

Meşrubatlara kalori vergisi koyalım!

Prof. Dr. Fahri Ovalı



İstanbul'da doğdu. 1979 yılında Darüşşafaka Lisesi'ni, 1985 yılında İstanbul Tıp Fakültesi'ni bitirdi. 1991 yılında İstanbul Tıp Fakültesi'nde çocuk sağlığı ve hastalıkları uzmanlık eğitimini tamamladı. 1993-2003 yılları arasında İstanbul Tıp Fakültesi Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi'nde çalıştı. 1996 yılında doçent, 2003 yılında profesör oldu. 2003-2005 yılları arasında Afyon Kocatepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Başkanlığı ve Dahili Tıp Bilimleri Bölüm Başkanlığı görevlerinde bulundu. 2005 yılından itibaren Zeynep Kamil Kadın ve Çocuk Hastalıkları Hastanesi Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi Klinik Şefliği görevini yürütmektedir. Editörlüğünü yaptığı 6 kitabı yurtiçi ve yurtdışında yayınlanmış 150'den fazla makalesi bulunmaktadır.

Günümüzde, “gazlı içecekler” veya “meşrubat” olarak bilinen, kola, gazoz, meyve suyu vb. gibi şekerli içeceklerin obezite, diyabet ve kalp hastalıkları ile ilişkili oldukları iyi bilinmektedir. Bu içeceklere katılan şekerler arasında sükroz (sofra şeker), yüksek oranda fruktoz içeren mısır şurubu veya meyve suyu konsantreleri sayılabilir ki, hepsinin de metabolik etkileri

aynıdır. Fruktozun birim tatlılığı daha fazla olduğu ve maliyeti daha düşük olduğu için, sanayi tarafından özellikle tercih edilmektedir (sofra şeker olan sükrozun tatlılığı 100 birim kabul edilirse, fruktoz 173, glikoz ise 74 birimdir). Bu içecekler özellikle çocuklar ve gençler arasında bol miktarda tüketilmekte olup, televizyon seyrederken, ders çalışırken, fast food lokantalarda, klasik lokantalarda ve evlerde kullanılmakta, kullanımları özel günlerde daha da artmaktadır. Ülkemizde, şişman çocuklar arasında yapılan bir araştırma-

da, bu çocukların yarısının günde 300 ml'den fazla meşrubat tükettiği bulunmuştur. Tüketimdeki bu artış global bir sorun olup örneğin Meksika'da 1999 ve 2006 yılları arasında 2 kat, ABD de ise 1977 ve 2002 yılları arasında yine 2 kat artmıştır.

Ülkemizde ise yılda kişi başına ortalama 30 litre, yani yaklaşık 2 milyar litre meşrubat tüketilmektedir. Avrupa ülkelerindeki tüketim ise ortalama 100 litre civarındadır. 1 bardak şekerli içekte ortalama 6 tatlı kaşığına eşdeğer şeker





Ülkemizde yılda kişi başına ortalama 30 litre meşrubat tüketilmektedir. Avrupa ülkelerindeki tüketim ise ortalama 100 litre civarındadır. 1 bardak şekerli içecekte ortalama 6 tatlı kaşığına eşdeğer şeker ve 80 kalori bulunmaktadır. Bu kadar kalorinin yakılabilmesi için 40 dakika basketbol oynamak veya koşmak gerekmektedir. Ortaokul öğrencileri arasında yapılan bir çalışmada günde tüketilen her bir kutu şekerli içeceğin şişmanlık riskini % 60 artırdığı gösterilmiştir.

ve 80 kalori bulunmaktadır. Bu kadar kalorinin yakılabilmesi için 40 dakika basketbol oynamak veya koşmak gerekmektedir. ABD'de yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre, çocuklar bu içeceklerden günde ortalama 172 kalori, yetişkinler ise 175 kalori almaktadırlar. Tüketilen şekerli içecekler ile vücut tartısı arasında doğrusal bir ilişki olduğu bilinmektedir. Örneğin ortaokul öğrencileri arasında yapılan bir çalışmada günde tüketilen her bir kutu şekerli içeceğin şişmanlık riskini % 60 artırdığı gösterilmiştir. Şekerli içeceklerin gerek kısa dönemde, gerekse uzun dönemde obeziteye ve kilo artışına yol açtığına dair gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde yapılmış kontrollü çalışmalarda, bu içecekleri içenlerle içmeyenler arasındaki farklar anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Hemşireler arasında yapılan bir başka çalışmada, günde bir kutu şekerli içecek tüketenler ile ayda bir kutu tüketenler karşılaştırılmış ve günde bir kutu ve daha fazla içenler arasında, tip 2 diyabet riskinin 2 kat daha fazla olduğu ortaya konmuştur. Benzer şekilde, bu gruptaki koroner kalp hastalığı riski de % 23 artmıştır. Eğer tüketim günde 2 kutudan daha fazla ise, kalp hastalığı riski % 35 artmaktadır. Bu artış, artmış vücut ağırlığından bağımsızdır. Bu artışa paralel olarak özellikle çocuklarda süt tüketiminin azalması, başka metabolik so-



runlara ve kemik sorunlarına neden olmaktadır.

Yüksek miktarda şeker alımının hangi mekanizmalarla sağlık sorunlarına yol açtığı hakkında farklı mekanizmalar ileri sürülebilir. Şeker gibi rafine karbonhidratların fazla tüketilmesi, trigliserid düzeylerinde artışa, yüksek yoğunluklu lipoproteinlerin (HDL) azalmasına ve kan basıncının artmasına yol açar. Bu içeceklerin glisemik indeksleri yüksek olduğu için, insülin direncini artırarak ve pankreastaki adacık hücreleri üzerine doğrudan etki göstererek de diyabet riskini artırır. Şekerli içeceklerin tartı alımına yol açmasının bir diğer nedeni, sıvı haldeki şekerin doyurucu özelliğinin az olmasıdır. Dolayısıyla bu içecekler alındıktan sonraki öğünde enerji alımının düzenlenmesi yeterli değildir ve sanki bu içecekler hiç alınmamış gibi enerji alınmasına devam edilmektedir. Böylece vücuda alınan fazla enerji, yağa dönüşmektedir. Bu etki, katı gıdalar ile alınan enerjide bu kadar belirgin değildir.

Davranışsal eğilimler de şekerli içeceklerin tartı aldırmasına neden olmaktadır. Katı gıdalar genellikle acıkma hissi ortaya çıktığı zaman tüketilmesine karşılık, şekerli içecekler açlık olmadan da, örneğin susuzluk nedeniyle veya sosyal nedenler ile de içilebilmektedir. Bu içecekler uzun süre tüketildiği zaman, kişilerin tat tercihlerini de değiştirmektedir. Özellikle çocuklar, bu içecekleri uzun süre tükettikleri zaman, sebze, meyve gibi gıdaları "tatsız" bul-

makta ve daha az tüketmektedirler.

Dikkat edilirse, en çok reklamı yapılan ürünler arasında bu içecekler önemli bir yer tutmaktadır. Çoğu kişi, şekerli içeceklerin neden olabileceği kısa ve uzun dönemdeki sağlık sorunlarını bilmediği ve "bilgilendirilmediği" için, bu ürünleri tüketmeye devam etmektedir. Bu reklamlardaki hedef kitlede çocukların önemli bir yer tuttuğu gözden kaçmamaktadır. Çocukların ilgisini çeken çizgi film kahramanları, oyuncaklar, futbol takımı ilişkileri vb. ile çocukların bu ürünlere karşı olan ilgisi ve tüketimi artırılmaktadır. Zira çocuklar, anlık zevklerini tatmin etmeye daha fazla önem verirler ve uzun vadeli düşünemezler. Sosyoekonomik düzeyi ve eğitim seviyesi düşük olan toplum kesimlerinde bu ürünlerin tüketimi ise hem maddi sorunlara yol açmakta hem de beslenme bozukluğunu körüklemektedir.

Bu ürünlerle ilgili maliyetler düşünüldüğünde ise, yalnızca alınan ürünün maliyetini göz önüne almak yetersizdir. Bunların yol açtığı tıbbi sorunların maliyeti de dikkate alındığında, özellikle uzun dönemde gerek kişiler için, gerekse sosyal güvenlik kurumları için ciddi maliyet unsurları ortaya çıkmaktadır. Örneğin ABD'deki sağlık harcamalarının % 9,1'i aşırı kilo ve obezite ile ilişkili sorunlara harcanmaktadır. Ülkemizde de yakın zamanlarda obezite ile mücadele programı başlatılmıştır ve bu konudaki maliyetlerin artacağı öngörülmektedir. Ancak koruyucu sağlık hizmetlerinin bir parçası olarak, şekerli

içecekler hakkında nasıl bir politika güdüleceği belli değildir.

Şekerli içecekler, fiyat elastikiyeti oldukça yüksek olan ürünlerdir. Bu ürünler temel tüketim maddesi olmadığı için, fiyatlarında meydana gelebilecek artışlar, kişilerin satın alma davranışlarını doğrudan etkileyebilecektir. Bu nedenle, şekerli içeceklerin tüketiminin azaltılmasına yönelik olarak alınabilecek önlemlerden birisi, vergilerin artırılmasıdır. Böylece, sağlık harcamalarının azaltılması ve alınacak vergiler ile sağlık hizmetlerinin finansmanına katkıda bulunulması düşünülebilir. Ülkemizde bu tip içeceklerden % 8 KDV alınmaktadır. Nihai satış fiyatı ise yaklaşık 0,25 TL/litre civarındadır. Mevcut tüm vergilere ilave olarak, içine şeker eklenmiş olan içeceklerin her 100 mililitresi için ilave olarak % 3 "kalori vergisi" alınması düşünülebilir. Bunun için de alt sınır, her 100 mililitrede 3 gram şeker bulunması olarak belirlenebilir. Böyle bir durumda, örneğin 500 ml'lik bir içeceğin fiyatı % 15 civarında artacaktır. Bu içeceklerin fiyat elastikiyeti – 0.8 ile 1.0 arasında değişmektedir. Diğer bir deyişle, fiyatta meydana gelecek her % 10'luk artışa karşılık, tüketim % 8 ila % 10 düşecektir. Bu durumda kişiler, ya bu içeceklerden tamamen vazgeçecek, ya da diyet ürünlere veya suya yönelecektir. Böylece, kişilerin şekerli içeceklerden aldığı kalorilerin de % 10 oranında azalması beklenir. Günde 2 kutu bu içeceklerden içmekte olan bir kişi, eğer daha düşük şeker içeren bir içeceğe geçerse, günde yaklaşık 174 kalori daha az alacaktır. Daha fazla içecek tüketenlerde bu azalma daha fazla olacaktır gibi, vergi oranının artırılması da bu azalmayı artıracaktır.

Böyle bir vergiye alternatif olarak, eklenen şekerin gramı başına bir vergi düşünülebilir. Ancak bu verginin hesaplanması çok kolay olmayabilir. Bu ürünlerdeki KDV oranının artırılması da çok uygun olmayabilir, çünkü bu durumda düşük fiyatlı ürünlere veya daha büyük kaplı ürünlere (birim fiyatı daha düşük) bir yönelme olabilir ve dolayısıyla istenen kalori azaltımı tam gerçekleşmeyebilir. Ancak yine de bu ürünlerin temel gıda ürünleri kategorisinden tamamen çıkartılması gerekir. Verginin üretici firmalardan veya toptancılardan alınması daha kestirme bir yol olarak görülebilir. Çünkü bu durumda vergiler zaten tüketicilere doğrudan yansıtılacak ve tüketiciler de neden daha fazla ödemek zorunda olduklarını bileceklerdir. Tütün ürünlerinin vergilendirilmesindeki deneyimler de bu yöndedir. Vergilerin enflasyondan etkilenmemesi ve zaman içinde anlamsız hale gelmemesi için de gerekli düzenlemelerin yapılması yerinde olacaktır.

Türkiye'de yılda 2 milyar litre şekerli içecek tüketildiği göz önüne alınırsa, ilk yıl için buradan elde edilecek verginin yaklaşık 150 milyon TL olacağı hesaplanabilir.

Kalori vergisinin toplumsal yansımaları da önemli olacaktır. Örneğin, bu ürünleri tüketmekte olan düşük gelir düzeyine sahip kişiler, doğal olarak üründen uzaklaşacak ve su gibi diğer içecek maddelerine yönelecektir. Bu yönelmenin sonucu olarak, hem doğrudan para tasarrufu sağlamış olacaklar, hem de ilgili sağlık sorunları gelişmeyeceği için, uzun dönemdeki sağlık harcamaları düşmüş olacaktır. Eğer vergiden elde edilen kazanç, toplumun sağlık düzeyinin yükseltilmesi için kullanılır ise, özellikle bu kesimin kazancı daha da artacaktır.

Kalori vergisinin obezite ile mücadelede ne kadar başarılı olacağını zaman gösterecektir. Ancak bu mücadele tek yönlü değildir ve daha birçok önlemin de birlikte alınması gerekir. Nasıl ki emniyet kemeri uygulaması, trafik kazalarından ölümleri tamamen azaltmamış olmasına rağmen hala devam ediyorsa ve etmesi de gerekiyorsa, bu verginin de obezite ile mücadelede önemli bir sacayağı olacağı, ama her şey olmadığı düşünülmelidir. Şeker üretimi içindeki mısır şurubu kotasının azaltılması da düşünülebilecek bir durumdur ancak ülkemize nazaran çok daha düşük kotası olan Batı ülkelerinde bile sorunun devam etmesi, bu uygulamasının etkili olmadığını göstermektedir. (Ülkemizdeki mısır şurubu kotası % 15, ABD'de yaklaşık % 2, Almanya'da %0.9'dur)

Bu uygulamaya karşı çıkacakların başında, meşrubat sanayisinin geleceğini tahmin etmek zor değildir. Aslında Türkiye'deki tüketim Batı ülkelerine kıyasla zaten az olduğu için, meşrubat sanayisi, önümüzdeki yıllarda pazar payını yıllık yaklaşık % 25 artırmayı planlamaktadır. Aslında bu durum bile, verginin önemini ortaya koymakta ve etkili olabileceğini düşündürmektedir. Benzer reaksiyonlar, sigara ve tütün ürünlerine konan yasaklar sırasında da görülmüştür. Ancak bu konuda eğer yeterli toplumsal destek ve bilim adamı desteği sağlanırsa, istenen sonuç daha kolay elde edilebilir. Vergi artışının toplumun sağlık durumunu iyileştirmek için yapıldığı ve elde edilen gelirin çocuk beslenmesi ve obezite ile savaş için kullanılacağı anlatılırsa, destek daha kolay ve fazla sağlanacaktır.

Devletin temel amaçlarından biri, toplumun ve kişilerin sağlığını korumak ve bunu da mümkün olan en ucuz şekilde gerçekleştirmektir. Kısıtlı kaynaklarımızı verimli kullanmak elzemdir. Sağlık

Devletin temel amaçlarından biri, toplumun ve kişilerin sağlığını korumak ve bunu da mümkün olan en ucuz şekilde gerçekleştirmektir. Yeni bir vergi uygulamasının ne gibi sonuçlar doğuracağını tam olarak öngörmek kolay değildir ancak şimdiye kadar elde edilen bilgiler, şekerli içeceklerle konan vergilerin, tüketimi azaltmada etkili olduğunu göstermektedir. Geleceğimiz için denemeye değer mi?

hizmetleri maliyetinin artması ve diyet bozukluğuna bağlı sağlık sorunlarının yaygınlaşması, acil çözüm bekleyen sorunlar arasında girmiştir. Yeni bir vergi uygulamasının ne gibi sonuçlar doğuracağını tam olarak öngörmek kolay değildir ancak şimdiye kadar elde edilen bilgiler, şekerli içeceklerle konan vergilerin tüketimi azaltmada etkili olduğunu göstermektedir. Geleceğimiz için denemeye değer mi?

Kaynaklar

Malik VS; Schulze MB, Hu FB. Intake of sugar sweetened beverages and weight gain: a systematic review. *Am J Clin Nutr* 2006; 84: 274-88

Vartanian LR, Schwartz MB; Brownell KD. Effects of soft drink consumption on nutrition and health: a systematic review and meta-analysis. *Am J Public Health* 2007; 97: 667-75

Jacobson MF, Brownell KD. Small taxes on soft drinks and snack foods to promote health. *Am J Public Health* 2000; 90: 854-7

Brownell KD, Farley T, Willett WC et al. The public health and economic benefits of taxing sugar sweetened beverages. *N Engl J Med* 2009 (in press)

Ebbeling CB, Feldman HA, Osganian SK et al. Effects of decreasing sugar sweetened beverage consumption on body weight in adolescents: a randomized, controlled pilot study. *Pediatrics* 2006; 117: 673-80

Mourao DM, Bressan J, Campbell WW et al. Effects of food form on appetite and energy intake in lean and obese young adults. *Int J Obs* 2007; 31: 1688-95

<http://arsiv.ntvmsnbc.com/news/125235.asp>