

Obezite Sempozyumu ve Obezite ile Savaş Platform'undan İzlenimler Impressions from Obesity Symposium and Fight Againsts Obesity Platform

Umut Gök Balcı

Uzm. Dr., İzmir Tepecik Eğitim Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği, İzmir, Türkiye

Kabul tarihi: 20.Mart.2013

Obezite insanlık tarihinin en eski hastalıklarından biri olup, birçok kronik hastalığa yol açan önemli bir sağlık sorunudur. Günümüz dünyasında obez insan sayısı giderek artmakta ve obezitenin sebep olduğu sağlık problemleri de buna paralel olarak çığ gibi büyümektedir. Obezitenin sebep olduğu, çok sayıda kronik hastalık çeşitli oranlarda morbidite ve mortaliteye yol açarken, obezite kişinin günlük aktivitelerini engelleyerek ya da sosyal hayatını kısıtlayarak, önemli fiziksel ve psikososyal sonuçlar da doğurabilmektedir (1,2). Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre dünyada yaklaşık 1 milyar aşırı kilolu, 300 milyon da obez insan mevcuttur (3). Ülkemizde obez nüfus oranı %31,2 olarak bildirilmektedir (4).

Bu önemli sağlık sorununa dikkat çekmek, bilgilerimizi güncellemek ve bilimsel fikir alış verişi sağlamak amacıyla 8-9 Mart 2013 tarihlerinde İstanbul Harbiye Askeri Müzesi'nde "Obezite Sempozyumu ve Obezite ile Savaş Platformu" toplantısı yapıldı. Türkiye Obezite Araştırma Derneği ve Türk Diabet ve Obezite Vakfı tarafından organize edilen toplantı, konusunda uzman ulusal ve uluslararası konuşmacıların katılımı ile gerçekleştirildi. Konu ile ilgili vakıf ve dernek yetkilileri, Sağlık Bakanlığı temsilcileri ve gıda sektörü temsilcileri tarafından yapılan açılış konuşmalarını takiben, 2 panel ve 6 konferanstan oluşan zengin ve doyurucu bilimsel program dahiliye uzmanları, endokrinoloji ve metabolizma hastalıkları uzmanları, aile hekimliği uzmanları, gıda sektörü temsilcileri, diyetisyenler ve çok sayıda beslenme ve diyetetik öğrencisinden oluşan katılımcılar tarafından ilgiyle takip edildi.

Toplantının birinci günü yapılan "Obezitenin prevansiyonu" panelinde obezitenin, çocukluk hatta bebeklik dönemindeki beslenme ve yaşam alışkanlıkları ile ilişkisinden bahsedilirken, anne sütünün bu konudaki önemi vurgulandı. Yaşamın ilk altı ayında yalnızca anne sütü ile beslenme önerilirken, en az 2 yıl anne sütüne devam gerekliliğinin altı çizildi. Okul çağı çocuklarının obeziteden korunması ve doğru beslenme ve yaşam alışkanlıklarının oluşturulması için; okul kantinlerinin

denetlenmesi, beden eğitimi derslerinin artırılması ve spor salonlarının sayılarının çoğaltılarak spor ve egzersize özendirilmenin önemine değinildi. Ayrıca egzersiz ve sporun hayat boyu devamlılığının önemi ve gerekliliği tartışıldı. Aynı panelde gıda endüstrisinin rolü konuşulurken ayaküstü atıştırma ve beslenmenin günümüzde son derece yaygın bir durum olduğu, reklamların ve çevrenin bu konuda aşırı özendirici tavrından bahsedildi. Bu oturum, hekimler ve gıda sektörü temsilcileri arasında güvenilir gıda, sağlığa zararlı ürünler konuları ve bu konulardaki hassasiyetler ile yapılması gerekenler hakkında soru-cevap ve tartışmalara sahne oldu.

Obezite tedavisinde kullanılan ilaçların anlatıldığı oturumda, günümüzde kullanılan medikal ajanlardan bahsedilirken, bu ilaçların yetersizliği vurgulandı. Etkisi güçlü, yan etkisi minimal, vücuttaki sistemlerin dengesini bozmadan yeterli kilo kaybını sağlayacak ve maliyeti düşük olacak ideal ilacın henüz bulunmadığı belirtildi. Obezitenin cerrahi yöntemlerle tedavisinin başarı oranları, kilo vermenin yanında eşlik eden metabolik sorunların da çözümüne olan katkıları ayrı bir oturumda konuşuldu. Özellikle Tıp II diyabet hastalarında obezite cerrahisi ve başarısı tartışıldı.

Toplantının ikinci günü sabah oturumları tıbbi beslenmenin önemini anlatıldığı bir konuşmanın ardından, gıda sektörünün obeziteye bakışının değerlendirildiği ve ülkemizin önde gelen gıda markası temsilcilerinin sunumlarından oluşan konferansa sahne oldu. Süt-süt ürünleri, tavuk ve beyaz et, ekmek, light ve doğal ürünler başlıklı konuşmalar yoğun soru-cevap ve tartışmalarla sürdü. En fazla ilgi günümüzde çokça tartışılır hale gelen tavuk konusuna odaklanmıştı. Gıda endüstrisi temsilcilerinin konu ile ilgili endişelerin yersiz olduğunu iddia etmelerine karşın, hekimlerle gıda sektörü temsilcileri arasında konu ile ilgili net bir görüş birliği sağlanamadı.

Öğleden sonraki oturumlarda obezitenin komplikasyonları ayrıntılı bir şekilde ele alındı. Özellikle hepatosteatoz, infertilite ve uyku apnesi

üzerinde duruldu. Sadece kilo verilerek bu komplikasyonların tedavisinde önemli başarı elde edildiğine ve uyku apnesinde, zayıflatma tedavisiyle, apne tedavisinin aynı anda yapılması gerektiğine değinildi.

Bir başka konferansta ise Sağlık Bakanlığının obezite merkezleri ile ilgili halen devam eden planlamaları ve konu ile ilgili çalışmalarını bakanlık temsilcisi tarafından katılımcılara aktarıldı.

Sonuç olarak konusunda deneyimli yerli ve yabancı akademisyenlerin bilimsel katkılarıyla gerçekleştirilen Obezite Sempozyumu ve Obezite ile Savaş Platformu toplantısının son derece verimli geçtiği söylenebilir. Bu toplantıyla katılımcılar bilgilerini gözden geçirme ve güncelleme şansını bulurken, konunun diğer tarafı olan gıda endüstrisinin bakış açısını da görme imkanına sahip oldular. Bununla birlikte gelecek yıllarda düzenlenecek benzer toplantı ve sempozyumlar, poster ve sözlü bildirimlere de yer verilerek bilimsel yönden daha kuvvetli hale getirilebilir ve daha fazla katılımcının salonları doldurması sağlanabilir.

Kaynaklar

1. White MA, O'Neil PM, Kolotkin RL, Byrne TK. Gender, race, and obesity-related quality of life at extreme levels of obesity. *Obes Res* 2004;12: 949-55.
2. Muenning P, Lubetkin E, Jia E, Franks P. Gender and the burden of disease attributable to obesity. *Am J Public Health* 2006;96:1662-8.
3. World Health Organization 2008. A Framework to monitor and evaluate implementation. *Global strategy on diet, physical activity and health.*
4. Bahçeci M. Obezite. In: TEMD Obezite, Dislipidemi, Hipertansiyon Çalışma Grubu eds. *Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği Hipertansiyon, Obezite ve Lipid Metabolizması Tanı ve Tedavi Rehberi.* Miki Matbaacılık, Ankara; 2011;50-80.

İletişim:

Uzm.Dr. Umut Gök Balcı
İzmir Tepecik Eğitim Araştırma Hastanesi
Aile Hekimliği Kliniği, İzmir, Türkiye
Tel: +90.232.4696969
E-mail: dr_ugb@yahoo.com