



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations

Gıda güvenliği ve COVID-19 ile ilgili tüketicilerin bilmesi gereken

10 MADDE

FAO Gıda güvenliği uzmanları **COVID-19 ve gıda** ile ilgili olarak şu ana kadar bilinenleri açıklıyor ve alışveriş önerileri sunuyor.

1 COVID-19'a neden olan yeni koronavirüsün gıda ile bulaştığına dair şu an için hiçbir kanıt yoktur

Virüs temel olarak enfekte kişilerin öksürük veya hapşırık damlacıklarının diğer kişilerce alınması yoluyla bulaşmaktadır. Bu damlacıklar eşya veya yüzeylerde bulunabilirler ancak bu miktarda bulaşın gıdalar yoluyla insanlarda hastalığa yol açmaya yeterli olup olmadığı bilinmemektedir.



2 Koronavirüs gıdalarda gelişemez

Uygun koşullar altında bakteriler gıdaların üzerinde gelişebilirken, COVID-19 gibi bir hastalığa neden olan bir virüs, yaşayabilmek ve çoğalabilmek için bir konakçıya gereksinim duymaktadır.



3 COVID-19'dan korunmanın en iyi yolu iyi hijyen alışkanlıklarına sahip olmaktır

Gıda maddelerine dokunmadan önce ve yemeklerden önce ve sonra ellerinizi her zaman su ve sabunla en az 20 saniye boyunca yıkayın. Aynı zamanda solunum hijyeni tedbirlerini uygulayın.



4 Gıdaları doğru sıcaklıkta pişirmek, hastalıktan korunmak için her zaman iyi bir yöntemdir

Gıdalarınızı hastalık etmeni (patojen) mikroorganizmaları öldürmek için gerekli sıcaklığa kadar ısıtmak (70 C'de 2 dakika veya eşdeğeri), virüsler de dahil olmak üzere herhangi bir gıda kaynaklı rahatsızlığa yakalanma riskini azaltır. Pişirmenin özelde bu virüs üzerine etkileri konusunda bir çalışma bulunmamakla beraber, bu sıcaklıklarda diğer koronavirüsler imha olmaktadır.



5 Taze meyve ve sebze tüketmek güvenlidir

Şu an COVID-19'un gıda ile bulaştığına dair bir kanıt bulunmamaktadır. Meyve sebzelerinizi soymadan, dilimlemeden ve yemeden önce temiz su ile (sabun veya başka bir ürün ile değil) iyice yıkayın.



6 Gıda ambalajları ile temas muhtemel COVID-19 nedeni olarak görünmemektedir

Deney koşullarında virüsün, ambalajlamada kullanılan plastik veya karton gibi yüzeylerde yaşayabildiği görülmektedir ancak bu yolla bulaşmanın insanları hasta etmeye yeterli olmadığı düşünülmektedir. Gıda ambalajlarını açtıktan sonra daima ellerinizi yıkayın, ambalajın temas ettiği yüzeyleri silin ve dezenfekte edin. Gıdalar ve gıda paketleri ile temastan sonra gözlerinize, ağzınıza ve burnunuza dokunmaktan kaçının.



7 Alışveriş sırasında iyi alışkanlıklar

Yerel olarak konulan önlemlere uyun, gıdalarınızı seçerken ve sıra beklerken diğer insanlarla fiziksel mesafeyi koruyun. Ellerinizi temiz tutun ve semptom gösteriyorsanız alışverişe çıkmayın.

8 Gıdalara erişimi sağladıkları ve onları güvenli olarak muhafaza ettikleri için perakendecilere teşekkür edin

Gıda ihtiyaçlarına sürekli erişim ve güvenli gıda temininde tüm dünya gıda tedarikçilerine dayanmaktadır. Bu çalışanlar pandeminin kontrolünde kritik konumdadırlar, sağlıklı olmak ve gıdaları bulaşmadan korumak zorundadırlar.



9 Tarımsal tedarik zincirinde gıda güvenliği çabalarını destekleyin

COVID-19 pandemisi sırasında çiftlikten markete kadar gıdamızı korumak için tarım çalışanları çok önemlidir. Bu çalışanları koruyarak, gıda üreticileri daha güvenli gıda tedariki sağlarlar.



10 Tüm yukarıda yazılanları yapın ve ellerinizi yıkayın (tekrar)

Söylendiği kadar basit, elleri sabunla yıkamak gerçekten fark yaratabilir.

Daha
Fazla Bilgi

<http://www.fao.org/2019-ncov/en/>
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Gıda Güvenliği Derneği tarafından Türkçeleştirilmiştir.

