabet ve obeziteyi önleyici etkilerinin yanı sıra mide bağırsak sistemi ve kalp damar sağlığı ile de ilişkilendiriliyor. Günümüzde teknolojinin gelişmesi ve modern yaşamın getirdiği şartlar beslenme alışkanlıklarımızda değişime sebep oluyor. Bu durum çalışma koşullarının getirdiği hareketsizlik ile birleşince başta obezite olmak üzere pek çok hastalığa davetiye çıkarılıyor. Obezite kronik bir hastalık olmakla beraber; Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından en riskli 10 hastalıktan biri olarak listede yerini almakta. 2010 yılında obezitenin önlenmesine yönelik "Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı" adı altında yayımlanan Başbakanlık Genelgesi ile de bu noktaya dikkat çekilmişti. Kaliteli ve uzun bir yaşamın formülünün, sporla beraber sağlıklı ve dengeli beslenmeden geçtiğin unutulmaması gerekiyor. Bu anlamda, bitkisel protein, lif ve karbonhidrat açısından oldukça zengin olan bakliyatların gerek geleneksel yöntemlerle gerek yenilikçi açılımlarla tüketilmesi son derece önemli. PAKDER tarafından sürdürülen bu projenin amacı da bu yenilikçi açılımları ortaya koyabilmek, bakliyatın direkt tüketimini veya endirekt olarak endüstride kullanımını sağlamak.



## Basın Bülteni

18 Şubat 2016

Toplantıda söz alan PAKDER Yönetim Kurulu Başkanı Aral, proje ile ilgili şu bilgileri verdi: “Bakliyat sınıfına giren mercimek, nohut, fasulye, bakla, bezelye ve börülcenin dünyada iki milyardan fazla insan için protein kaynağı olduğu bilinmektedir. İnsanların beslenmesinde bitkisel proteinlerin %22’si ve karbonhidratların %7’si yemeklik tane baklagillerden karşılanmakta olup baklagil tarımı, dünyada tarım alanlarının yaklaşık %11’lik kısmını oluşturmaktadır. Dünya bakliyat üretiminde, son 10 yıl içerisinde %17 oranında bir artış olduğu gözlemlenmiştir. İthalat ve ihracat verilerine bakıldığında ise, dünya bakliyat ihracat hacminde %21 artış yaşanmıştır. Bu tablodan hareketle bakliyat tüketiminin artırılması, kullanım alanlarının genişletilmesi ve dolayısıyla Türkiye bakliyat üretiminin de artışın hedeflendiği bu projeye, sektörel sorunların çözümüne büyük oranda katkı sağlanması hedeflenmektedir.”

## 2016 Uluslararası Bakliyat Yılı

Bilindiği gibi Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Organizasyonu (FAO)’nun Roma’da gerçekleştirilen 146. Konsey toplantısında 2016 yılı “Uluslararası Bakliyat Yılı” olarak ilan edilmişti. Alınan bu kararın, uluslararası bakliyat sektörü için çok önemli olduğunu ifade eden Aral, BM’nin 2016 yılını bakliyat yılı olarak ilan etmesinin bakliyatın sağlık ve beslenmede önemli bir role sahip olduğunun bilincini çok daha güçlü bir şekilde ortaya koyacağını söyledi. 2016 yılı için yapılacak olan tanıtım, bilgilendirme, konferanslar ile ulusal ve uluslararası medyanın da ana gündeminin bakliyat olacağını söyleyen Aral, bakliyat tüketiminin azalmasının bugünkü gençlerin ve gelecek nesillerin kötü beslenmesi anlamına geldiğini bildirdi.

Bu farkındalığı dünya toplumlarına anlatmak için BM in bu kararının büyük bir fırsat olduğuna değinen Aral, şunları söyledi: “Bu kapsamda projemizin başlığı olan; Bakliyat ile Sağlıklı Beslenme Sağlıklı Hayat kavramının ülkemizde de oluşmasında önemli rol oynayacaktır. Bakliyat ve sağlık ilişkisi bu projemiz ile, değişen beslenme alışkanlıklarının bizim toplumumuzda da gündemde olduğu bu dönemde fayda sağlayacaktır. Bakliyat sektöründe ulusal ve uluslararası durum göz önünde bulundurulduğunda, “Bakliyat İle Sağlıklı Beslenme Sağlıklı Hayat Platformu Projesi” aracılığıyla, günlük beslenme alışkanlıklarında bakliyat kullanma eğiliminin artırılması, toplumda bakliyatın sağlık üzerine olumlu etkilerine ilişkin bilinç oluşturulması ve bakliyat için katma değerli ürün çalışmaları ile de farklı kullanım alanlarının yaratılması en büyük hedeflerimizden biri olacaktır.

Bakliyat ürünlerinin sadece beslenme öğünlerimizin içindeki bir gıda maddesi olmadığını belirten Aral, sözlerini şöyle sürdürdü: “Bakliyat Proteinden fazlası, içerdiği Liflerden fazlası, vitaminlerden fazlası, minerallerden fazlası, çeşitlilikten fazlası, bakliyat bir besinden daha fazlası, dünya üzerindeki birçok alternatif gıdadan fazlası, gıda adına her şeyden fazlası. Biz bu sese inanıyoruz, kişiye özel faydalarına inanıyoruz. Tüm bu parametreler bakliyatı proteinden daha fazlası yapıyor.”



## Basın Bülteni

18 Şubat 2016

Bakliyatın gıdanın geleceği olduğunu ifade eden Aral, “şimdi harekete geçme zamanıdır. Şimdi bu mesajları herkese yayma zamanıdır. Gıdanın bir geleceği var, gelecek bakliyat ürünlerindedir. Bu bizim geleceğimizdir” diyerek, “Bize Katılın” çağrısında bulundu.

**“Bakliyat İle Sağlıklı Beslenme Sağlıklı Hayat Projesi 2015 Yılı Yenilikçi İstanbul Mali Destek Programı Kapsamında Yürütülmektedir.”**

### Projenin Ortakları

PAKDER(Tarım Ürünleri Hububat Bakliyat İşleme ve Paketleme Sanayicileri Derneği)  
İTÜ (İstanbul Teknik Üniversitesi)  
YTÜ (Yıldız Teknik Üniversitesi)

### Projenin İştirakçileri

T.C. İstanbul Valiliği İl Gıda Tarım ve Hayvancılık Müdürlüğü  
İstanbul Halk Sağlığı Müdürlüğü  
Tüm Gıda Dış Ticaret Derneği (TÜGİDER)  
Türkiye Gıda ve İçecek Sanayi Dernekleri Federasyonu (TGDF)  
İstanbul Yaş Meyve Sebze İhracatçıları Birliği  
İstanbul Hububat Bakliyat Yağlı Tohumlar ve Mamulleri İhracatçıları Birliği  
İstanbul Ticaret Borsası  
Mersin Ticaret Borsası  
İstanbul Ticaret Odası  
İstanbul Sanayi Odası  
Türkiye Aşçılar Federasyonu  
Okan Üniversitesi Mühendislik ve Mimarlık Fakültesi  
Global Pulse Confederation (CICIL)  
Migros Ticaret A.Ş.  
İstanbul Chef Aşçılar Derneği