

AŞIRI KİLOLULUK VE OBEZİTE

79.

BÖLÜM

Hakan ÖĞÜTLÜ¹

GİRİŞ

Çocukluk çağı obezitesi, dünyada görülen en önemli sorunlardan biridir. Obezite, vücut yağının fazla miktarda olması olarak tanımlanmaktadır. Obezite, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından “Sağlığı bozacak ölçüde vücutta anormal veya aşırı yağ birikmesi” olarak ifade edilmektedir. Çoğunlukla vücut kitle indeksi (VKİ) üzerinden ifade edilir (1). VKİ, kilogram cinsinden vücut ağırlığının, metre cinsinden boyun karesine bölünmesi sonucu elde edilir. VKİ, kilo ve vücut yağlanması ile orantılı olarak artmaktadır. Ancak, bazen benzer VKİ’deki hareketli bir çocukta yağ oranı düşük olabilirken, sedanter yaşayan hareketsiz bir çocukta yağ oranı daha yüksek olabilir. Bu durumu da göz önüne almak uygun olacaktır (2,3).

TANIM

DSÖ’ye göre;

VKİ 25-30 arasında olan yetişkinler aşırı kilolu,

VKİ 30,0-34,9 arasında olan yetişkinler 1. Derece Obez,

VKİ 35,0-39,9 arasında olan yetişkinler 2. Derece Obez,

VKİ 40,0 ve üstü olan yetişkinler ise 3. Derece Obez olarak tanımlanmaktadır. Morbid obez ifadesi kişiden kişiye değişen risklerle bağdaşmadığı için kaldırılmıştır (4).

Çocuklarda ve ergenlerde ise, aşırı kiloluluk ve obeziteyi tanımlamak için cinsiyete özgü yaşa göre persentil eğrileri kullanılır.

VKİ, 85-94,9 persentil arasında olan çocuklar ve ergenler aşırı kilolu,

VKİ, 95 ve üstü persentil olan çocuklar ve ergenler obez olarak kabul edilir.

VKİ, 99. persentilden daha büyük olan çocuklar ve ergenler ise aşırı obez olarak tanımlanır (5).

Uluslararası Obezite Çalışma Grubu, yaygınlığın küresel olarak karşılaştırılmasını sağlayan uluslararası bir standart büyüme grafiği geliştirmiştir (6). Bununla birlikte, her ülkenin kendine has büyüme eğrisini kullanması daha iyi sonuçlara ulaşmayı sağlar. Türkiye’de cinsiyete özgü yaşa göre VKİ persantillerini içeren Olcay Neyzi büyüme eğrileri oldukça kullanışlıdır (7). Amerika Birleşik Devletleri’nde ise, cinsiyete özgü CDC (Hastalık kontrol ve önleme merkezleri) büyüme grafikleri kullanılmaktadır (5).

SIKLIK

Amerika Birleşik Devletleri’nde, çocukların %17’si obez, %5,8’i ise aşırı obezdır (8). Türkiye’deki obezite sıklığı değerlendirildiğinde “Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması” verilerine göre 6-18 yaşta aşırı kilolu olanlar %14,3, obez olanlar %8,2 (erkek %9,1; kız %7,3) olarak saptanmıştır. 0-5 yaşta ise aşırı kilolu olanlar %17,9, obezite sıklığı %8,5 (erkek %10,1; kız %6,8) olarak belirlenmiştir (9).

ETİYOLOJİ

Obezite, genetik ve çevresel faktörlerden kaynaklanan karmaşık bir tablodur. Çocuklarda ve ergenlerde aşırı kiloluluk, genellikle fiziksel aktivitenin düşüklüğü, sağlıksız beslenme sonucu yüksek enerji alımı veya bu ikisinin birlikteliği sonucu oluşur (10).

¹ Uzman Doktor, Ankara Şehir Hastanesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD, hogutlu@gmail.com
ORCID iD: 0000-0002-1325-446X

ci, hastalara bu düşünceleri test etmek ve değiştirmek için davranış deneyi ve maruz bırakma-tepki engelleme tekniklerini kullanmayı da içerir.

Obezitede yetişkinler için başarıyla uygulanan BDT için, çocuklarda ve ergenlerde de faydalı olabileceğine yönelik kanıtlar giderek artmaktadır (67,69).

SONUÇ

Sonuç olarak, çocuklarda ve ergenlerde aşırı kiloluluk ve obezite göz önüne alınması gereken önemli sorunların başında gelmektedir. Erken tanı ve tedavi ile oluşabilecek birçok tıbbî ve psikiyatrik sorun ortadan kalkacaktır. Davranış tedavisi, obezitenin tedavisinde esas rolü sahip olup, Aile Tabanlı Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi uygulamalarının oldukça yüz güldüren sonuçlar verdiği saptanmıştır. Ülkemizde bu uygulamaların giderek yaygınlaştırılması, obeziteye özgü tedavi servislerinin açılmasıyla mümkündür. Açılacak servislerle, hastalar tedavi imkânına kavuşacak ve kanıta dayalı olarak tedavi edilmiş olacaktır.

KAYNAKÇA

- Hubbard VS. Defining overweight and obesity: what are the issues? : Oxford University Press; 2000.
- Klish WJ. Clinical evaluation of the obese child and adolescent. Up-To-Date, Rose, BD (Ed), Up-To-Date, Waltham, MA. 2007.
- Güngör NK. Overweight and obesity in children and adolescents. J Clin Res Pediatr Endocrinol. 2014;6(3):129.
- Organization WH. The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment: Sydney: Health Communications Australia; 2000.
- Kuczmarski RJ. CDC growth charts; United States. 2000.
- Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH. Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. BMJ. 2000;320(7244):1240.
- Neyzi O, Günöz H, Furman A, Bundak R, Gökçay G, Darandeliler F. Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi. 2008;51(1):1-14.
- Ogden CL, Carroll MD, Kit BK, Flegal KM. Prevalence of childhood and adult obesity in the United States, 2011-2012. JAMA. 2014;311(8):806-14.
- Müdürlüğü SBSAG. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2010: Beslenme durumu ve alışkanlıklarının değerlendirilmesi sonuç raporu. Sağlık Bakanlığı Yayın. 2014(931).
- LUSTIG RH, WEISS R. Disorders of energy balance. Pediatric Endocrinology: Elsevier; 2008. p. 788-838.
- Ramachandrapa S, Farooqi IS. Genetic approaches to understanding human obesity. The Journal of clinical investigation. 2011;121(6):2080-6.
- Huang JS, Barlow SE, Quiros-Tejeira RE, Scheimann A, Skelton J, Suskind D, et al. Childhood obesity for pediatric gastroenterologists. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2013;56(1):99.
- Cummings DE, Overduin J. Gastrointestinal regulation of food intake. The Journal of clinical investigation. 2007;117(1):13-23.
- Nicolai J, Lupiani J, Wolf A. An Integrative approach to obesity. Rakel D Integrative Medicine, 3rd edition Saunders Ontario. 2012:364-7.
- Daniels S. Complications of obesity in children and adolescents. Int J Obes. 2009;33(S1):S60.
- Staiano A, Katzmarzyk P. Ethnic and sex differences in body fat and visceral and subcutaneous adiposity in children and adolescents. Int J Obes. 2012;36(10):1261.
- Kalarchian MA, Marcus MD. Psychiatric comorbidity of childhood obesity. Int Rev Psychiatry. 2012;24(3):241-6.
- Ogden CL, Carroll MD, Kit BK, Flegal KM. Prevalence of obesity and trends in body mass index among US children and adolescents, 1999-2010. JAMA. 2012;307(5):483-90.
- Wildes JE, Marcus MD, Kalarchian MA, Levine MD, Houck PR, Cheng Y. Self-reported binge eating in severe pediatric obesity: impact on weight change in a randomized controlled trial of family-based treatment. Int J Obes. 2010;34(7):1143-8.
- Luppino FS, de Wit LM, Bouvy PF, Stijnen T, Cuijpers P, Penninx BW, et al. Overweight, obesity, and depression: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. Arch Gen Psychiatry. 2010;67(3):220-9.
- Stice E, Presnell K, Spangler D. Risk factors for binge eating onset in adolescent girls: a 2-year prospective investigation. Health Psychol. 2002;21(2):131.
- Cortese S, Angriman M, Maffei C, Isnard P, Konofal E, Lecendreux M, et al. Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) and obesity: a systematic review of the literature. Crit Rev Food Sci Nutr. 2008;48(6):524-37.
- Erhart M, Herpertz-Dahlmann B, Wille N, Sawitzky-Rose B, Hölling H, Ravens-Sieberer U. Examining the relationship between attention-deficit/hyperactivity disorder and overweight in children and adolescents. Eur Child Adolesc Psychiatry. 2012;21(1):39-49.
- Alamuddin N, Bakizada Z, Wadden TA. Management of obesity. J Clin Oncol. 2016;34(35):4295-305.
- Inge TH, Krebs NF, Garcia VF, Skelton JA, Guice KS, Strauss RS, et al. Bariatric surgery for severely overweight adolescents: concerns and recommendations. Pediatrics. 2004;114(1):217-23.
- Spring B, Ockene JK, Gidding SS, Mozaffarian D, Moore S, Rosal MC, et al. Better population health through behavior change in adults: a call to action. Circulation. 2013;128(19):2169-76.
- Wilfley DE, Hayes JE, Balantekin KN, Van Buren DJ, Epstein LH. Behavioral interventions for obesity in children and adults: Evidence base, novel approaches, and translation into practice. Am Psychol. 2018;73(8):981.
- Wadden TA, Brownell KD, Foster GD. Obesity: responding to the global epidemic. J Consult Clin Psychol. 2002;70(3):510.

29. Wing RR. Behavioral weight control. *Handbook of obesity treatment*. 2002;2:301-17.
30. Epstein LH, Paluch RA, Roemmich JN, Beecher MD. Family-based obesity treatment, then and now: twenty-five years of pediatric obesity treatment. *Health Psychol*. 2007;26(4):381.
31. Pimenta F, Leal I, Maroco J, Ramos C. Brief cognitive-behavioral therapy for weight loss in midlife women: a controlled study with follow-up. *International journal of women's health*. 2012;4:559.
32. Wilfley DE, Kolko RP, Kass AE. Cognitive-behavioral therapy for weight management and eating disorders in children and adolescents. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*. 2011;20(2):271-85.
33. Moyer VA. Screening for and management of obesity in adults: US Preventive Services Task Force recommendation statement. *Ann Intern Med*. 2012;157(5):373-8.
34. O'Connor EA, Evans CV, Burda BU, Walsh ES, Eder M, Lozano P. Screening for obesity and intervention for weight management in children and adolescents: evidence report and systematic review for the US Preventive Services Task Force. *JAMA*. 2017;317(23):2427-44.
35. LeBlanc ES, O'Connor E, Whitlock EP, Patnode CD, Kapka T. Effectiveness of primary care-relevant treatments for obesity in adults: a systematic evidence review for the US Preventive Services Task Force. *Ann Intern Med*. 2011;155(7):434-47.
36. Hayes JF, Altman M, Coppock JH, Wilfley DE, Goldschmidt AB. Recent updates on the efficacy of group-based treatments for pediatric obesity. *Curr Cardiovasc Risk Rep*. 2015;9(4):16.
37. Unick JL, Hogan PE, Neiberg RH, Cheskin LJ, Dutton GR, Evans-Hudnall G, et al. Evaluation of early weight loss thresholds for identifying nonresponders to an intensive lifestyle intervention. *Obesity*. 2014;22(7):1608-16.
38. Martin CK, Bhapkar M, Pittas AG, Pieper CF, Das SK, Williamson DA, et al. Effect of calorie restriction on mood, quality of life, sleep, and sexual function in healthy nonobese adults: the CALERIE 2 randomized clinical trial. *JAMA internal medicine*. 2016;176(6):743-52.
39. Williamson DA, Rejeski J, Lang W, Van Dorsten B, Fabricatore AN, Toledo K. Impact of a weight management program on health-related quality of life in overweight adults with type 2 diabetes. *Arch Intern Med*. 2009;169(2):163-71.
40. Fabricatore AN, Wadden TA, Higinbotham AJ, Faulconbridge LF, Nguyen AM, Heymsfield SB, et al. Intentional weight loss and changes in symptoms of depression: a systematic review and meta-analysis. *Int J Obes*. 2011;35(11):1363.
41. Balantekin KN, Hayes JF, Sheinbein DH, Kolko RP, Stein RI, Saelens BE, et al. Patterns of eating disorder pathology are associated with weight change in family-based behavioral obesity treatment. *Obesity*. 2017;25(12):2115-22.
42. Macpherson-Sánchez AE. Integrating fundamental concepts of obesity and eating disorders: implications for the obesity epidemic. *Am J Public Health*. 2015;105(4):e71-e85.
43. Goldschmidt AB, Wilfley DE, Paluch RA, Roemmich JN, Epstein LH. Indicated prevention of adult obesity: how much weight change is necessary for normalization of weight status in children? *JAMA Pediatr*. 2013;167(1):21-6.
44. Mann T, de Ridder D, Fujita K. Self-regulation of health behavior: social psychological approaches to goal setting and goal striving. *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*. 2013;32(5):487-98.
45. Achziger A, Gollwitzer PM, Sheeran P. Implementation Intentions and Shielding Goal Striving From Unwanted Thoughts and Feelings. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2008;34(3):381-93.
46. Burke LE, Wang J, Sevcik MA. Self-monitoring in weight loss: a systematic review of the literature. *J Am Diet Assoc*. 2011;111(1):92-102.
47. Mockus DS, Macera CA, Wingard DL, Peddecord M, Thomas RG, Wilfley DE. Dietary self-monitoring and its impact on weight loss in overweight children. *International journal of pediatric obesity : IJPO : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*. 2011;6(3-4):197-205.
48. Wadden TA, Berkowitz RI, Womble LG, Sarwer DB, Phelan S, Cato RK, et al. Randomized trial of lifestyle modification and pharmacotherapy for obesity. *The New England journal of medicine*. 2005;353(20):2111-20.
49. Petry NM. A comprehensive guide to the application of contingency management procedures in clinical settings. *Drug Alcohol Depend*. 2000;58(1-2):9-25.
50. Levy RL, Finch EA, Crowell MD, Talley NJ, Jeffery RW. Behavioral intervention for the treatment of obesity: strategies and effectiveness data. *The American journal of gastroenterology*. 2007;102(10):2314-21.
51. Hartlieb KB, Naar S, Ledgerwood DM, Templin TN, Ellis DA, Donohue B, et al. Contingency management adapted for African-American adolescents with obesity enhances youth weight loss with caregiver participation: a multiple baseline pilot study. *Int J Adolesc Med Health*. 2015;29(3):/j/ijamh.2017.29.issue-3/ijamh-5-0091/ijamh-2015-0091.xml.
52. Lander DG. Stimulus control following response reduction with signaled reinforcement. *Psychon Sci*. 1971;23(5):365-6.
53. Epstein LH, Roemmich JN, Stein RI, Paluch RA, Kilanowski CK. The challenge of identifying behavioral alternatives to food: clinic and field studies. *Annals of behavioral medicine : a publication of the Society of Behavioral Medicine*. 2005;30(3):201-9.
54. Epstein LH, Fletcher KD, O'Neill J, Roemmich JN, Raynor H, Bouton ME. Food characteristics, long-term habituation and energy intake. *Laboratory and field studies*. *Appetite*. 2013;60(1):40-50.
55. Christakis NA, Fowler JH. The spread of obesity in a large social network over 32 years. *The New England journal of medicine*. 2007;357(4):370-9.
56. Gorin AA, Raynor HA, Fava J, Maguire K, Robichaud E, Trautvetter J, et al. Randomized controlled trial of a comprehensive home environment-focused weight-loss program for adults. *Health psychology : official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*. 2013;32(2):128-37.

57. Wing RR, Jeffery RW. Benefits of recruiting participants with friends and increasing social support for weight loss and maintenance. *J Consult Clin Psychol.* 1999;67(1):132-8.
58. Young KM, Northern JJ, Lister KM, Drummond JA, O'Brien WH. A meta-analysis of family-behavioral weight-loss treatments for children. *Clin Psychol Rev.* 2007;27(2):240-9.
59. Epstein LH. Development of evidence-based treatments for pediatric obesity. Evidence-based psychotherapies for children and adolescents. New York, NY, US: The Guilford Press; 2003. p. 374-88.
60. Wrotniak BH, Epstein LH, Paluch RA, Roemmich JN. Parent weight change as a predictor of child weight change in family-based behavioral obesity treatment. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2004;158(4):342-7.
61. Wilfley DE, Staiano AE, Altman M, Lindros J, Lima A, Hassink SG, et al. Improving access and systems of care for evidence-based childhood obesity treatment: Conference key findings and next steps. *Obesity (Silver Spring).* 2017;25(1):16-29.
62. Goldschmidt AB, Best JR, Stein RI, Saelens BE, Epstein LH, Wilfley DE. Predictors of child weight loss and maintenance among family-based treatment completers. *J Consult Clin Psychol.* 2014;82(6):1140-50.
63. Salvy S-J, de la Haye K, Bowker JC, Hermans RCJ. Influence of peers and friends on children's and adolescents' eating and activity behaviors. *Physiol Behav.* 2012;106(3):369-78.
64. Kulik N, Valle CG, Tate DF. Friend and Family Support for Weight Loss in Adolescent Females. *Child Obes.* 2016;12(1):44-51.
65. Croker H, Viner RM, Nicholls D, Haroun D, Chadwick P, Edwards C, et al. Family-based behavioural treatment of childhood obesity in a UK National Health Service setting: randomized controlled trial. *International Journal of Obesity.* 2012;36(1):16-26.
66. Epstein LH, Valoski A, Wing RR, McCurley J. Ten-year follow-up of behavioral, family-based treatment for obese children. *Jama.* 1990;264(19):2519-23.
67. Oude Luttikhuis H, Baur L, Jansen H, Shrewsbury VA, O'Malley C, Stolk RP, et al. Interventions for treating obesity in children. The Cochrane database of systematic reviews. 2009(1):CD001872-CD.
68. Wisotsky W, Swencionis C. Cognitive-behavioral approaches in the management of obesity. *Adolescent medicine (Philadelphia, Pa).* 2003;14(1):37-48.
69. Cooper Z, Fairburn CG. A new cognitive behavioural approach to the treatment of obesity. *Behav Res Ther.* 2001;39(5):499-511.