

TÜRKİYE’DE HALK SAğLIğI AÇISINDAN PİLİÇ ETİ

Prof Dr Recep AKDUR
Ankara Üniversitesi Tıp Fakóltesi Halk Sağlığı AD

Özet

İnsanların oluşumu, gelişimi yaşaması ve neslini sürdürmesi sırasında cereyan eden biyokimyasal olaylar, maddenin maddeye veya maddenin enerjiye dönüşmesidir. Maddenin veya enerjinin sakınımı kanunu tüm canlılar için olduğu gibi insanlar için de geçerlidir. Bu nedenle de insanın yaşamını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmesi için sürekli ve düzenli bir biçimde beslenmesi gerekir.

İnsanların sağlıklı bir biçimde yaşayabilmesi için beslenmenin sürekli ve düzenli olması yanında yeterli ve dengeli aynı zamanda da hijyenik olması gerekir.

Türkiye’de gerek gıda tüketim ve gerekse hastalık verileri yetersiz ve dengesiz beslenmenin önemli bir halk sağlığı sorunu olduğunu göstermektedir. Bu yetersizlik proteine özellikle hayvansal proteine yoğunlaşmaktadır.

Türkiye’de hayvansal proteinden yetersiz beslenen grupların başında bebek ve çocuklar, gençler, doğurganlık çağındaki kadınlar, gebe ve emzickliler yaşlılar ve işçiler gelmektedir.

Bu önemli halk sağlığı sorununun çözümünde, bir yandan üretimi ve dağıtımı ekonomik olan öte yandan da birçok besin değeri açısından kırmızı ete göre daha avantajlı olan piliç etinin önemli bir yeri vardır.

Abstract

The biochemical events which during the formation of the humankind, survival and generation are the transformation of the substance into other substances and the transformation of the substance into energy. The Law of conservation of substances is valid to the human body. For this reason, the person would like to be healthy must be fed regularly and in a continuous manner.

People need to fed constantly and regularly in order to survive in a healthy manner, at the same time this food consumption must be sufficient, balanced and hygienic.

The data on food consumption and illness in Turkey, shows that Inadequate and unbalanced nutrition, especially lack of animal protein is an important public health problem

The lack of animal protein in feed has a negative inpact on the infant and children, adolescents, and women of childbearing age, pregnant and breastfeeding and the elderly and the workers in Turkey.

Chicken meat may have a crucial role in solving this important public health problem; because of production and distribution more economical compared the other meats, on the other hand, there are also many more advantageous in comparison to cow and ship meat in terms of nutritional value.

1.Beslenmenin Sağlıktaki Önemi

Pozitif bilimler göstermiştir ki; doğada sürüp giden olaylar maddenin diğer bir maddeye veya enerjiye dönüşümünden ibarettir. Madde ve enerjinin sakımı kanununa göre, var olan maddeler diğer bir maddeye veya enerjiye dönüşebilmektedir. Ayrıca bir enerji diğer bir enerji türüne dönüşebilir. Ancak bunlar ne yoktan var edilebilir ne de var olanlar yok edilebilir. Aynı şekilde, genelde canlıların özelde insanların oluşumu, gelişimi yaşaması ve neslini sürdürmesi sırasında cereyan eden biyokimyasal olaylar, maddenin maddeye veya maddenin enerjiye dönüşmesi olayları içinde değerlendirilir. Maddenin veya enerjinin sakınımı kanunu tüm doğa ve canlılar için olduğu gibi insanlar için de geçerlidir. Bu nedenle de insanın yaşamını sürdürebilmesi için bir takım maddeleri mutlaka dışarıdan alması gerekir. İnsanların dışarıdan almak zorunda olduğu bu maddelere besin maddeleri diyoruz (1).

Yoktan madde veya enerji elde edilemediğine göre insanlar, kendisi için gerekli olan besin maddelerini alabildikleri oranda gelişebilir ve sağlıklı olarak yaşayabilirler. Diğer bir anlatımla, büyüme gelişme ve sağlıklı yaşam, günlük diyetle alınan protein, karbonhidrat, mineral, vitamin ve diğer besin maddelerinin yeterli ve dengeli oranda alınmasına bağlıdır (1).

Anne karnından başlayarak tüm yaşamı boyunca, yeterli ve dengeli bir biçimde beslenmeyen insanların, büyüme, gelişme ve akli yeteneklerinin olumsuz etkilenmesi yanında hastalıklar açısından da zayıf durumda oldukları bilinmektedir. Birçok araştırma, gıda tüketimi ile hastalıkların çok yakın bir ilişkisi olduğunu göstermiştir. Beslenme, ölüm nedenlerinin ilk sıralarında yer alan kalp damar hastalıkları, kanserler, inme, diyabet ve arterioskleroz gibi hatalıkların sıklığını ve ölümcüllüğünü etkileyen en önemli etmenlerden biridir (1,2,13,14). Çünkü yetersiz ve dengesiz beslenme:

1. Direk hastalık nedeni olabilir (marasmus, kvaşhiorkor, gece körlüğü, obezite, ketozis bunardan bazılarıdır).
2. Hastalıkların kolay yerleşmesine neden olur (yetersiz beslenmede non spesifik direnç düşmesi nedeniyle, Tbc, grip, nezle, veya aşırı beslenmede diyabet, arterioscleroz gibi hastalıkların kolay yerleşmesine neden olur)
3. Hastalıkların seyrini ağırlştırır (yetersiz ve dengesiz bellenenlerde, Kızamık, Tbc, tüm diğer tüm enfeksiyonlar çok daha ağır ve ölümcül seyrederek).
4. Hastalıklar için aracı olabilir (tarladan ya da çiftlikten sofraya hijyen kurallarına uygun üretilmeyen ve tüketilmeyen gıdalar birçok hastalığın bulaşması ve yayılmasında aracılık eder).

Yetersiz ve dengesiz beslenme, sık tekrarlayan hastalıklar nedeniyle işe devamsızlık, gelişme geriliğine bağlı fizik güç yetersizliği, yetenek, zeka ve yaratıcılık düşüklüğü

gibi nedenlerle toplumun üretim düzeyini azaltmaktadır. Bundan ötürü ulusal ulusal kalkınma önündeki en önemli engellerden biri olarak kabul edilmektedir(1).

2.Sağlığa Uygun Beslenme Ve Proteinin Önemi

Sağlığa uygun beslenme ile günlük diyetle alınan gıdaların, insan bedeni için gerekli olan tüm maddeleri yeterince ve birbiri ile dengeli bir biçimde içermesi ve hijyenik olması anlatılmak istenir. Bunun tersine ise sağlığa uygun olmayan/kötü beslenme diyoruz.

Sağlığa uygun olan beslenmede önemli olan **yenmeyecek şeyler değil yenmeyecek miktarlardır**. Özet bir anlatımla; **yenmeyecek şey yok yenmeyecek miktar vardır**. Yenmeyecek miktar ise gerekenden/ihitiyaçtan azlık ya da fazlalıktır. Gereken ihtiyaç karşılanmadığında yani az yenildiğinde bütün besinler başta büyüme gelişme geriliği olmak üzere sağlık sorunlarına neden olur. Gereğinden çok alındığında ise tüm besinler hatta su bile zehir etkisi yapar.

Dünyada her yıl yaklaşık 53 milyon ölüm meydana gelmektedir. Bunun da yaklaşık 31 milyonu sağlığa uygun olmayan yani gerekenden az ya da çok besin almakla ilişkilidir.

Bir yılda meydana gelen ölümlerin yaklaşık 20 milyonu, genel olarak kalori fazlalığı ya da şişmanlık olarak isimlendirilen beslenmedeki fazlalıklarla ilişkili. Bugün dünyada 700 milyon kadar aşırı şişman (obez morbit) 2,5 milyar kadar ise fazla kilolu insan var.

Bir yılda meydana gelen ölümlerin yaklaşık 11 milyonu beslenmedeki azlıklarla yani yetersiz beslenme ile ilişkili. Bunun da yaklaşık 6 milyonu beş yaş altı çocuklardan oluşuyor. Günümüzde dünyada yaklaşık 800 milyon insan yetersiz besleniyor.

Beslenmenin yetersiz ve dengesiz/sağlıksız/kötü olmasının nedenleri üç ayrı grupta değerlendirilir. Bunlardan birinci grupta gıdaya ulaşmada yetersizlik vardır (yoksulluk, eğitimsizlik vb nedenlerle). İkinci grupta gastrointestinal sistemdeki emilim bozukluğu (akut ve kronik diare, parazitler, metabolik bozukluklar vb) nedeniyle alınan gıdadan yararlanamama söz konusudur. Üçüncü grupta ise yenilen maddelerin, kendisinin gıda niteliğinde olmaması ya da tarladan/çiftlikten sofraya dek olan süreçte insan sağlığına zararlı olabilecek maddeler ile bulaşması/kirlenmesi gibi nedenler vardır(1).

İnsanın yeterli ve dengeli beslenmesinde protein özellikle de biyoyararlanımı yüksek olan hayvansal protein çok önemli bir yere sahiptir. Çünkü canlıda büyüme gelişme hücrelerin çoğalması demektir. Hücrenin ise büyük bir kısmı proteinden oluşmaktadır(1-13,14). Bu nedenle de protein alımı büyüme ve gelişmenin olmaz ise olmazıdır. Ayrıca proteinlerin insan bedeninde bir deposu yoktur. Bu nedenle de yaşam boyunca günlük ve düzenli bir biçimde alınmasında zorunluluk vardır.

Proteinler büyüme ve gelişmenin olduğu gibi, sağlıklı yaşamın da olmaz ise olmazıdır. Çünkü proteinden yetersiz beslenen kişinin başta nonspesifik direnci olmak üzere genel immünitesi düşer. Tüm enfeksiyon hastalıklarına yakalanma tehlikesi/olasılığı artar. Daha da kötüsü hastalıkları daha ağır seyrederek ve daha çok ölümle sonuçlanır. Örneğin kızamık hastalığının beslenmesi iyi olan toplumlarda kliniği çok hafif seyretmekte, 10 binde 100 binde bir ölümle sonuçlanmaktadır. Buna karşılık, aynı hastalık yeterince protein almayan çocuklarda %50'lere varan ölümle sonuçlanabilmektedir. Bu durum hemen hemen tüm enfeksiyon hastalıkları için geçerlidir. Çünkü aktif veya pasif bağışıklığın esasını, vücuda giren etkenlere veya ürünlerine karşı, RES hücreleri tarafından salgılanan protein yapısındaki, antikor diye adlandırılan maddeler oluşturur.

Başka bir anlatımla insan bedenindeki spesifik ve nonspesifik koruyucu maddelerin çoğu protein yapısındadır. Aynı şekilde lizozim, interferon ve properdin örneklerinde olduğu gibi bedendeki biyokimyasal reaksiyonlarda rol oynayan enzimlerin çoğu da protein yapısındadır. Hormonların vitaminlerin diğer bazı maddelerin enfeksiyonlara karşı koruyucu etkilerinin olduğu bilinmektedir. Vücuttaki direnç mekanizmasını oluşturan bu maddelerin hemen tamamının beslenme ile, özellikle de hayvansal protein ile çok yakın bir ilişkisi vardır. Özetlenen bilgilerden de anlaşılacağı üzere, antikorlar esas itibarıyla protein yapısında maddeler olup yeteri kadar sentezlenebilmeleri için diğer proteinlere ihtiyaç duyulmaktadır. Yani beslenmesinde yeterince protein almayan kişide antikor seviyesinin düşük olması kaçınılmazdır.

Enfeksiyona yakalanan insanlarda, beslenme bozulur. Böylece bir kısır döngü oluşur. Beslenmesi sağlıklı olmayan insanlar enfeksiyona daha kolay ve yakalanır. Enfeksiyon hastalığı ise beslenmeyi daha da bozarak derinleştirir. Hipoproteinemi nedeni ile dokularda ödem oluşması ve kan dolaşımının bozulması bu döngüyü daha da ağırlaştırır.

Yaşamın ilk 1000 gününde yeterli ve dengeli beslenen çocukların, bedensel kognitif ve immün gelişmesi daha iyidir. Bu nedenle de bu çocukların ileri yaşlardaki obezite ve kalp damar sistemi, ruhsal sorunları ve diyabet ve kronik hastalık sorunları daha az buna karşılık okul başarıları daha yüksek, olmaktadır (14)

3. Protein Alımında Piliç Etinin Yeri Ve Önemi

Sağlıklı beslenme ile minimum hastalık olasılığı ve maksimum iyilik hali/ sağlıklı yaşam hedeflenir. Bu hedefte hayvansal proteinin çok önemli bir rolü vardır. Hayvansal protein kaynakları içinde ise, iyi kalitede proteine sahip olması yanında dana ve kuzu etinden daha düşük enerji, daha düşük yağ ve doymamış yağ içermesi, B grubu vitaminler (niacin, B₆, B₁₂) açısından yeterli bir kaynak olması, kolay sindirilmesi ve daha ucuz daha hijyenik olması gibi nedenlerle beyaz etin önemli bir yeri vardır(2,6,12,13,14).

Sağlıklı beslenme açısından piliç eti; kaliteli protein, yeterli vitamin ve mineral ile düşük yağ içeriği nedeniyle son derece iyi bir kaynaktır (2,6,9,13). Tüketimi ile bir yandan vücuda kaliteli protein, vücut için gerekli vitamin ve mineral alımı sağlanırken öte yandan da sağlığı tehlikeye sokabilecek miktarda kolesterol ve doymuş yağ

alımından da kaçınılmış olur. Sindirimi kolay bu nedenle de her yaş grubunun tüketebileceği nitelikte olan piliç eti, yeterli ve dengeli beslenmeye yardımcı olabilecek bir gıdadır (2,6,9,12,13,14). Piliç eti, iyi bir hayvansal protein kaynağı olması yanında, kalite ve hijyen açısından da güvenilir bir gıdadır(5,8,910).

Aşağıdaki çizelgeden görüldüğü üzere 2016 yılında dünyada yaklaşık 314 milyon ton et üretilmiştir. Bunun yaklaşık üçte biri kanatlı etidir. Başka bir söylemle hayvansal proteinin yaklaşık üçte biri kanatlı etlerinden alınmaktadır. Kanatlı et üretiminin azalması ya da ihmali aynı oranda proteinden yetersiz beslenmenin artması anlamına gelmektedir. Oysaki günümüz koşullarında kanatlı eti diğerlerine göre çok daha kolay üretilebilen bir protein kaynağıdır. Türkiye bu bağlamda başarılı ülkeler arasındadır. Dünyada kanatlı eti üretiminde sekizinci sırada yer almaktadır. Daha üst sıralara yükselmesi için ciddi bir engeli de yoktur.

Çizelge 1: DÜNYA ET ÜRETİMİ (Milyon ton)

	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2015
Büyükbaş Hayvan	67,3	67,0	68,0	68,8	67,6	67,8	77,8
Kanatlı	102,1	105,4	108,6	111,6	114,8	115,8	131,3
Domuz	109,0	112,4	115,0	116,9	117,2	116,5	131,0
Küçükbaş hayvan	13,5	13,7	13,9	13,9	14,0	14,1	17,4
TOPLAM	291,9	298,5	305,5	309,8	313,6	314,2	357,5

Kaynak:http://www.oecd-library.org/agriculture-and-food/data/oecd-agriculture-statistics_agr-data-en

4. Türkiye’de Durum

Son 20 yıldır bütün dünyada piliç eti üretimi ve tüketimi sürekli bir artış eğilimi göstermektedir. Buna karşılık Türkiye’de gıda tüketim kültürü çok büyük oranda tahıl ürünleri tüketimine dayalıdır. Bu nedenle de hayvansal protein tüketimi ve süt gurubu tüketimi birçok ülkeye göre daha düşüktür (3,4,7,11). Türkiye Beslenme Ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2010 verilerine göre hiç süt tüketmeyenlerin oranı %44,6, hiç kırmızı et tüketmeyenler ise %20,2 bir orana sahiptir(11).

Türkiye’de Yetersiz ve dengesiz beslenme önemli bir halk sağlığı sorunudur. Bunun bir sonucu olarak; her 10 çocuktan biri bodur yani büyüme ve gelişmesi geridir. Bu gerilik tüm yaşam boyu sürmektedir. Türkiye’de her on çocuktan birinin Türkiye ortalamasına göre ise her 10 çocuktan üçünün ise gelişmiş ülkeler ortalamasına göre fizik ölçüleri daha geridir. Protein ve vitamin yetersizliği yalnızca fizik ölçülerde gerilik yapmıyor. Zihinsel geriliğe de neden oluyor. Özellikle yaratıcılık yeteneği düşük oluyor (2,7,11,13,14). Obezite / şişmanlık Türkiye’de önemli bir sağlık sorunu. Nüfusun yaklaşık %20-25 kadarı diyetinde gereğinden fazla karbonhidrat ve yağ tükettiği için şişmandır. Bu oran kadınlarda %30 erkeklerde ise %13-15(11).

Türkiye’de yetersiz beslenmenin etkilediği grupların başında bebek ve çocuklar, gençler, doğurganlık çağındaki kadınlar, gebe ve emzickliler yaşlılar ev işçiler gelmektedir. Bu gruplardaki yetersiz beslenmenin en önemli nedeni ise bilinçsizliktir (11,12,13). Güncel deyim ile beslenme okuryazarlığı düzeyinin düşük olmasıdır.

Çizelge 2; DÜNYADA ET TÜKETİMİ

	2011	2012	2013	2014	2015	2016
Büyükbaş	9,8	9,6	9,6	9,5	9,3	9,2

Kanatlı	14,9	15,1	15,4	15,5	15,8	15,7
Domuz	15,9	16,1	16,3	16,3	16,1	15,8
Küçükbaş	2,0	2,0	1,9	1,9	1,9	1,9
TOPLAM	42,5	42,8	43,3	43,3	43,2	42,7

Kaynak: http://www.oecd-library.org/agriculture-and-food/data/oecd-agriculture-statistics_agr-data-en

Çizelge 3: TÜRKİYE'DE ET TÜKETİMİ

	2011	2012	2013	2014	2015	2016
Büyükbaş	8,7	10,6	11,3	11,4	12,9	13,3
Kanatlı	20,6	20,5	20,4	22,0	22,3	23,2
Domuz	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Küçükbaş	1,7	1,5	1,6	1,6	1,7	1,4
TOPLAM	31,0	32,6	33,4	35,0	36,9	37,9

Kaynak: BESD- BİR

Çizelge 4: SEÇİLMİŞ BAZI ÜLKE VE BÖLGELERDE ET TÜKETİMİ(2012)

ÜLKE	KANATLI ETİ	KIRMIZI ET	TOPLAM
Hongkong	36,9	86,7	123.6
ABD	43,2	65.7	108.9
AB ortalaması	18.1	59.0	77.1
Arjantin	36.7	62.4	99.1
Kanada	30.1	52.8	82.9
Türkiye	19.3	12.2	31.5

Kaynak: BESD- BİR

Yukarıda verilen dünya ve Türkiye verilerine bakıldığında; 1) Türkiye'de hayvansal protein tüketimi hem gelişmiş ülkeler hem de dünya ortalamasının altındadır, 2) yaklaşık 38 kilo olan yıllık kişi başına et tüketiminin 2/3'si kanatlı etinden sağlanmaktadır. Başka bir söylemle Türkiye'de kanatlı eti tüketiminin ihmal edilmesi aşka bir söylemle azalması hayvansal proteinden yetersiz beslenme sorununun daha büyümesi/derinleşmesi anlamına gelmektedir.

5. Sonuç Ve Öneriler

Türkiye'de yetersiz ve dengesiz beslenme, önemli bir halk sağlığı sorunudur. Bu sorunda özellikle protein, proteinlerden de hayvansal protein tüketimi hem yetersiz hem de düzensiz olması ile en büyük paya sahiptir.

Beslenmedeki hayvansal protein eksikliği, özellikle bebek ve çocuk, genç, doğurganlık çağındaki kadın, gebe ve emzikliler ile yaşlılar ve işçileri olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle de sonuçları hem insanların büyüme gelişmesini hem de sağlığını olumsuz etkilemektedir.

Piliç eti hem ekonomik üretim ve dağıtımı, hem de hijyen kurallarına uygunluğu açısından Türkiye ve benzeri ülkelerdeki hayvansal proteinden yetersiz beslenme sorununa karşı en pratik çözüm olarak gözükmektedir. Ayrıca yüksek ihracat

potansiyeli nedeniyle de ulusal ekonomiye ve kalkınmaya katkı yolu ile de dolaylı olarak sorunun çözmene katkı vermeye adaydır.

Çözümde gıdaya ilişkin genel önlemlerin (üretim artırılması, dağıtımın düzenlenmesi ve fiyatın düşürülmesi) yanında en etkili müdahale eğitim ile toplumun bilincini arttırmaktır. Bu arada toplumu yanlış yönlendiren yanlış bilgi yayımı yapan tutumların önlenmesinin de önemli bir yeri vardır. Bunu önlemede de en önemli konu **kamuya ve kamu denetimine olan güvensizliğin** giderilmesidir.

KAYNAKLAR

- 1) Akdur R.: Sağlıklı Beslenmenin Önemi, Hacettepe Toplum Hekimliği Bülteni 09. 04.1988 s:4-6
- 2) Arslan P.: Tavuk Eti Ve İnsan Beslenmesinde Yeri, 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s: 164-168
- 3) Asil S.: 18 Yaş ve Üzeri Türkiye Nüfusunun, Beyaz Et Tüketim Alışkanlıkları ve Beyaz Et ile İlgili Bilinenler, 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s.169-175
- 4) Boyacıoğlu D.: Tüketicilerin Beyaz Et Konusunda Sağlık Ve Beslenme Algıları, 1. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (11-15 Mayıs 2011, Antalya /Türkiye) s:179-183
- 5) Demiröz B.: Çiflikten Sofraya Güvenilir Piliç Eti Üretimi, 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s:405-410
- 6) Kaynar Ö., Karademir G., İleritürk M.: Farklı Hayvan Etlerinin Protein Profilleri, 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s:567-569
- 7) Kaypmaz A.,Can G.,Tüfekçioğlu E.Y., Öz M., Aydınalp Y., Bektaş Ş., Özgür. M., Şenolg., Günay M.B., Koç M.: İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Asistanları ve Yatan Hastaları Arasında Beyaz Et Tüketim Alışkanlıkları 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s: 718-721
- 8) Sağun E, Sancak Y. C., Ekici K., Durmaz H.İ.:Van'da Tüketime Sunulan Piliç But ve Göğüs Etlerinin Hijyenik Kalitesi Üzerine Bir Araştırma 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s:158-163
- 9) Tarhan D., Üstüner H: Piliç Etinde Kalite Kriterleri, 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s:633
- 10) Tayar M.: Beyaz Et Ve Ürünleri Üretiminde Gıda Güvenliği,1. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (11-15 Mayıs 2011 Antalya Türkiye) s:155-161
- 11) Türkiye Beslenme Ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2010, Sonuç Raporu, Ankara 2014 Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü, 2014
- 12) Yalçın S.S, Köksal E, Pekcan G, Tezel B, Özbaş S.: Türkiye'de 12-23 Aylık Bebeklerin Tavuk Eti Tüketimi 2. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (24-28 Nisan 2013, Antalya/ Türkiye) s:176-181

- 13) Yücecan S.: Beyaz Etin Türk Halkının Sağlıklı Beslenmesindeki Rolü, 1. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (11-15 mayıs 201, Antalya /Türkiye) s:295-298
- 14) Yücecan S.: Bebeklikten Ergenliğe Sağlıklı Beslenmede Tavuk Etinin Yeri 3. Uluslararası Beyaz Et Kongresi (22-26 Nisan 2015, Antalya /Türkiye) s:292-318