



Giresun İlinde Balık Tüketiminin Araştırılması

Mustafa Türkmen^{1*}, Aysun Türkmen², Köksal Duran¹

¹Giresun Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Biyoloji Bölümü, 28000 Giresun, Türkiye

²Giresun Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Kimya Bölümü, 28000 Giresun, Türkiye

MAKALE BİLGİSİ

Geliş 04 Mayıs 2016
Kabul 27 Haziran 2016
Çevrimiçi baskı, ISSN: 2148-127X

Anahtar Kelimeler:

Balık tüketimi
Anket
Araştırma
Giresun
Sağlıklı beslenme

*Sorumlu Yazar:

E-mail: mturkmen65@hotmail.com

Ö Z E T

Doğu Karadeniz sahil kenti olan Giresun ilinde balık eti tüketiminin irdelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada yüz yüze anket yöntemi uygulanmıştır. Balık etinin diğer et türlerine oranla ne kadar tüketildiği, kişilerin eğitim durumuna ve gelir düzeylerine göre tüketim sıklığı ve miktarı incelenmiştir. Tesadüfi örnekleme yöntemine göre yapılan çalışmada toplam 433 kişiyle yüz yüze görüşülerek anket uygulanmıştır. Katılımcılardan 428 (%98,9) kişi balık tükettiğini belirtmiştir. Bununla beraber en çok tüketilen et türü tavuk olup, ikinci sırada balık gelmektedir Balık eti tüketen katılımcılardan %91'i ise deniz balığını tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. En çok tüketilen balık türünün ise %34'lük oranla hamsi olduğu tespit edilmiştir. Giresun ilinde kişi başı ortalama balık tüketimi ise 12,34 kg/yıl ile Türkiye ortalamasının üzerinde çıkmıştır.

Turkish Journal Of Agriculture - Food Science And Technology, 4(8): 712-718, 2016

Investigation of Fish Consumption in Giresun City

ARTICLE INFO

Article history:

Received 04 May 2016
Accepted 27 June 2016
Available online, ISSN: 2148-127X

Keywords:

Giresun
Fish consumption
Survey
Research
Healthy feeding

*Corresponding Author:

E-mail: mturkmen65@hotmail.com

ABSTRACT

This study aimed to investigate the fish consumption in Giresun by survey method. Fish meat was compared with other meat types according to education, level of income, consumption rate and quantity. In research carried out according to the random sampling method. Questions were asked face to face a total of 433 persons. A total 428 participants (98.9%) stated that they consumed fish. However, the most consumed meat type is chicken, second is fish. A total 91% participant preferred marine fish. The most consumed fish species is anchovy with 34%. Fish consumption per person in Giresun is above Turkey's average with 12.34 kg/year.

Giriş

Balık eti içerdiği esansiyel aminoasitler (treonin, valin, lösin, izölösin, methiyanin, fenilalanin, triptofan, lizin, histidin, arginin) ve bu aminoasitlerin oranları bakımından en sağlıklı gıdalar arasında yer almaktadır (Valverde ve ark., 2000; Çiçek ve ark.,2014). Temel olarak protein, su ve yağ içeren balık eti az miktarlarda da karbonhidrat, mineral madde, vitamin, enzim ve hormon içermektedir. Yine balık eti yağda eriyen vitaminlerden A ve D vitaminini B grubu vitaminlerinden B1, B2, B3, B6 ve B12 vitamini bol miktarda içerir (Burr ve ark., 1989). Bir besin olarak balık, içerdiği zengin protein miktarı ve yapısında bulunan çoklu doymamış yağ asitleri sayesinde

vücudumuzun temel besin maddeleri ihtiyacını karşılayabilen, metabolizmamız üzerinde olumlu fonksiyonları olan, bağışıklık sistemimizi güçlendiren, sağlıklı bir yaşam sürdürmemizi sağlayan önemli bir gıdadır (Valverde ve ark., 2000; Lee, 2003; Mutlu ve ark., 2016). Balık tüketiminin kanser, kalp-damar hastalıkları, diyabet, alzheimer, yaşlanma, depresyon gibi hastalıkların görülme sıklığını azalttığı bilinmektedir (Saygı ve ark., 2006; Moralez da Silva ve ark., 2008). Bu sebeple balık tüketiminin artırılması günümüz toplumları ve gelecek nesillerin sağlıklı yaşam sürdürmesi için tartışılmaz bir olgudur.

Hem içerdiği besin maddeleri hem de yukarıda bahsettiğimiz belli başlı hastalıklarda tedavi edici rolüyle tüketilmesi gereken besinlerden olan balık etinin haftada 2-3 kez tüketilmesi önerilmektedir (Turan ve ark., 2006). Ancak ülkemizde kişi başına düşen su ürünleri tüketiminin çok düşük seviyede olduğu ve balık tüketimi ile ilgili daha önce yapılan araştırmalarda tüketimin kıyı bölgelerde yoğunlaştığı belirlenmiştir (Dağtekin ve ark., 2007; Aydın ve Karadurmuş, 2012). Üç tarafı denizlerle çevrili, akarsuları ve gölleri bakımından oldukça zengin olan ülkemizde birçok balık türünün avcılığı ve yetiştiriciliği yapılmasına rağmen, kişi başına tüketilen balık miktarı ortalaması tüketilmesi gerekenin çok altındadır. Kişi başına balık tüketiminde Avrupa ortalaması yıllık 28,2kg, dünya ortalaması 13,8kg (Yüksel ve ark., 2011) iken ülkemizde 6,3kg'dır (TÜİK, 2014) (Tablo 1). 2010-2014 yılları arasında avcılık yolu ile elde edilen su ürünleri üretimi ortalama 421.893 ton iken yetiştiricilik yolu ile üretim ortalama 207.373 ton olmuştur. Yine denizel su ürünleri avcılık ve yetiştiricilik üretimi 2010-2014 yılları arasında ortalama 243.982 ton iken tatlı su ürünleri üretimi ortalama 70.651 ton olmuştur (Tablo 2). Türkiye'de avcılık yolu ile elde edilen üretimin büyük bir kısmını (%59,32; TÜİK 2014) *Engraulis encrasicolus* (Linnaeus, 1758) hamsi balığı oluşturmaktadır (Tablo 3) (167.132 ton 2011-2014 yıllık ortalama TÜİK, 2014). Hamsi kış aylarında deniz suyunun soğumasıyla Karadeniz ve Marmara kıyılarına yanaşmakta ve avcılığı en çok bu zamanlarda yapılmaktadır. Bu çalışmada Doğu Karadeniz sahil şeridinde bulunan Giresun İlinde yaşayan kişilerin; rastgele örnekleme yapılarak, yaş, eğitim ve gelir

düzeylerine göre balık tüketim miktar ve şekillerinin ortaya konulması amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot

2014 yılı içerisinde Giresun il merkezinde yaşayan kişilerin balık tüketiminin belirlenmesi amacıyla yapılan çalışmada katılımcılar rastgele seçilmiş ve her bir katılımcıya 24 sorudan oluşan anket yüz yüze görüşülerek uygulanmıştır. Farklı yaş, eğitim düzeyi, meslek grubu ve gelir düzeylerini temsil eden toplamda 433 kişiden oluşan katılımcılara yaşları, sosyo-ekonomik durumları, balık fiyatları, balık tüketim sıklıkları, sevdikleri ve tükettikleri balık türü, balığı pişirme tarzları gibi sorular sorulmuştur. Elde edilen veriler MS-Excel paket programında analiz edilerek değerlendirilmiştir.

Bulgular

Ankete katılan bireyler 139 bayan (%32,10) ve 294 erkek (%67,90) olmak üzere toplamda 433 kişi olup; yaş dağılımları Şekil 1'de gösterilmiştir. Katılımcıların %54 lük oranla yarıdan fazlası üniversite mezunu, %26'sı lise mezunu, %17'si ilköğretim mezunu ve %3'lük bir kısmı ise okuryazardır (Şekil 2). Katılımcıların %10'luk kısmı işsiz, %28'i memur, %9'u işçi, %16'sı esnaf, %10'u emekli ve %27'si ise öğrenciden oluşmaktadır (Şekil 3). Ankete katılan bireylerin %37'lik kısmının geliri 1000 TL'nin altında, diğer bir %37'lik kısmın geliri 1001-2000 TL arasında, %22'lik bir kısmın geliri 2001-3000 TL arasında ve %4'lük bir kısmın geliri ise 3000 TL'nin üzerindedir (Şekil 4).

Tablo 1 Su ürünleri üretimi ve kişi başı tüketim miktarı*

Yıllar	Üretim (ton)	İhracat (ton)	İthalat (ton)	Tüketim (ton)		Kişi başı tüketim (kg)
				İç tüketim	İşlenen	
2011	703.545	66.738	65.698	468.040	228.709	6,3
2012	644.852	74.007	65.384	532.347	94.201	7,1
2013	607.515	101.063	67.530	479.708	87.896	6,3
2014	537.345	115.682	77.545	420.361	73.667	5,5

* (TÜİK, 2014)

Tablo 2 Avcılık ve yetiştiricilik üretim miktarları*

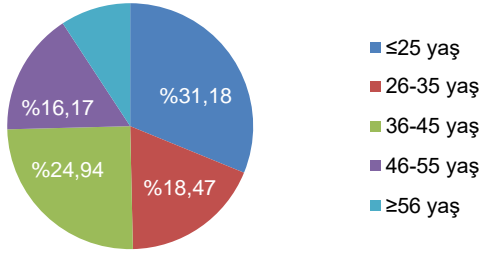
Yıllar	Avcılık (ton)			Yetiştiricilik (ton)		
	Deniz	İç su	Toplam	Deniz	İç su	Toplam
2010	445.680	40.259	485.939	88.573	78.568	167.141
2011	477.658	37.097	514.755	88.344	100.446	188.790
2012	396.322	36.120	432.442	100.853	111.557	212.410
2013	339.047	35.074	374.121	110.375	123.019	233.394
2014	266.078	36.134	302.212	126.894	108.239	235.133

* (TÜİK, 2014)

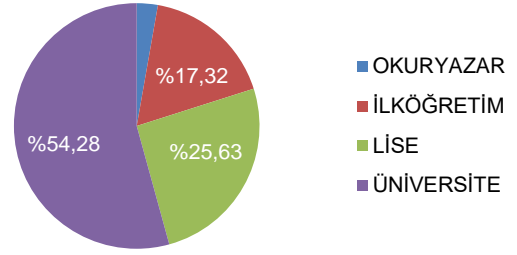
Tablo 3 Avcılığı en çok yapılan türlerin üretim miktarı (ton)*

Yıllar	Hamsi	Sardalya	İstavrit	Palamut	Lüfer	Çaça	Toplam
2011	228.491	34.709	25.010	10.019	3.122	87.141	388.492
2012	163.982	28.248	30.946	35.764	7.390	12.092	278.422
2013	179.615	23.919	28.424	13.158	5.225	9.764	260.105
2014	96.440	18.079	16.324	19.032	8.386	41.648	199.909

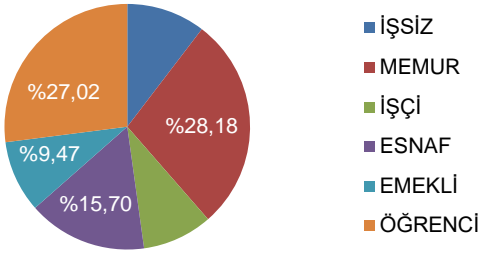
* (TÜİK, 2014)



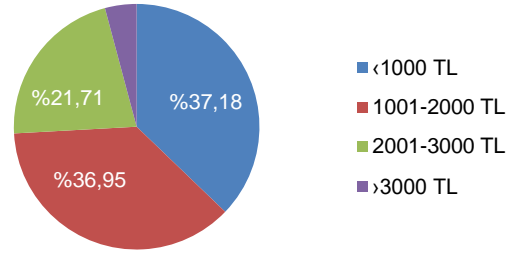
Şekil 1 Katılımcıların yaş dağılımı



Şekil 2 Katılımcıların eğitim durumu



Şekil 3 Katılımcıların meslekleri



Şekil 4 Katılımcıların gelir düzeyi dağılımı

Ankete katılan bireyler %25'lik bir oranla daha çok balık, %52'lik oranla daha çok tavuk ve %21'lik oranla daha çok kırmızı et tükettiklerini ifade etmişlerdir (Şekil 5). Toplamda balık tüketen 428 kişiden 390'ı (%91,12) deniz balığını, 38'i (%8,88) ise tatlı su balığını tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Yine katılımcıların 406'sı (%94,86) doğal balık, 22'si (%5,14) ise kültür balığı tercih ettiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların %53,58'i balık fiyatlarını pahalı bulurken, %38,34'ü normal, %1,38'u da ucuz olduğunu söylemiştir. Kalan %6,70'lik kısım ise bir fikrinin olmadığını belirtmiştir.

Ankete katılan kadınların %64,03 oranla yarısından fazlası tavuk etini daha çok tükettiklerini ifade etmişlerdir. Bunu %18,70 oranla kırmızı et ve %17,27 oranla balık eti takip etmektedir. Yaş dağılımına göre baktığımızda ise 25 yaş altı kadınların %1,72'si balık eti tercih ettiklerini ifade ederken, 26-35 yaş arası kadınların %11,54'ü, 36-45 yaş arası kadınların %28,12'si, 46-55 yaş arası kadınların %40,00'ı ve 56 yaş üstü kadınların ise %62,50'si balık eti tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. Bu da kadınlarda yaş ilerledikçe balık tüketim oranının arttığını göstermektedir. Erkek katılımcıların ise toplamda %47,22'si tavuk etini, %29,86'sı balık etini ve %22,92'si ise kırmızı eti tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. Yaş dağılımına göre baktığımızda, 25 yaş altı erkeklerin %11,69'u, 26-35 yaş arası erkeklerin %29,10'u, 36-45 yaş arası erkeklerin %41,67'si, 46-55 yaş arası erkeklerin %32,08'i, 56 yaş üstü erkeklerin ise %45,16'sı balık eti tercih ettiklerini ifade etmişlerdir (Tablo 4)

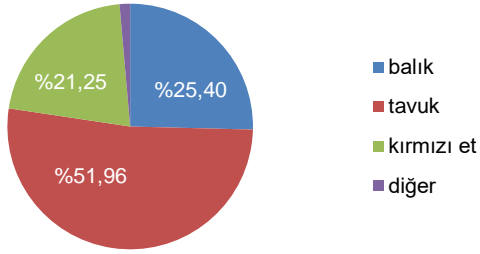
Balık, katılımcılar tarafından %74,76 oranla en çok balık pazarlarından temin edilirken (Şekil 6), %78,74 oranla büyük ölçüde kış mevsiminde tüketilmiştir (Şekil 7). Katılımcıların %32'si en beğendiği balığın hamsi olduğunu ifade ederken, bunu %20,79 oranla mezgit, %15,42 oranla alabalık, %13,55 oranla istavrit, %6,54 oranla barbun, %4,2 oranla palamut, %2,33 oranla lüfer,

%1,63 oranla iskorpit, %0,93 oranla levrek, %0,46 oranla kefal, kalkan ve diğerleri takip etmiştir (Şekil 8). Katılımcıların en çok tükettiği balık %34,11 oranla hamsi iken %24,06 oranla mezgit, %21,72 oranla istavrit, %11,91 oranla alabalık, %3,27 oranla barbun, %1,86 oranla levrek, %1,4 oranla palamut, %0,7 oranla lüfer, %0,7 oranla iskorpit ve %0,23 oranla diğer balık türleri tüketilmiştir (Şekil 9). Ankete katılan bireylerin %51,17 oranla yarısından fazlası balığı kızartarak tükettiğini ifade ederken, %26,40'ı buğulama yaparak, %15,65'i ızgara yaparak, %4,9'u fırında, %0,94'ü sebzeli, %0,24'ü terbiyeli ve %0,7'si diğer şekillerde pişirerek tükettiklerini ifade etmişlerdir (Şekil 10).

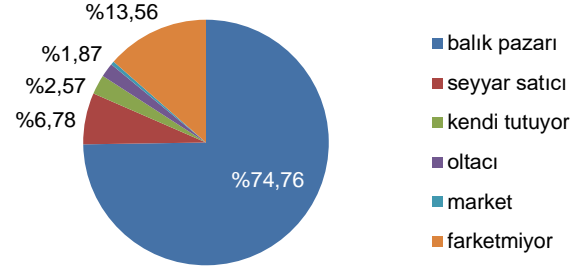
Eğitim düzeylerine göre balık tüketimine baktığımızda okuryazarların %33,33'lük oranla çoğunluğu ayda 4-8 kg balık tüketirken ilköğretim mezunlarının %30,26'lık oranla çoğunluğu ayda 2-4 veya 4-8 kg, lise mezunlarının %33,05'lik oranla çoğunluğu ayda 4-8 kg, üniversite mezunlarının ise %43,30'luk oranla çoğunluğu ayda 2 kg'dan az balık tükettiklerini ifade etmişlerdir. Tüketim sebebi olarak okuryazarların %46,15'lik oranlarla çoğunluğu sağlık veya lezzet, ilköğretim mezunlarının %58,10'luk oranla çoğunluğu sağlık, lise mezunlarının %49,11'lik oranla çoğunluğu sağlık, üniversite mezunlarının %50,64'lük oranla çoğunluğu lezzet için balık tükettiklerini ifade etmişlerdir. Pişirme şekli ise okuryazarlarda %75,00'lik oranla, ilköğretim mezunlarında %54,67'lik oranla, lise mezunlarında %45,87'lik oranla, üniversite mezunlarında %51,50'lik oranla en çok kızartma olarak ifade edilmiştir (Tablo 5). Gelir düzeylerine göre balık tüketimine baktığımızda 1000 TL ve altında kazananların %51,90'lık oranla çoğunluğu ayda 2kg'dan az, 1001-2000 TL arası geliri olanların %33,33'lük oranla çoğunluğu ayda 4-8 kg, 2001-3000 TL arası kazananların %40,86'lik oranla çoğunluğu ayda 2-4kg, 3000 TL ve üzeri kazananların

%44,44'lük oranla çoğunluğu ayda 4-8 kg balık tükettiklerini ifade etmişlerdir. Tüketim sebebi olarak 1000 TL ve altında kazananların %52,20'lik oranla çoğunluğu lezzet, 1001-2000 TL arasında kazananların %48,13'lük, 2001-3000 TL arasında kazananların %57,45'lik ve 3000 TL ve üzeri kazananların %76,47'lik oranla çoğunluğu sağlık için balık tükettiklerini ifade

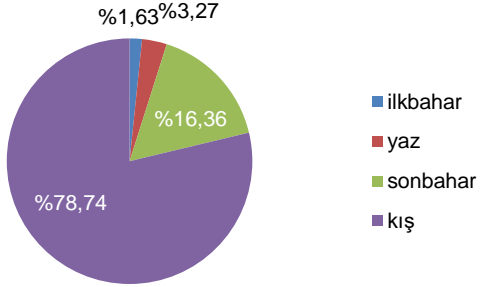
etmişlerdir. Yine 1000 TL ve altında kazananların %55,06'lık oranla, 1001-2000 TL arasında kazananların %46,29'lük oranla ve 2001-3000 TL arasında kazananların %55,56'lık oranla çoğunluğunun balık pişirme şekli kızartma iken, 3000 TL ve üzeri kazananların %44,44'lük oranla çoğunluğu balığı buğulama yaparak tükettiklerini ifade etmişlerdir (Tablo 6).



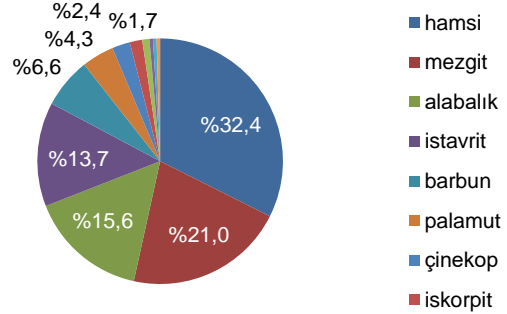
Şekil 5 Katılımcıların et tercihleri



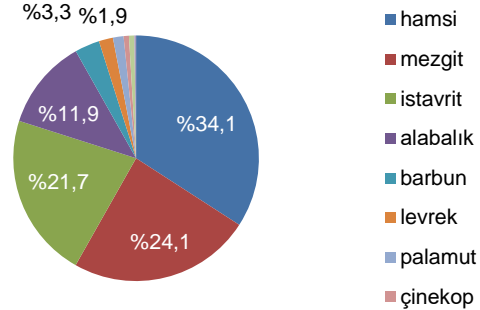
Şekil 6 Balığın temin edildiği yer



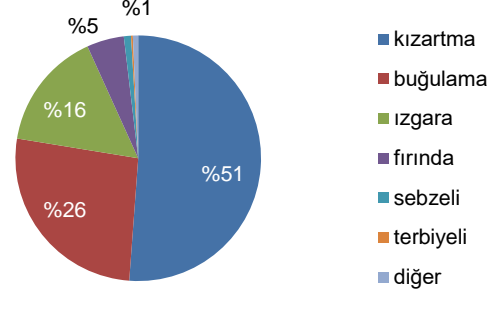
Şekil 7 Mevsimlere göre balık tüketimi



Şekil 8 En beğenilen balık türleri



Şekil 9 En Çok tüketilen balık türleri



Şekil 10 Balık pişirme şekilleri

Tablo 4 Yaş ve cinsiyete göre en fazla tüketilen et türü

Cinsiyet	Yaş	Balık eti		Tavuk eti		Kırmızı et	
		N	%	N	%	N	%
Kadın	≤25	1	1,72	53	91,38	4	6,90
	26-35	3	11,54	12	46,16	11	42,30
	36-45	9	28,12	16	50,00	7	21,88
	46-55	6	40,00	6	40,00	3	20,00
	56≤	5	62,50	2	25,00	1	12,50
	Toplam		24	17,27	89	64,03	26
Erkek	≤25	9	11,69	58	75,32	10	12,99
	26-35	16	29,10	19	34,54	20	36,36
	36-45	30	41,67	29	40,28	13	18,05
	46-55	17	32,08	21	39,62	15	28,30
	56≤	14	45,16	9	29,03	8	25,81
	Toplam		86	29,86	136	47,22	66

Tablo 5 Eğitim Düzeyine Göre Balık Tüketim Durumu

Durum	Okuryazar		İlköğretim		Lise		Üniversite		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Tüketim (kg/ay)	<2	3	25,00	11	14,44	20	18,34	100	43,30
	2-4	3	25,00	23	30,26	35	32,11	75	32,46
	4-8	4	33,33	23	30,26	36	33,05	45	19,48
	8-10	2	16,67	10	13,20	13	11,92	8	3,46
	10<	-	-	9	11,84	5	4,58	3	1,30
Tüketim Sıklığı	Haftada 1 den fazla	2	15,38	23	30,26	21	19,44	19	7,60
	Haftada bir	4	30,78	25	32,89	39	36,11	58	23,10
	15 günde bir	5	38,46	17	22,37	32	29,62	63	25,10
	Ayda bir	1	7,69	7	9,22	13	12,04	52	20,71
	Üç ayda bir	-	-	2	2,63	1	0,93	21	8,36
	Altı ayda bir	-	-	-	-	1	0,93	27	10,75
	Yılda bir	1	7,69	2	2,63	1	0,93	11	4,38
Tüketim sebebi	Fiyat	-	-	2	2,70	4	3,63	4	1,73
	Sağlık	6	46,15	43	58,10	54	49,11	102	44,17
	Lezzet	6	46,15	28	38,85	48	43,63	117	50,64
	Diğer	1	7,70	1	1,35	4	3,63	8	3,46
Satın alınan yer	Balık pazarı	10	83,33	56	77,78	86	77,48	168	72,72
	Market	-	-	-	-	-	-	2	0,87
	Seyyar satıcı	-	-	3	4,16	8	7,20	18	7,80
	Oltacı	-	-	5	6,94	1	0,90	2	0,87
	Kendi tutuyor	-	-	4	5,56	-	-	7	3,03
	Fark etmiyor	2	16,67	4	5,56	16	12,62	34	14,71
Tüketim şekli	Taze	12	100	74	98,67	101	98,20	235	99,16
	Konserve	-	-	-	-	1	0,96	-	-
	Tuzlanmış	-	-	1	1,33	1	0,96	1	0,42
	Salamura	-	-	-	-	-	-	-	-
	Dondurulmuş	-	-	-	-	-	-	-	-
	Diğer	-	-	-	-	1	0,96	1	0,42
Pişirme şekli	Kızartma	9	75,00	41	54,67	50	45,87	119	51,50
	Izgara	-	-	5	6,67	18	16,51	44	19,04
	Buğulama	3	25,00	26	34,67	38	34,86	46	19,91
	Fırında	-	-	2	2,66	3	2,76	16	6,92
	Sebzeli	-	-	1	1,33	-	-	3	1,30
	Terbiyeli	-	-	-	-	-	-	1	0,43
Tüketim mevsimi	Diğer	-	-	-	-	-	-	3	1,30
	İlkbahar	-	-	3	4,05	-	-	4	1,71
	Yaz	-	-	1	1,35	4	3,70	9	3,84
	Sonbahar	2	16,67	11	14,87	23	21,30	34	14,53
Satın alınan	Kış	10	83,33	59	79,73	81	75,00	187	79,92
	Ucuz olması	3	23,07	11	14,67	10	9,17	13	5,62
dikkat edilen hususlar	Az kılçıklı	-	-	1	1,33	6	5,50	26	11,25
	Lezzetli olması	9	69,24	57	76,00	62	56,90	160	69,27
	Büyükçlük	1	7,69	6	8,00	17	15,59	9	3,90
	Diğer	-	-	-	-	14	12,84	23	9,96

Tartışma

Ankete her yaş ve meslek grubundan kişiler katılmış olup her birinin sosyo-ekonomik durumu belirtilmiştir. Ankete katılan toplam 433 kişiden 428'i balık tükettiğini belirtmiştir. Bir Doğu Karadeniz sahil kenti olan Giresun'da balık tüketenlerin sayısı oldukça yüksek olup, yıllık ortalama balık tüketimi 12,34 kg'dır ve bu değer yıllık ortalama balık tüketimi 6-7 kg olan Türkiye ortalamasının (TÜİK, 2014) oldukça üzerindedir. Bu farkın Giresun ilinin bir sahil kenti olması sebebiyle balığa ulaşımın daha kolay olması, taze balık tercihinin fazla olması gibi nedenlerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Deniz balığı tercihinin fazla olması lezzetin yanında tatlı su balığının avcılık ve yetiştiriciliğinin az olması nedeniyle maliyetinin tüketiciye olumsuz yansımından kaynaklanmaktadır.

Aynı durum balık yetiştiriciliği yapan işletmelerin sayılarının ve kapasitelerinin az olmasından dolayı kültür balığına olan talepte de görülmektedir (Tablo 2).

Katılımcıların %25,4 gibi azımsanmayacak bir oranının ilk tercihi balık etidir. Bunun başlıca nedeni balık etinin lezzetli ve sağlıklı bir gıda olması, katılımcıların, balık etinin dengeli beslenme ve sağlıklı bir yaşam sürdürmek için gerekliliğinin farkında olmasıdır. Katılımcıların %54,20'sinin balık fiyatlarının pahalı olduğu fikrini belirtmesi tüketimin miktarının az olmasının nedenlerinden birini açıklar bir durumdur. Balık etinin az miktarda tüketilmesinin bir diğer nedeni ise ulaşılabilirliktir.

Daha önce İskenderun Körfezi çevresindeki yerleşim birimlerinde yapılan başka bir çalışmada da tüketiciler en

çok beyaz eti (%44) tercih ettiklerini, ikinci sırada kırmızı eti (%36), üçüncü sırada ise balık etini (%20) tercih ettiklerini belirtmişlerdir (Özcan ve ark., 2003). Bu çalışmada da en çok beyaz etin, ikinci sırada kırmızı etin üçüncü sırada ise balık etinin tüketilmesi et tercihindeki sıralamanın değişmediğini göstermektedir. Aydın ve Karadurmuş (2013) yaptıkları benzer bir anket çalışmasında tüketicilerin çoğunluğunun (%92,5) su ürünlerini tükettiklerini ancak %7,5'inin farklı sebeplerden dolayı su ürünlerini tercih etmediklerini belirtmişlerdir. Su ürünlerini tercih etmeyen katılımcıların %61,11'inin tadı ve kokusundan dolayı diğerlerinin ise pişirme ve yeme zorluğu, pahalı olması ve aile kültüründe su ürünlerinin yeri olmaması gibi nedenlerden dolayı

tüketmediklerini tespit etmişlerdir. Olgunoğlu ve ark. (2014)'nin yaptığı başka bir anket çalışmasında ankete katılan bireylerin öncelikli olarak et ürünlerinde tüketim tercihlerinin %56'sının tavuk eti, %38'inin kırmızı et, %5'inin balık eti yönünde olduğu belirlenmiştir. Tavuk etinin diğer et ürünlerine göre daha fazla tüketilmesinin nedeninin, her zaman bulunabilirliği, pişirme kolaylığı ve fiyat avantajı gibi unsurların ön plana çıkmasından kaynaklı olduğu, diğer yandan sürekli balık bulabilme güçlüğü, tatlı su türleri dışında deniz türlerinin süreklilik arz etmemesi, koku sorunu ve temizlik zorluğu ile fiyat gibi öne çıkan faktörlerin, balığın tercih edilmesinde dezavantaj olarak tespit edilen unsurlar olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6 Gelir düzeyine göre balık tüketim durumu

Durum	<1000		1001-2000		2001-3000		3000<		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Tüketim miktarı (kg/ay)	<2	82	51,90	28	17,62	21	22,58	3	16,67
	2-4	41	25,94	51	32,07	38	40,86	6	33,33
	4-8	21	13,30	53	33,33	26	27,95	8	44,44
	8-10	9	5,70	16	10,06	7	7,53	1	5,56
	10<	5	3,16	11	6,92	1	1,08	-	-
Tüketim sıklığı	Haftada 1 den fazla	20	12,65	31	19,50	11	11,82	3	16,67
	Haftada bir	28	17,73	56	35,22	32	34,40	10	55,55
	15 günde bir	40	25,31	47	29,56	28	30,10	2	11,11
	Ayda bir	36	22,78	17	10,70	17	18,30	3	16,67
	Üç ayda bir	15	9,50	5	3,14	4	4,30	-	-
	Altı ayda bir	6	3,80	2	1,25	-	-	-	-
Yılda bir	13	8,23	1	0,63	1	1,08	-	-	
Tüketim sebebi	Fiyat	5	3,14	4	2,50	1	1,06	-	-
	Sağlık	63	39,63	77	48,13	54	57,45	13	76,47
	Lezzet	83	52,20	75	46,87	37	39,37	4	23,53
	Diğer	8	5,03	4	2,50	2	2,12	-	-
Satın alınan yer	Balık pazarı	103	65,18	129	80,63	72	78,27	16	88,89
	Market	-	-	1	0,62	1	1,08	-	-
	Seyyar satıcı	14	8,87	11	6,88	4	4,35	-	-
	Oltacı	3	1,90	3	1,87	2	2,17	-	-
	Kendi tutuyor	9	5,70	2	1,25	-	-	-	-
	Fark etmiyor	29	18,35	14	8,76	13	14,13	2	11,11
Tüketim şekli	Taze	149	98,02	166	99,40	90	98,89	17	94,44
	Konserve	-	-	-	-	1	1,11	-	-
	Tuzlanmış	2	1,32	1	0,60	-	-	-	-
	Salamura	-	-	-	-	-	-	-	-
	Dondurulmuş	-	-	-	-	-	-	-	-
Diğer	1	0,66	-	-	-	-	1	5,56	
Pişirme şekli	Kızartma	87	55,06	75	46,29	50	55,56	7	38,89
	Izgara	30	18,98	21	12,96	13	14,44	3	16,67
	Buğulama	27	17,10	54	33,33	24	26,67	8	44,44
	Fırında	11	6,97	9	5,56	1	1,11	-	-
	Sebzeli	1	0,63	3	1,86	-	-	-	-
	Terbiyeli	-	-	-	-	1	1,11	-	-
Diğer	2	1,26	-	-	1	1,11	-	-	
Tüketim mevsimi	İlkbahar	3	1,90	2	1,24	2	2,20	-	-
	Yaz	8	5,07	4	2,48	2	2,20	-	-
	Sonbahar	30	18,98	30	18,64	8	8,80	2	11,11
	Kış	117	74,06	125	77,64	79	86,80	16	88,89
Satın alınırken dikkat edilen hususlar	Ucuz olması	15	9,56	19	11,80	3	3,22	-	-
	Az kılçıklı	17	10,83	7	4,35	7	7,52	2	11,77
	Lezzeti	107	68,15	109	67,70	61	65,60	11	64,70
	Büyükçlük	5	3,18	19	11,80	9	9,68	-	-
	Diğer	13	8,28	7	4,35	13	13,98	4	23,53

Katılımcıların %51,9 oranla çoğunluğunun daha çok tavuk etini tercih etmesinin sebepleri, ulaşılabilirlik, fiyat uygunluğu, tavuk ürünleri satan hazır gıda işletmelerinin yaygınlığıdır. Balığın, tavuk ve kırmızı et gibi marketlerde her zaman taze olarak bulunan bir gıda olmaması balığa ulaşımı zorlaştırmaktadır. Kadınlarda genç yaşlarda balık tüketiminin erkeklere göre daha az olduğu bilgisi elde edilmiştir. Ancak bu oran orta yaşlarda dengelenmiştir ve ileri yaşlarda ise kadınlarda balık tüketiminin daha çok arttığı gözlenmiştir. Toplamda ise erkek katılımcıların balık tüketim oranlarının kadın katılımcılardan daha çok olduğu görülmektedir. Bu durum Özcan ve ark. (2003)'ün İskenderun Körfezi çevresindeki yerleşim birimlerinde yaptıkları çalışmayla paralel sonuçları ortaya çıkarmıştır.

Balığın, avcılığın daha çok yapıldığı kış mevsiminde fiyatının daha alınabilir duruma gelmesi ile %78,74 gibi büyük bir oranda daha çok tüketildiği tespit edilmiştir. En çok sevilen balık türü olan hamsinin avcılığının kış aylarında yapılması da balık tüketiminin daha çok kış aylarında gerçekleşmesinde bir etkidir. Balığın %98,60 oranla neredeyse bütün katılımcılar tarafından taze olarak tüketilmesi ise işlenmiş balık seçeneğinin fazla olmaması, yaygın olmaması ve fiyatın pahalı bulunmasındandır. Katılımcıların %74,76'sı balığı balık pazarlarından aldığını ifade etmiştir. Bunun nedeni ise balık tüketicilerinin balığı tazeliğine, büyüklüğüne ve fiyatına göre görerek ve seçerek almak istemesidir. Kırmızı etin daha çok orta yaşlarda (26-35), tavuk eti ise daha genç yaşlarda (≤ 25) daha çok tüketilmesine karşın 56 yaş üstü bireylerin balık tüketiminin tavuk eti ve kırmızı et tüketimine göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bu durum dengeli beslenme ve sağlıklı yaşama isteğinin bir sonucudur. Hecer'in 2013 yılında yaptığı çalışmada ileri yaşlarda balık tüketiminin daha fazla olduğu, balığın sağlıklı bir gıda olduğu bilindiği halde genç yaşlarda balık tüketiminin daha az olmasının koku, tat, beslenme alışkanlığı gibi nedenlere bağlı olduğu ileri sürülmüştür

Sonuç

Sağlıklı bir toplum yetişmesinde, zengin aminoasit içeriği ve fazla protein miktarı ile balık etinin yeri çok büyüktür. Balık tüketme alışkanlığının daha genç yaşlara indirilmesi ileri yaşlarda görülen birtakım sağlık problemlerinin önüne geçecektir. İşlenmiş balık seçeneğinin artırılması ve yıl içerisinde balığa ulaşımın kolaylaştırılması balık tüketim miktarını artıracak faktörlerden biridir. Bir diğer faktör ise kültür balığı üreticiliğinin daha yaygın hale getirilmesi, teknolojik imkânları da kullanarak üretim maliyetinin düşürülmesidir. Genç yaşlarda balık tüketim oranı düşük olmasına rağmen yaş arttıkça tüketim oranı da artmaktadır. Bu durum gençlerin balık tüketme alışkanlıklarının düşük olduğunu göstermektedir.

Dolayısıyla balığın, tüketilmesi gereken sağlıklı bir besin olduğu konusunda özellikle gençlerin bilinçlendirilmesi de başka bir gerekliliktir.

Kaynaklar

- Aydın M, Karadurmuş U. 2012. Consumer behaviorsforseafood in Ordu province. SUMAE Yunus Araştırma Bülteni, 3: 18-23.
- Aydın M, Karadurmuş U. 2013. Trabzon ve Giresun Bölgelerindeki Su Ürünleri Tüketim Alışkanlıkları Karadeniz Fen Bilimleri Dergisi / The Black Sea Journal of Sciences 3(9): 57-71, 2013 ISSN: 1309-4726
- Burr ML, Fehily AM, Gilbert JF. 1989. Effects of Changes in Fat, Fish, and FibreIntakes On Deathand Myocardial Reinfarction: Dietand Reinfarction Trial (DART). Lancet2: 757-61.
- Dağtekin M, Ak O. 2007. Doğu Karadeniz Bölgesi'nde su ürünleri tüketimi, ihracat ve ithalat potansiyeli. SUMAE Yunus Araştırma Bülteni, 7(3): 14-17.
- Hecer C. 2013 Türkiye'de Balıkçılık Sektörüne ve Türk Halkının Su Ürünleri Tüketim Alışkanlıklarına Genel Bir Bakış, UludagUniv. J. Fac. Vet. Med. 31 (2012), 2: 45-49
- Lee KW. 2003. The Role of Omega-3 Fatty Acids in the Secondary Prevention of Cardiovascular Disease.Q J Med96: 465-480.
- Morales da Silva, T, Munhoz RP, Alvarez C, Naliwaiko K, Kiss A, Andreatini R, Ferraz AC. 2008. Depression in Parkinson's disease: A double-blind, randomized, placebo-controlled pilot study of omega-3 fatty-acidsupplementation. Journal of AffectiveDisorders, 111: 351-359.
- Mutlu E, Kutlu B, Demir T. 2016. Assessment of Çınarlı Stream (Hafik – Sivas)'s Water Quality via Physico – Chemical Methods. Turkish Journal of Agriculture - Food Science and Technology, 4(4): 267-278, 2016
- Olgunoğlu İ, Bayhan Y, Olgunoğlu M, Artar E, Ukav İ. 2014. Adıyaman İlinde Balık Eti Tüketim Alışkanlıklarının Belirlenmesi, Gıda Teknolojileri Elektronik Dergisi Cilt: 9, No: 1: 21-25
- Özcan G, Özcan T, Akyurt İ, Türkmen M. 2003. İskenderun Körfezi'nin Çevresinde Bulunan Yerleşim Bölgelerindeki Balık Tüketiminde Tutum ve Davranışların Değerlendirilmesi, XII. Ulusal Su Ürünleri Sempozyumu Bildiriler Kitabı, ISBN975-394-049-1
- Saygı H, Saka Ş, Fırat K, Katağan T. 2006. İzmir Merkez İlçelerinde Kamuoyunun Balık Tüketimi ve Balık Yetiştiriciliğine Yaklaşımı. E.Ü. Su Ürünleri Dergisi 23 (1-2): 133-138.
- Turan H, Kaya Y, Sönmez G. 2006. Balık etinin Besin Değeri ve İnsan Sağlığındaki Yeri, Ege Üniversitesi Su Ürünleri Dergisi 23 (1/3), 505-508.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) 2014. Su Ürünleri İstatistikleri, www.tuik.gov.tr, [Erişim Tarihi: 20.03.2016.]
- Valverde IM, Periago MJ, Santaella M. 2000. The Content and Nutritional Significance of Minerals on Fish Flesh in The presence And Absence of Bone. Food Chemistry 71: 503-509.
- Yüksel F, Kuzgun NK, Özer Eİ. 2011. Tunceli İli Balık Tüketim Alışkanlığının Belirlenmesi. Karadeniz Fen Bilimleri Dergisi. 2(5): 28-36.