**Dünya Gıda Günü hakkında genel bilgi**

Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) 16 Ekim'i Dünya Gıda Günü olarak kabul etti. Dünya Gıda Günü'nde Birleşmiş Milletlere üye ülkelerde açlık, gıda üretimi ve tüketimi gibi konular incelenir. Beslenme üzerinde durulur. Ülkemizde her yıl 16 Ekim günü gazete ve dergilerde konuya ilişkin yazılar yayınlanır. Radyo ve televizyonda konuşmalar yapılır. Okullarımızda beslenmenin, dengeli beslenmenin önem ve gereği anlatılır.
Beslenmek için aldığımız ; hayvansal, bitkisel, madensel maddelere besin denir. Dünyada üretilen gıda maddeleri artan nüfusa yeterli olmamaktadır. Besin maddeleri üretiminin az olduğu yoksul ülkelerde açlık ve yetersiz beslenme sorunu vardır. Açlık, yetersiz beslenme, bedenin gerekli ölçü ve türde besin alamamasıdır. Açlık ve yetersiz beslenme konusu tüm ulusların ortak sorunudur. Bu soruna dikkati çekmek, çözüm yolları bulmak amacı ile her yıl Birleşmiş Milletler'e üye tüm ülkelerde toplantılar düzenlenir. Toplantılardaki araştırma ve inceleme sonuçları dünya kamu oyuna duyurulur.
Yetersiz ve dengesiz beslenme sorunlarının nedenleri, besin üretim ve dağılımının yetersizliği, bilgisizlik, hızlı nüfus artışı, ekonomik güçsüzlük ve çevre sağlığının bozulmasıdır. Yapılan hesaplara göre dünyada yaklaşık 450 milyon insan yetersiz beslenmektedir. Sadece bu sayı bile dünyamızın en büyük ve en önemli sorununun açlık olduğunu gösteriyor. Dünyanın pek çok yerinde insanlar, açlıktan ölmekte, iyi beslenemedikleri için hasta olmaktadırlar.
Ülkemizde besin üretimi, artan nüfusun gereksinmesini karşılamaktadır. Besin tüketimimiz ile üretimimiz arasında bir denge vardır. Türkiye, yeryüzünde besin maddeleri üretiminde kendi kendine yeterli yedi ülkeden biridir. Ancak yurdumuzda üretilen besin maddeleri iyi değerlendirilmiyor. Besin maddelerinden gereği gibi yararlanılmıyor. Üretilen besinler ülkemizde düzenli olarak dağıtılamıyor.
Halkımızın iyi ve yeterli besin alması amacıyla Milli Gıda Yüksek Kurulu adında bir örgüt kurulmuştur.

**Kurulun başlıca görevleri şöyle belirlenmiştir:**
· Besin maddelerinin üretim ve tüketim sorunlarını araştırmak.
· Beslenme sorunlarının çözümleri için öneriler saptamak.
· Konuya ilişkin yasal düzenlemeleri incelemek.

Büyük kentlerimizde yapılan bir araştırma sonucuna göre besin maddelerinin onda biri çöplüklere atılmaktadır. Atılan besin maddelerinin başında genelde tahıl ürünleri gelmektedir. Bu savurganlığın önlenmesi için üstümüze düşen görevleri yapmalı, savurganlığın bu türüne de karşı çıkmalıyız. Yakınlarımızı bu konuda sürekli uyaralım.
Başlıca besinlerimiz sebze, meyve, et, ekmek, yağ, tuz, süt, su, yumurtadır. Besinlerin bir bölümü vücudumuz için gerekli olan ısı ve enerjiyi sağlar. Bunlar şekerli maddeler ve yağlardır. Bir bölümü organlarımızı onarır, büyümemizi etkiler. Bunlar süt, yumurta, baklagiller gibi proteinlerdir. Vitaminler ise vücudumuzu hastalıklardan korur. Vitaminler daha çok meyve ve sebzelerde bulunur.