

İSTATİSTİKLERLE OBEZİTE

Özlem ARIK¹

Giriş

İstatistik; bir konuyu bilimsel açıdan incelemek için araştırma planının oluşturulması, verilerin toplanması, düzenlenmesi ve analiz edilmesi, analiz sonuçları aracılığıyla karar verme ve çıkarımlar yapmayı sağlayan bir bilim dalıdır ⁽¹⁾. Kitabın bu bölümünde de Türkiye ve dünyadaki obeziteye ait önemli bazı istatistiksel sonuçlara yer verilmiştir.

Gelişmekte olan ve gelişmiş ülkelerin sağlık problemleri arasında önemli bir yeri olan obezite, genel olarak vücutta çok yağ birikmesi ile boy uzunluğuna bağlı olarak vücut ağırlığının istenilen düzeyden fazla çıkmasıdır. İnsan yaşamında beslenme anne karnında başlar ve yaşamın olmazsa olmaz gerekliliğidir. Dengeli ve yeterli beslenme de sağlıklı bir şekilde uzun süre yaşamak için çok önemlidir. Her bireyin günlük ihtiyaç duyduğu enerji farklıdır, ancak harcanan enerji ile alınan enerji arasında bir denge olmalıdır. Çünkü harcanamayan enerji yağ olarak vücutta birikmekte ve obeziteye sebep olmaktadır ⁽²⁾.

Obezitenin başlıca nedenleri; aşırı ve yanlış beslenme alışkanlıkları, yaş, cinsiyet, psikolojik sorunlar, genetik etmenler, yetersiz fiziksel aktivite, eğitim düzeyi, gelir durumu, sigara-alkol tüketimi, metabolik ve hormonal etmenler, sık aralıklarla çok düşük enerjili diyetler uygulama, antideprasanlar gibi bazı ilaçlar, doğum sayısı ve aralarında geçen süre ile sosyo-kültürel etmenlerdir ^(3, 4, 5, 6, 7). Yapılan araştırmalarda, anne sütü ile beslenmeyen çocuklarda obezite görülme sıklığı anne sütü ile beslenen çocuklara göre daha yüksektir. UNICEF ve Dünya Sağlık Örgütü aracılığıyla yayınlanan çeşitli raporlarda, anne sütünün uzun ve kısa dönemde kronik hastalık ve obezite riskini azaltabileceği yer almaktadır ⁽⁸⁾. İnsülin, ghrelin, leptin, MC4R, POMC gibi bazı genlerin de obeziteden sorumlu olduğu bilinmektedir ⁽⁹⁾.

Yetişkinlerde oluşan obezitenin temeli, çocuk yaşlarda atılmaktadır. Dolayısıyla çocukluk çağında obeziteden korunmaya başlamak önemlidir. Obezite tedavisi, uzun ve süreklilik gerektiren bir süreç olduğu için kişi kararlı olmalıdır. Bu süreçte başta kişinin kendisi olmak üzere diyetisyen,

¹ Dr.Öğr.Üyesi, Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi, ozlem.arik@ksbu.edu.tr

rinology’de yayınlandı. Bu bulgulara göre, Covid-19’un başladığı ülke olan Çin’de 383 hasta içerisinde Covid-19’a bağlı şiddetli pnömoni gelişme riskini obezite %142 oranında arttırmıştır. New York City’de Covid-19 hastası olan 4000’den fazla kişinin bulunduğu bir araştırma ile hastaneye yatış için yaştan sonra ikinci bir risk faktörünün obezite olduğu ortaya çıkmıştır. Seattle’da da obez olan Covid-19 hastalarının %85’inde mekanik ventilasyon gerekirken obez olmayan Covid-19 hastalarının %64’ünde mekanik ventilasyona ihtiyaç duyulmamıştır. Diğer dikkat çekici bulgu ise, obez olan Covid-19 hastalarının %62’si, obez olmayan Covid-19 hastalarının ise %36’sı ölmüştür ^(49, 50).

Covid-19 için obezitenin önemli risk faktörü olduğu Circulation’da yayınlanan bir çalışmada da ifade edilmiştir. Çalışmaya göre Covid-19 sebebiyle hastaneye yatış, mekanik ventilasyon ve hastanede ölüm riski 50 yaş ve altı obez hastalarda obez olmayan hastalara göre daha yüksek çıkmıştır ⁽⁵⁰⁾.

Sonuç

Obezite gelişmiş ülkeler başta olmak üzere dünyada görülme sıklığı giderek artan önemli bir halk sağlığı sorunudur. Bu artışın devam etmesi ile 2050 yılında çocukların %25’inin, kadınların %40’ının, erkeklerin ise %60’ının obez olacağı tahmin edilmiştir ⁽⁵¹⁾.

Ülkemizdeki kadınlarda görülen obezite oranı yüksekliği dikkat çekicidir. Bu oranı düşürmek için kadınlara yönelik sağlık politikaları geliştirmek son derece önemli bir adım olacaktır ⁽⁵²⁾.

ABD’de yayınlanan bir rapora göre tanı koyulan kanserlerin %20’sinin sebebinde obezite yer almıştır. Yaşam şekli değişiklikleriyle önce obezite sonra da kanser engellenmiş olabilir ⁽⁴²⁾.

Covid-19 açısından ise farklı farklı ülkelerin yoğun bakım raporlarına göre, yoğun bakımdaki genç hastalarının çoğunun obez olduğu belirtilmiştir. Obezite ve beraberindeki hastalıklar döngüsünden geleceğimizi kurtarmalıyız ⁽⁴⁶⁾.

KAYNAKÇA

1. Alpar, R.(2012). *Spor, Sağlık ve Eğitim Bilimlerinden Örneklerle Uygulamalı İstatistik ve Geçerlik-Güvenirlik*. Ankara: Detay Yayıncılık.
2. T. C. Sağlık Bakanlığı (2017). *Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı Obezite / Obezite Nedir? Araştırması*. (31.03.2021 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezite-nedir.html> adresinden ulaşılmıştır.)
3. Wilson DJ, Foster DW, Kronenberg MH, Larsen PR. (1998). *Williams Textbook of Endocrinology*. Philadelphia: WB. Saunders Company.
4. Bray, G. A. (1989). Classification and evaluation of the obesities. *Medical Clinics of North America*, 73(1), 161-184.
5. Serter, R. (2003). *Obezite Atlası*. Ankara: Karakter Color Basımevi.
6. Tam A. A., Çakır, B. (2012). Birinci Basamakta Obeziteye Yaklaşım. *Ankara Medical Journal*, 12(1), 37-41.
7. Yıldırım İ., Yıldırım Y., Işık Ö. ve ark. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Farklı Ölçüm Yöntemlerine Göre Obezite Prevalansı. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (İÜBESBD)*, 4(2),20-33.
8. T.C.Sağlık Bakanlığı (2017). *Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı Obezite/Obezitenin Nedenleri Araştırması*. (31.03.2021 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezitenin-nedenleri.html> adresinden ulaşılmıştır.)
9. Hayatı Yenile Obezite ve Metabolik Cerrahi (2021). *Obezite Araştırması*. (01.04.2021 tarihinde https://www.hayatiyenile.org/obezite/obezite_adresinden_ulaşılması.html adresinden ulaşılmıştır.)
10. T.C.Sağlık Bakanlığı (2017). *Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı Obezite/Obezitenin Tedavisi Araştırması*. (31.03.2021 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezitenin-tedavisi.html> adresinden ulaşılmıştır.)
11. Arslan, M., Başkal, N., Çorakçı, A. ve ark. (1999). *Ulusal Obezite Rehberi*. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği Yayını, 1-24.
12. Björntorp, P. (2001). *International Textbook of Obesity*. England: John Wiley & Sons.
13. Şimşek, E. (2015). *Obez Kadınlarda Uyarılmış Tükürük Akış Hızı Ve DMF İndeksinin Değerlendirilmesi*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara.
14. T.C.Sağlık Bakanlığı (2017). *Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı Obezite/Obezitenin Yol Açtığı Sağlık Problemleri Araştırması*. (31.03.2021 tarihinde

- <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezite-nin-yol-actigi-saglik-problemleri.html> adresinden ulaşılmıştır.)
15. James, P. T., Leach, R., Kalamara, E. ve ark. (2001). The worldwide obesity epidemic. *Obesity*, 9(S11), 228-233.
 16. Han, T. S., Sattar, N., Lean, M. (2006). ABC of obesity: assessment of obesity and its clinical implications. *British Medical Journal*, 333(7570), 695-698.
 17. Ergüven, M., Koç, S., İşgüven, P. ve ark (2008). Obez Adolesanlarda Metabolik Sendrom Ve Obezite Gelişiminde Rol Oynayan Risk Faktörlerinin Araştırılması. *Türkiye Çocuk Hastalıkları Dergisi*, 2(3), 5-10.
 18. Menteş, E., Menteş, B., Karacabey, K. (2011). Adölesan Dönemde Obezite ve Egzersiz. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2), 963-977.
 19. T.C.Sağlık Bakanlığı (2017). *Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı Obezite/Obezite Nasıl Saptanır?* Araştırması. (31.03.2021 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezite-nasil-saptanir.html> adresinden ulaşılmıştır.)
 20. T.C.Sağlık Bakanlığı (2017). *Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı Obezite/Obezitenin Görülme Sıklığı Araştırması*. (31.03.2021 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/turkiyede-obezitenin-gorulme-sikligi.html> adresinden ulaşılmıştır.)
 21. Doğruluk Payı (2018). *Türkiye ve Dünyada Obezite Araştırması*. (01.04.2021 tarihinde <https://www.dogrulukpayi.com/bulten/turkiye-de-ve-dunya-da-obezite> adresinden ulaşılmıştır.)
 22. OECD (2017). *Obesity Update 2017 Raporu*. (01.04.2021 tarihinde <https://www.oecd.org/els/health-systems/Obesity-Update-2017.pdf> adresinden ulaşılmıştır.)
 23. TÜSEB (2021). *Makaleler/Obezite Hakkında OECD Raporu*. (02.04.2021 tarihinde <https://www.tuseb.gov.tr/tuhke/makaleler/obezite-hakkinda-oecd-raporu> adresinden ulaşılmıştır.)
 24. 140journos (2018). *Yeni Salgın: Obezite Araştırması*. (01.02.2021 tarihinde <https://140journos.com/yeni-salgin-obezite-7fb9b034b74f> adresinden ulaşılmıştır.)
 25. TÜİK (2021). *İstatistiklerle Yaşlılar, 2020*. Haber Bülteni, Sayı: 37227. (31.03.2021 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Yaşlılar-2020-37227> adresinden ulaşılmıştır.)
 26. T.C. Sağlık Bakanlığı (2019). *Çocukluk Çağı Obezitesinin Önlenmesi İle İlgili Eylem Planı 2019-2023*. (02.04.2021 tarihinde https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/TSBHHP_2019-2023_Cocukluk_Cagi/Co-cuk_Eylem_Plani_2019-_16.12.2019.pdf adresinden ulaşılmıştır.)
 27. T.C. Sağlık Bakanlığı ve Hacettepe Üniversitesi (2014). *Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması*. (02.04.2021 tarihinde <https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Yayinlar/kitaplar/diger-kitaplar/TBSA-Beslenme-Yayini.pdf> adresinden ulaşılmıştır.)
 28. T.C. Sağlık Bakanlığı (2018). *Sağlık İstatistikleri Yıllığı*. (31.03.2021 tarihinde <https://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/36134,siy2018trpdf.pdf?0> adresinden ulaşılmıştır.)
 29. TÜİK (2020). *Türkiye Sağlık Araştırması, 2019*. (31.03.2021 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Türkiye-Saglik-Arastirmasi-2019-33661> adresinden ulaşılmıştır.)
 30. TÜİK (2021). *İstatistiklerle Kadın, 2020*. Haber Bülteni, Sayı: 37221. (31.03.2021 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Kadin-2020-37221> adresinden ulaşılmıştır.)
 31. Hayatı Yenile Obezite ve Metabolik Cerrahi (2021). *Obezite Araştırması*. (01.04.2021 tarihinde <https://www.hayatiyenile.org/obezite/istatistiklerle-obezite> adresinden ulaşılmıştır.)
 32. Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., et al. (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe*.
 33. World Health Organization (WHO) (2017). *Obesity and Overweight Fact Sheet*. (31.03.2021 tarihinde <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/> adresinden ulaşılmıştır.)
 34. Piringçi, E., Acar, U., Kurt, O. ve ark (2020). Elazığ İli Sivrice Eğitim Araştırma Bölgesinde 35 Yaş ve Üzeri Nüfusta Obezite ve Etkileyen Faktörler. *Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi / BAUN Sağ Bil Derg*, 9(3): 163-170.
 35. Hacettepe Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü (2008). *Obezite ve Kanseri Araştırması*. (02.04.2021 tarihinde <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/t45.pdf> adresinden ulaşılmıştır.)
 36. Wolin, K.Y., Carson, K., Colditz, G.A. (2010). *Obesity and Cancer*. *The Oncologist*, (15):556-565.
 37. Birks, S., Peeters, A., Backholer, K. ve ark. (2012). Obesity Comorbidity. *Obesity Reviews*, 13(10), 868-891.
 38. World Health Organization (WHO) (2019). *Overweight and Obesity*. (02.04.2021 tarihinde <https://www.who.int/nutrition/publications/overweight/en/> adresinden ulaşılmıştır.)
 39. Saxena, N.K., Sharma, D. (2013). Multifaceted Leptin network: the molecular connection between obesity and breast cancer. *J Mammary Gland Biol*

- Neoplasia*. 18(0): 309–320. doi:10.1007/s10911-013-9308-2.
40. Ma, Y., Yang, Y., Wang, F. ve ark. (2013). *Obesity and risk of colorectal cancer: a systematic review of prospective studies*. 8(1):e53916. doi: 10.1371/journal.pone.0053916.
41. NIH (2019). (31.03.2021 tarihinde <https://www.nih.gov/> adresinden ulaşılmıştır.)
42. Medikal Onkoloji Uzmanı Prof. Dr. Yeşim Eralp. (2019). *Obezite ve Kansere İlişkisi Araştırması*. (01.04.2021 tarihinde <https://www.yesimeralp.com/obezite-ve-kanser-iliskisi> adresinden ulaşılmıştır.)
43. Urhan, M., Akbulut, G. (2017). *Obezite ve Kansere İlişkisi: Leptin Kanserojen bir Adipokin midir?*. İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 2(3): 35-43.
44. İstanbul Onkoloji Hastanesi (2021). *Beslenme ve Kansere: Obezite ve Kansere*. (31.03.2021 tarihinde <https://istanbulonkoloji.com/obezite-ve-kanser> adresinden ulaşılmıştır.)
45. Özalp, B.B., Kürklü, N.S. (2020). Obezite ve Covid-19. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2): 211-214.
46. Türkiye Böbrek Vakfı (2020). *Covid-19 Çocuk ve Gençleri Obezite ile Vuruyor Araştırması*. (01.04.2021 tarihinde <https://www.tbv.com.tr/bobrek-sagligi/tbv-covid-19-cocuk-ve-gencleri-obezite-ile-vuruyor/> adresinden ulaşılmıştır.)
47. MEMORİAL (2021). *Obezite Nedeniyle Covid-19'un Hedefi Olmayın Araştırması*. (02.04.2021 tarihinde <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/obezite-nedeniyle-covid-19un-hedefi-olmayin> adresinden ulaşılmıştır.)
48. Ortadoğu Hastaneleri (2020). *Obezite Covid-19 ile Mücadeleyi Zorlaştırıyor Araştırması*. (31.03.2021 tarihinde <https://www.ortadoghastaneleri.com.tr/obazite-covid-19-ile-mucadeleyi-zorlastiriyor/> adresinden ulaşılmıştır.)
49. Türkiye Sağlık Vakfı (2020). *Obezite ile Covid-19 Arasındaki İlişki Araştırması*. (02.04.2021 tarihinde <https://www.saglik.org.tr/makale-haber/aras-tirma-sonucu-obezite-ve-covid-19-arasinda-carpici-iliski> adresinden ulaşılmıştır.)
50. Hendren, N.S., Lemos, J.A., Ayers, C. ve ark. Association of Body Mass Index and Age With Morbidity and Mortality in Patients Hospitalized With COVID-19. *Circulation*, 143:135–144. doi: 10.1161/circulationaha.120.051936
51. Narayanaswami, V., Dwoskin, L.P. (2017). Obesity: Current and potential pharmacotherapeutics and targets. *Pharmacology & Therapeutics*, 170:116-147.
52. Ural, D., Kılıçkap, M., Göksülük, H. ve ark. (2018). Türkiye'de Obezite Sıklığı Ve Bel Çevresi Verileri: Kardiyovasküler Risk Faktörlerine Yönelik Epidemiyolojik Çalışmaların Sistemik Derleme, Meta-Analiz ve Meta-Regresyonu. *Türk Kardiyol Dern Ars*, 46(7):577-590, doi: 10.5543/tkda.2018.62200.