

Bölüm 6

OBEZİTE YÖNETİMİNDE TIBBİ BESLENME TEDAVİSİNDE GÜNCEL YAKLAŞIMLAR

Aliye KUYUMCU¹

Obezite, günümüzde gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerin en önemli halk sağlığı sorunlarından biri olarak önemini ve güncelliğini korumaktadır. Günümüzde sağlıksız yaşamın en önemli nedeni olarak; yetersiz beslenme ve bulaşıcı hastalıklar gibi daha geleneksel sorunların yerini aşırı kilo almıştır. Aşırı kilo ve beraberinde gelişen obezite durumu, bulaşıcı olmayan hastalık hızlarının artmasına yol açarak, yaşam süresinin kısalmasına ve yaşam kalitesini olumsuz etkilemeye devam etmektedir ^[1,2].

Obezite Ölçüm Yöntemleri

Obezite genel olarak, vücut yağ kütesinin yağsız kütleyle oranla sağlığı bozacak ölçüde artması sonucu gelişen ve mutlaka tedavi edilmesi gereken bir hastalık olarak tanımlanır. Pratikte obezite ölçümünde en yaygın kullanılan yöntem, beden kütle indeksi (BKİ) değerlendirilmesidir. Beden kütle indeksi, her yaş ve farklı cinsiyetteki bireyler için aynı şekilde vücut ağırlığının (kilogram cinsinden), boy uzunluğunun (metre kare cinsinden) karesine oranlanması (kg/m²) ile hesaplanır ^[3]. Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) obezite derecelendirmesine göre bireylerin BKİ düzeyleri sınıflandırılmıştır ^[1]:

¹ Dr. Öğretim Üyesi, Isparta Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü, aliye_poslu@hotmail.com

tarafına uzun süreli fayda sağlayacak öneriler geliştirilmelidir. Görülüyor ki gelecekte yapılacak araştırmalar daha çok sağlıklı beslenmeye yönelik davranışsal faktörlerle ilişkilendirilecektir. Davranışsal müdahalelerdeki başarı ise ancak bireyin uyum yeteneğini engelleyen, psikososyal faktörlerin etkisinin anlaşılması ve kalıcı çözümlere kavuşturulması ile sağlanabilecektir. Obeziteye yönelik en etkin tedavinin oluşturulması ve sürdürülmesi için önerilen programlar gelecekte de sağlıklı diyetin sürekliliğinin sağlanmasına, fiziksel aktivitenin artırılmasına ve ağırlık kazanımına yol açan davranışların değiştirilmesine odaklanacaktır.

KAYNAKÇA

1. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation. World Health Organ Tech Rep Ser 2000;894:i-xii, 1-253.
2. Engin A. The Definition and Prevalence of Obesity and Metabolic Syndrome. *Adv Exp Med Biol* 2017;960:1-17.
3. Weir CB, Jan A. BMI Classification Percentile And Cut Off Points. In: *StatPearls*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing StatPearls Publishing LLC.; 2020.
4. Wannamethee SG. Obesity Epidemiology. Frank B Hu. *International Journal of Epidemiology* 2008;38:325-6.
5. Hruby A, Hu FB. The Epidemiology of Obesity: A Big Picture. *Pharmacoeconomics* 2015;33:673-89.
6. Pekcan GJDEKHYA. Beslenme durumunun saptanması. 2008:67-141.
7. Williams EP, Mesidor M, Winters K, Dubbert PM, Wyatt SB. Overweight and Obesity: Prevalence, Consequences, and Causes of a Growing Public Health Problem. *Curr Obes Rep* 2015;4:363-70.
8. Obezite T, Grubu HÇJTEvMD. Obezite tanımı ve tedavi kılavuzu. 2017:11-9.
9. Obesity and Overweight. 2017. (Accessed, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.)
10. Devaux M, Goryakin Y, Cecchini M, Huber H, Colombo F. OECD Obesity Update 2017. In: OECD: Paris, France; 2017.
11. Gungor NK. Overweight and obesity in children and adolescents. *J Clin Res Pediatr Endocrinol* 2014;6:129-43.
12. Mukora-Mutseyekwa F, Zeeb H, Nengomasha L, Kofi Adjei N. Trends in Prevalence and Related Risk Factors of Overweight and Obesity among Women of Reproductive Age in Zimbabwe, 2005-2015. *Int J Environ Res Public Health* 2019;16.

Sağlık Bilimlerinde Güncel Yaklaşımlar

13. Weihe P, Weihrauch-Blüher S. Metabolic Syndrome in Children and Adolescents: Diagnostic Criteria, Therapeutic Options and Perspectives. *Curr Obes Rep* 2019;8:472-9.
14. Dobson R, Burgess MI, Sprung VS, Irwin A, Hamer M, Jones J, et al. Metabolically healthy and unhealthy obesity: differential effects on myocardial function according to metabolic syndrome, rather than obesity. *Int J Obes (Lond)* 2016;40:153-61.
15. Mokdad AH, Ford ES, Bowman BA, Dietz WH, Vinicor F, Bales VS, et al. Prevalence of obesity, diabetes, and obesity-related health risk factors, 2001. *Jama* 2003;289:76-9.
16. Gregg EW, Cheng YJ, Cadwell BL, Imperatore G, Williams DE, Flegal KM, et al. Secular trends in cardiovascular disease risk factors according to body mass index in US adults. *Jama* 2005;293:1868-74.
17. Isomaa B, Almgren P, Tuomi T, Forsen B, Lahti K, Nissen M, et al. Cardiovascular morbidity and mortality associated with the metabolic syndrome. *Diabetes Care* 2001;24:683-9.
18. Onat A, Yüksel M, Köroğlu B, Gümrükçüoğlu HA, Aydın M, Çakmak HA, et al. TEKHARF 2012: Genel ve koroner mortalite ile metabolik sendrom prevalansı eğilimleri. 2013;41:373-8.
19. Reilly JJ, Kelly J. Long-term impact of overweight and obesity in childhood and adolescence on morbidity and premature mortality in adulthood: systematic review. *Int J Obes (Lond)* 2011;35:891-8.
20. Maffei C, Tato L. Long-term effects of childhood obesity on morbidity and mortality. *Horm Res* 2001;55 Suppl 1:42-5.
21. Whitlock EP, Williams SB, Gold R, Smith P, Shipman S. U.S. Preventive Services Task Force Evidence Syntheses, formerly Systematic Evidence Reviews. In: *Screening and Interventions for Childhood Overweight*. Rockville (MD): Agency for Healthcare Research and Quality (US); 2005.
22. Wong E, Tanamas SK, Wolfe R, Backholer K, Stevenson C, Abdullah A, et al. The role of obesity duration on the association between obesity and risk of physical disability. *Obesity (Silver Spring)* 2015;23:443-7.
23. Makris A, Foster GD. Dietary approaches to the treatment of obesity. *Psychiatr Clin North Am* 2011;34:813-27.
24. Vallianou N, Stratigou T, Christodoulatos GS, Dalamaga M. Understanding the Role of the Gut Microbiome and Microbial Metabolites in Obesity and Obesity-Associated Metabolic Disorders: Current Evidence and Perspectives. *Curr Obes Rep* 2019;8:317-32.
25. Makris A, Foster GD. Dietary approaches to the treatment of obesity. *The Psychiatric Clinics of North America* 2011;34:813-27.
26. Azime U, Kumsar K, Feride U, Yılmaz T, Olgun N, Saadık M, et al. *Obezite de Güncel Yaklaşımlar*. 2019.
27. Baysal A, Aksoy M, Besler H, Bozkurt N, Keçecioglu S, Merdol T, et al. *Diyet El Kitabı*. 5. baskı. 2008.
28. Pulgaron ER. Childhood obesity: a review of increased risk for physical and psychological comorbidities. *Clin Ther* 2013;35:A18-32.

Sağlık Bilimlerinde Güncel Yaklaşımlar

29. Chin SH, Kahathuduwa CN, Binks M. Physical activity and obesity: what we know and what we need to know. *Obes Rev* 2016;17:1226-44.
30. Curioni CC, Lourenco PM. Long-term weight loss after diet and exercise: a systematic review. *Int J Obes (Lond)* 2005;29:1168-74.
31. Safer DJ. Diet, behavior modification, and exercise: a review of obesity treatments from a long-term perspective. *South Med J* 1991;84:1470-4.
32. Wilson TA, Liu Y, Adolph AL, Sacher PM, Barlow SE, Pont S, et al. Behavior Modification of Diet and Parent Feeding Practices in a Community- Vs Primary Care-Centered Intervention for Childhood Obesity. *J Nutr Educ Behav* 2019;51:150-61.e1.
33. Butryn ML, Webb V, Wadden TA. Behavioral treatment of obesity. *The Psychiatric clinics of North America* 2011;34:841-59.
34. Anderson LM, Quinn TA, Glanz K, Ramirez G, Kahwati LC, Johnson DB, et al. The effectiveness of worksite nutrition and physical activity interventions for controlling employee overweight and obesity: a systematic review. *Am J Prev Med* 2009;37:340-57.
35. Phelan S, Wadden TA. Combining behavioral and pharmacological treatments for obesity. *Obes Res* 2002;10:560-74.
36. Yanovski SZ, Yanovski JA. Long-term drug treatment for obesity: a systematic and clinical review. *Jama* 2014;311:74-86.
37. Sarwer DB, Heinberg LJ. A review of the psychosocial aspects of clinically severe obesity and bariatric surgery. *Am Psychol* 2020;75:252-64.
38. Picot J, Jones J, Colquitt JL, Gospodarevskaya E, Loveman E, Baxter L, et al. The clinical effectiveness and cost-effectiveness of bariatric (weight loss) surgery for obesity: a systematic review and economic evaluation. *Health Technol Assess* 2009;13:1-190, 215-357, iii-iv.
39. Mechanick JI, Youdim A, Jones DB, Garvey WT, Hurley DL, McMahon MM, et al. Clinical practice guidelines for the perioperative nutritional, metabolic, and nonsurgical support of the bariatric surgery patient--2013 update: cosponsored by American Association of Clinical Endocrinologists, The Obesity Society, and American Society for Metabolic & Bariatric Surgery. *Obesity (Silver Spring, Md)* 2013;21 Suppl 1:S1-S27.
40. Yüksel AJİKÇÜSBFD. Bariatrik cerrahi operasyonu geçiren morbid obez bir hastanın 3 yıl sonraki beslenme durumu: olgu sunumu. 2016;1:39-45.
41. Chang SH, Stoll CR, Song J, Varela JE, Eagon CJ, Colditz GA. The effectiveness and risks of bariatric surgery: an updated systematic review and meta-analysis, 2003-2012. *JAMA Surg* 2014;149:275-87.
42. Osland E, Yunus RM, Khan S, Alodat T, Memon B, Memon MA. Postoperative Early Major and Minor Complications in Laparoscopic Vertical Sleeve Gastrectomy (LVSG) Versus Laparoscopic Roux-en-Y Gastric Bypass (LRYGB) Procedures: A Meta-Analysis and Systematic Review. *Obes Surg* 2016;26:2273-84.