

OBEZİTE

27.

BÖLÜM

Şeyma KARATEKİN¹

GİRİŞ

Obezite, sağlığı bozacak ölçüde vücutta aşırı yağ birikimi olarak tanımlanır. Günümüzde çocuklarda obezite hızla artmaktadır ve çocukluk çağına başlayan bu durum erişkin dönemde de çoğunlukla devam eder. Obezite, çocukluktan erişkine morbidite ve mortaliteye sebep olması, sağlık harcamalarında önemli bir yük oluşturması nedeniyle bir halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmektedir.

EPİDEMİYOLOJİ

Obezite, önceden yüksek gelirli ülkelerde görülen bir sağlık sorunu olsa da günümüzde düşük-orta gelirli ülkelerde özellikle kentsel bölgelerde giderek artmaktadır. Fazla kilolu veya obez olan 5 yaş altı 38 milyon, 5-19 yaş arası 340 milyon çocuk bulunmaktadır ⁽¹⁾. Son 40 yılda fazla kilolu ve obez çocukların prevalansında 4 kat artış olmuştur ⁽¹⁾.

Türkiye Çocukluk Çağı Şişmanlık Araştırması (COSI-TUR 2016) verilerine göre ilköğretim 2. sınıf öğrencilerinde yapılan kesitsel epidemiyolojik çalışmada, çocukların %14.6'sının fazla kilolu, %9.9'unun ise obez olduğu belirtilmiştir ⁽²⁾. Yaşları 10-14 arasında değişen ortaokul öğrencilerinin 2017 ölçümlerinde, fazla kilolu çocuklar %19.6, obez çocuklar % 10.5 saptanarak ilköğretim yaş grubuna göre obezite sıklığı artmış bulunmuştur ⁽³⁾.

ETYOLOJİ

Obezite ve fazla kilolu olmanın temel nedeni alınan ve harcanan enerji arasındaki dengesizliktir. Yağ ve şeker içeriği zengin gıdalar ile artan enerji alımına rağmen, ulaşım şekillerinin değişmesi, birçok çalışma alanında hareketsizliğin ve

¹ Uzm. Dr., Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı, Samsun Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, s.murtezaoglu@hotmail.com ORCID iD: 0000-0003-3766-2617

SONUÇ

Çocukluk çağı obezitesi giderek yaygınlaşarak halk sağlığı sorunu haline gelmiştir. Takip ve tedavisi erişkin obezitesinden birçok açıdan farklılıklar gözetmektedir. Çocukluk çağında obeziteyi önleme stratejileri çok önemlidir. Bu amaçla çocuk sağlığı izlemlerinde VKİ'nin düzenli bir şekilde değerlendirilmesi önerilir. Aileler, izlemlerde sağlıklı beslenme, yaşa uygun fiziksel aktivite ve uyku konularında bilgilendirilerek yetkin konuma getirilmelidir. Aile, okul, medya ve multidisipliner sağlık hizmetleri gibi farklı paydaşların işbirliği gerektirdiği unutulmamalıdır.

KAYNAKÇA

1. WHO, Obesity and overweight, 2020, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (Erişim tarihi: 02.07.2020)
2. Türkiye Çocukluk Çağı (İlkokul 2. Sınıf Öğrencileri) Şişmanlık Araştırması- COSI-TUR.2016. Ankara: Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Milli Eğitim Bakanlığı, Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölge Ofisi, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1080
3. Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 773, Ankara. 2019
4. Günöz, H. (2010). Şişmanlık. Olcay Neyzi (Ed.), Pediatri içinde (s.251-257) İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri
5. Gahagan, S. (2011). Owerweight and Obesity. Robert M. in Kliegman (Ed), Nelson Textbook Of Pediatrics (p.179-188) Philadelphia, Elsevier
6. Obezite Tanı Tedavi Kılavuzu, Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği, Ankara, 2018
7. Kumar, S., Kelly, A. S. (2017). Review of childhood obesity: from epidemiology, etiology, and comorbidities to clinical assessment and treatment. In Mayo Clinic Proceedings (Vol. 92, No. 2, pp. 251-265). Elsevier.
8. Özdemir, C. Çocuklarda Astımın Tanımı ve Yönetimi. Klinik Tıp Pediatri Dergisi, 2018; 2 (10), 27-32.
9. Rankin J., Matthews L., Cobley S. et al. Psychological consequences of childhood obesity: psychiatric comorbidity and prevention. Adolescent Health, Medicine and Therapeutics, 2016; 7 125-146
10. Yan, J., Liu, L., Zhu, Y., et al. The association between breastfeeding and childhood obesity: a meta-analysis. BMC Public Health, 2014; 14(1), 1267.
11. Yalçın S. (2017). Tamamlayıcı Beslenme. Gökçay G. (Ed.), İlk Beş Yaşta Çocuk Sağlığı İzlemi içinde (s.295-304) İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri
12. Schwartz, A. E., Leardo, M., Aneja, S., et al. (2016). Effect of a school-based water intervention on child body mass index and obesity. JAMA pediatrics, 170(3), 220-226.
13. Daniels, S. R., Hassink, S. G. (2015). The role of the pediatrician in primary prevention of obesity. Pediatrics, 136(1), e275-e292.
14. Council on Communications and Media, & MBE. (2016). Media use in school-aged children and adolescents. Pediatrics, 138(5), e20162592. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2592>
15. Chassiakos, Y. L. R., Radesky, J., Christakis, D., et al. (2016). Children and adolescents and digital media. Pediatrics, 138(5), e20162593. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2593>
16. Council on Communications and Media. (2016). Media and young minds. Pediatrics, 138(5), e20162591.
17. Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi. Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 940, Ankara. 2014

18. Türkiye Beslenme ve Fiziksel Aktivite Piramidi.<https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Yayinlar/afisler/Turkiye-Beslenme-ve-Fiziksel-Aktivite-Piramidi-12-18-Yas.pdf> (Erişim Tarihi: 20.07.2020)
19. Paruthi S, Brooks LJ, D'Ambrosio C, et al. Recommended amount of sleep for pediatric populations: a consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine. *J Clin Sleep Med* 2016;12(6):785–786.
20. Styne, D. M., Arslanian, S. A., Connor, E. L., et al. (2017). Pediatric Obesity-Assessment, Treatment, and Prevention: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. *The Journal of clinical endocrinology and metabolism*, 102(3), 709–757.
21. Önal, Z., Adal, E. (2014). Çocukluk çağında obezite. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 30(1), 39-44.