

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BESİN ETİKETİ OKUMA VE HELAL GIDA İLE İLGİLİ BİLGİ DÜZEYLERİNİN SAPTANMASI

**Nurhan ÜNÜSAN, Pınar ERDOĞAN, Muteber Gizem KESER**

KTO Karatay Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü,  
Konya-Türkiye  
nurhan.unusan@karatay.edu.tr

## Özet

Günümüzde gıda sanayisinin gelişmesiyle, bireyler içeriklerini tam olarak bilmedikleri besinleri tüketmektedirler. Çalışmanın amacı; Konya ilinde bulunan bir üniversitedeki öğrencilerin besin etiketi okuma ve helal gıda ile ilgili bilgi düzeylerinin değerlendirilmesidir.

Örneklem, Konya’da bir üniversitede öğrenim gören yabancı uyruklu öğrencilerden oluşmuş ve öğrencilerin bilgi düzeyini saptamaya yönelik anket uygulanmıştır. Çalışmada gönüllülük esas alınmış, veriler SPSS 23.0 paket programıyla analiz edilmiştir. Değerlendirmesinde Ki-Kare önemlilik testi ( $X^2$ ) kullanılmıştır.

Araştırmadaki öğrencilerin %53.6’sı erkek %46.4’ü kadınlardan oluşmaktadır. Örneklem yaş ortalaması, 21’dir. Katılımcıların %41.07’si sağlıkla ilişkili bölümlerde öğrenim görmektedir. Araştırma örnekleminin %12.5’i gıdayı ilk kez satın alırken besin etiketine hiç bakmadıklarını belirtmişlerdir. Besin etiketine baktığını belirtenlerin ise en çok içindekiler listesine (%65.2) baktıkları saptanmıştır. Besin değerleri panelinde hangi bölümlere bakıldığının sorgulandığı soruda ise, panele bakanların % 65.3’ü protein değerine baktıklarını ifade etmişlerdir. Örneklem %64.3’ü yiyecek ambalajının ön yüzünde bulunan ‘bol lifli ve yağsız’ sağlık uyarılarının doğru olmadığını düşünmektedir. Besin değerleri tablosunun anlaşılır olup olmadığı sorulduğunda ise katılımcıların %50’si anlaşılır olmadığını düşündüklerini belirtmişlerdir. Helal gıda ile ilgili bilgi düzeyleri değerlendirildiğinde, öğrencilerin %94.6’sının helal gıdanın ne anlama geldiğini bildikleri, bunların %75.4’ünün helal gıdaların içeriğiyle ilgili bilgi sahibi oldukları saptanmıştır. Kefir gibi doğal fermentasyonla etanol oluşan içeceklerin tüketiminin helal açıdan uygunluğundan emin olmayanlar, örneklem %60.7’sini oluşturmaktadır.

Örneklem çoğunluğunun besin etiketi okuma ve helal gıda konusunda bilinçli oldukları fakat özellikle günlük diyetinde sık tüketilen bazı besin grupları ile ilgili bilgi yetersizliği olduğu gözlenmiştir. Bireylerin bilgi seviyesini arttırmak için besin etiketlerinin daha açıklayıcı olması ve helal gıdanın ne olduğu ile ilgili eğitimler verilmesi gerekmektedir.

**Anahtar kelimeler:** helal gıda, besin etiketi, öğrenci

# **DETERMINATION OF THE LEVEL OF NUTRITION LABEL READING AND KNOWLEDGE ABOUT HALAL FOOD OF UNIVERSITY STUDENTS**

**Nurhan UNUSAN, Pınar ERDOGAN, Muteber Gizem KESER**

University of KTO Karatay-Health Science College, Department of Nutrition and Dietetics,  
Konya-Turkey  
nurhan.unusan@karatay.edu.tr

## **Abstract**

Nowadays, with the development of food industry, people seem to consume foods without being aware of their ingredients. Our study aims to evaluate the degree of reading nutrition labels and the level of knowledge about the halal food by taking students of one university in Konya into consideration.

The sample consisted of foreign students studying at a university in Konya and the survey was conducted to determine the knowledge level of these students. The study was based on volunteerism and the data were analyzed with the SPSS 23.0 package program. The Chi-Square significance test (X<sup>2</sup>) was used in the assessment.

%53.6 of students in our research are male, and %46.4 of them are female. The average age of the sample is 21. In addition, %41.07 of the participants have been studying in health-related departments. %12.5 of the research sample stated that they do not look at the food label when they buy food for the first time. %65,2 of the people declaring that they pay attention to the food label stated that they look at the list of contents mostly. In the question about which sections are examined in the nutritional value panel, %65.3 of students expressed that they look at protein value when they see the panel. %64.3 of the sample think that the 'plenty of fibrous and fat-free' health warnings on the front side of the food package are not correct. When asked whether the table of nutritional value is comprehensible, half of the participants stated that it is not comprehensible for them.

When the knowledge level about halal food is evaluated, %94.6 of the students know what halal food means and %75.4 of them have information about the contents of halal foods according to our results. Those who are unsure about whether consumption of beverages such as kefir containing ethanol via natural fermentation is halal or not have composed %60.7 of our sample.

According to our research, the majority of the sample are conscious in term of reading nutritional labels and halal food. However, it was observed that there is inadequate information about some food groups frequently consumed in the daily diet.

**Key words:** halal food, food label, student