



Derleme Makale (Review Article)

**GÜNÜMÜZDE DEĞİŞEN BESLENME ŞEKİLLERİ VE KLİMATARYEN BESLENME
KÜLTÜRÜ ÜZERİNE KAVRAMSAL BİR BAKIŞ (A CONCEPTUAL OVERVIEW ON
CLIMATARIAN NUTRITIONAL CULTURE AND CHANGING NUTRITIONAL TYPES TODAY)**

Eren ALTUNBAĞ^{1*} (orcid.org/ 0000-0001-5696-9775)

Özlem YILDIRIM² (orcid.org/ 0000-0003-3807-4315)

Oğuzhan TINMAZ³ (orcid.org/ 0000-0002-3734-5219)

¹İstanbul Aydın Üniversitesi, ABMYO, Aşçılık, İstanbul, Türkiye

²İstanbul Aydın Üniversitesi, ABMYO, Aşçılık, İstanbul, Türkiye

³İstanbul Aydın Üniversitesi, ABMYO, Aşçılık, İstanbul, Türkiye

Özet

İnsanlık tarihi boyunca yaşamın devamlılığını sağlayabilmek adına en temel ihtiyaç beslenme olmuştur. Beslenme kültürü avcılık ve toplayıcılıkla başlamış olup ateşin keşfedilmesi ve gıdaların pişirme işlemlerinden geçmesi ile birlikte beslenme kavramı farklı boyutlar kazanmıştır. Toplumsal yaşamın değişmesi ve teknolojinin ilerlemesi ile birlikte buna bağlı olarak beslenme kültürlerinde de farklılıklar meydana gelmiştir. Çevresel faktörlerin değişimi, teknolojinin gelişimi ve nüfusun artmasıyla birlikte besin kaynaklarının sağlanması zorlaşmış ve besin üretimi farklı yollarla gerçekleşmiştir. Besin üretimi konusunda farklı yollar avantaj sağladığı gibi dezavantajları da beraberinde getirmiştir. Doğal olmayan ürünlerin insan hayatına dahil olması insan sağlığı başta olmak üzere iklim ve dünya ekosisteminde sorunların ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Değişmekte olan beslenme kültürüne karşı bazı beslenme kültürleri zorunlu (diyabetik beslenme, glutensiz beslenme vb.) bazılarıysa (klimataryen beslenme, vegan beslenme, vejetaryen beslenme gibi) bilinçlenen insanların sağlığını ve ekosistemi korumak için gerçekleştirdikleri bir yaşam biçimi olarak şekil almıştır. Bu çalışmada bozulan ekosistemin korunması amacıyla gerçekleştirilen, uluslararası alanyazında sıklıkla bahsedilen ancak ulusal alanyazında sınırlı sayıda işlenmiş olan klimataryen beslenme kültürü kavramsal olarak ifade edilip açıklanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Klimataryen Beslenme, Vegan beslenme, Vejetaryen beslenme

Abstract

Throughout the history of humanity, the most basic need to ensure the continuity of life has been nutrition. Nutrition culture started with hunting and gathering, and the concept of nutrition gained different dimensions with the discovery of fire and cooking. With the change of social life and the advancement of technology, there have been differences in nutrition cultures. With the change in environmental factors, the development of technology and the increase in population, it has become difficult to provide food sources and food production has been carried out in different ways. Different ways of food production brought disadvantages as well as advantages. The inclusion of unnatural products in human life has led to problems in the climate and world ecosystem, especially in human health. Against the changing nutritional culture, some nutritional cultures have been shaped as compulsory (diabetic diet, gluten-free diet, etc.) and some (such as air-conditioning diet, vegan diet, vegetarian diet) as a lifestyle carried out by conscious people. to protect their health and ecosystems. In this study, the climatic nutrition culture, which is frequently mentioned in the international literature but only limited in the national literature, is conceptually expressed and explained to protect the deteriorated ecosystem.

Anahtar Kelimeler: Nutrition, Climatarien Nutrition, Vegan nutrition, Vegetarian nutrition

* Eren Altunbağ: erenaltunbag@aydin.edu.tr

DOI: 10.33083/joghat.2022.139