

Obezite ile mücadele konulu DSÖ Avrupa Bakanlar Konferansı

Dr. Salih Mollahaliloğlu

Dr. Nazan Yardım

RSHMB, Hifzissihha Mektebi Müdürlüğü

5-17 Kasım 2006 İstanbul, Türkiye

Sağlık için diyet ve fiziksel aktivite

Her yıl dünyada en az 2.6 milyon kişi fazla kiloları sonucunda hayatını kaybetmektedir (1). Avrupa ülkelerinde yaklaşık 130 milyonu şişman (obes) olmak üzere 400 milyon yetişkin fazla kilodur (overweight) (2). Şişmanlık dünya genelinde epidemik oranlara ulaşmıştır. (3)

Ülkemizde şişmanlık prevalansı 1990'dan beri hızlı bir artış göstermektedir.1990 yılı taramalarında şişman kişi sayısı erkekler-

de 1,5 milyon, kadınlarda 4 milyon dolayında sayılıyordu. Halen yaklaşık 2,63 milyon erkek ve 5,46 milyon kadının şişman olduğu tahmin edilmektedir. Bu da şişman sayısında 90'lı yıllar boyunca kadınlarda %36, erkeklerde %75 oranında artış ifade etmektedir (4).

DSÖ Avrupa Bölgesi tarafından büyüyen bu küresel tehdide karşı üye ülkeler tarafından en üst düzeyde önlemlerin alınmasını hedefleyen "Bakanlar Konferansı" tertip edilmiştir. Konferansa Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı ev sahipliği yapmıştır.

Konferans 15 Kasım 2006 Çarşamba gü-

nü İstanbul Conrad Otelde, Başbakanımız Sayın Recep Tayyip Erdoğan'ın da katılımı ile başlamıştır. Toplantıya 500 civarında katılım gerçekleşmiş olup, bunun yaklaşık 100 kadarı ülkemizdendir.

AB Komisyonu Sağlık ve Tüketicinin Korunmasından sorumlu AB Komisyon Üyesi Dr. Markos Kyprianou, DSÖ Avrupa Bölge Ofisi Direktörü Dr. Marc Danzon ve TC Sağlık Bakanı Profesör Dr. Recep Akdağ tarafından açılış konuşmaları yapılmıştır. Daha sonra Sayın Başbakan yaptıkları konuşmada toplantıya ülkemizin ev sahipliği yapmasından duyduğu memnuniyeti dile getirerek, müreffeh toplumlar başta olmak



Üzere şişmanlığın çağımızın hastalığı olduğunu ifade etmişlerdir. Toplantıda yapılacak çalışmalar neticesinde soruna ilişkin olumlu tespitlerin yapılması ve gerekli önlemlerin belirlenmesi temennisinde bulunmuşlardır.

Konferansta **Obezitenin yol açtığı sorunlar** başlığında; *DSÖ Avrupa Bölge Ofisinden Dr. Gudjon Magnusson tarafından Halk sağlığı sorunu* ve *Dünya Bankasından Dr. Meera Shekar tarafından Obeziteden kaynaklanan ekonomik sorunlar* başlıklı sunumlar yapılmıştır.

Öncelik odağı: çocuklar ile alt sosyo-ekonomik statüye sahip kişiler başlığında *Institut français pour la nutrition bilim konseyi ve Çocuk Obezitesi Avrupa Grubundan Dr. Marie-Laure Frelut, Çocuklarda fazla kilo ve obezite; DSÖ Sağlık Sosyal Belirleyicileri Komisyonu Başkanı Profesör Sir Michael Marmot tarafından Eşitsizlikler ve obezite* başlıklı sunumlar yapılmıştır.

Ayrıca paralel olarak düzenlenen oturumlarda, **Ulus çapında politikalar ve sağlık sistemlerinin rolü ve alt-ulusal ve yerel düzeyde eylem** konuları ele alınmıştır.

Konferansın ikinci gününde *Finlandiya Sağlık ve Sosyal Hizmetler Bakanı Ms. Liisa Hyssala tarafından Farklı devlet sektörlerinin desteği ve rolü* başlıklı konuşma ve *Taslak Komisyon Başkanı Dr. Jens Kristian Gotrik tarafından Taslak Şart'ın kabulü* konusunda sunum yapılmıştır. Sunumu takiben katılımcılar tarafından Taslak Şart üzerine görüşler belirtilmiştir.

Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO), Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (UNICEF), Kuzey Avrupa Ülkeleri Bakanlar Konseyi ve Hükümet-dışı örgütlerin uluslararası ittifakından temsilciler tarafından **Uluslararası aktörlerin rolü** tartışılmıştır.

Yuvarlak masa Bakanlar tartışmasında **"obezite ile mücadele eylemini güçlendirmede zorluklar ve fırsatlar"** ele alınmıştır.

Taahhüdü eyleme dönüştürmek başlığında **İleriye doğru ve Eylem için bir Avrupa planı oluşturmak** başlıklı oturumlar gerçekleştirilmiştir. *DSÖ Avrupa Bölge Ofisinden Dr. Jill Farrington tarafından "Avrupa stratejisi tarafından bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesi ve kontrolüne ilişkin sunulan çerçeve", Mr. Roar Blom tarafından "Fiziksel aktivite perspektifi: DSÖ Avrupa Bölgesi'nde eylem çerçevesi" ve Dr. Francesco Branca tarin-*

dan "Gıda ve beslenme politikası konulu ikinci Avrupa eylem planı için önerilen taslak" konulu sunumlar yapılmıştır.

Politika ve eylem araçları başlıklı paralel oturumda ise **Obezite** surveyansı ve veri tabanları (*Mr. Trudy Wijnhoven, DSÖ Avrupa Bölge Ofisi*)- **Obezitenin maliyet hesaplaması**: basit bir araç (*Profesör Jaap Seidell, Amsterdam Açık Üniversitesi, Hollanda*) ve **Çocuklukta obezite ile mücadelede okul-bazında müdahaleler** (*Dr. Chizuru Nishida, DSÖ Merkezi*) ele alınmıştır.

Ayrıca çeşitli uydu çalışmalar yapılmıştır. 15 Kasım 2006 Çarşamba günü *DSÖ Avrupa Bölge Ofisi tarafından düzenlenen Avrupa'da fiziksel aktivite ve sağlık: eylem için kanıt*, **Gençler arasında sağlıklı yemek yeme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite düzeylerinin sosyo-ekonomik belirleyicilerinin ele alınması**, **Kent ortamında fiziksel aktivite ve aktif yaşamın iyileştirilmesi**, **Yerel yönetimlerin rolü**, **Katı gerçekler ve Avrupa Tüketici Örgütü/Avrupa Halk Sağlığı İttifakı tarafından düzenlenen Gıda ve alkolsüz içeceklerin çocuklara pazarlanması** konulu oturumlar yapılmıştır. 16 Kasım 2006 Perşembe günü ise *Üye Ülkeler'in heyetleriyle işbirliği içinde DSÖ Avrupa Bölge Ofisi tarafından Sebze ve meyveler – Doğu Avrupa'dan edinilen deneyimler, Ulusal Beslenme Merkezi, Hollanda tarafından Dengenizi koruyun – Obeziteyi önlemek için sağlıklı gıdalar ve günlük egzersiz hakkında nasıl iletişim sağlanmalı ve Avrupa Komisyonu tarafından Obezite konulu AB araştırma projeleri* başlıklı oturumlar düzenlenmiştir.

17 Kasım 2006 Cuma günü *Avrupa Komisyonu tarafından düzenlenen Kamu-özel ortaklık forumu; Danimarka/Kuzey Ülkeleri Bakanlar Konseyi tarafından düzenlenen Daha iyi bir yaşam için Kuzey Ülkeleri modelleri – sağlık, diyet ve fiziksel aktivite konulu Kuzey Ülkeleri eylem planları ile ulusal eylem planları;Avrupa Konseyi tarafından düzenlenen Sağlıklı yemek yeme ve okul politikası, kanıtlar ve uygulamalar ve Fransa tarafından düzenlenen Gıda ve obezitenin kültürel boyutu* oturumlar gerçekleştirilmiştir.

Yapılan yoğun çalışma etkinliklerinin yanı sıra çeşitli sosyal etkinlikler de yapılmıştır. Konferansın ilk günü TC Sağlık Bakanlığı'nın ev sahipliğinde Sait Halim Paşa Yalısında resepsiyon verilmiştir. İkinci gün öğle yemeğinde TC Sağlık Bakanlığı organi-



DSÖ Avrupa Bölgesi'ndeki tüm erişkinlerin yarısı ve çocukların beşte biri fazla kiloludur. Bunların üçte biri obez olup, obez kişi sayısı hızla artmaktadır. Fazla kilo ve obezite, beklenen yaşam süresini kısaltarak ve yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyerek bulaşıcı olmayan hastalıkların büyük bölümünü oluşturmaktadır

zasyonu ile Yıldız Sarayına **Sağlık için Yürüyüş** düzenlenmiş; aynı gün akşamı DSÖ Avrupa Bölge Ofisi Direktörü'nün ev sahipliğinde Conrad Otelde Resepsiyon verilmiştir. Toplantının kapanışını takiben TC Sağlık Bakanlığı tarafından Şehir turu düzenlenmiştir.

Ayrıca Sağlık Bakanımız Sayın Recep Akdağ, DSÖ Avrupa Bölge Ofisi Başkanı Sayın Marc Danzon ve AB Komisyonu Sağlık ve Tüketicinin Korunmasından sorumlu AB Komisyon Üyesi Dr. Markos Kyprianou tarafından **En İyi Uygulama Ödülü** kazananlara yapılan ödül töreninde ödülleri verilmiştir.

Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanı Profesör Recep AKDAĞ ve DSÖ Avrupa Bölgesi Direktörü Dr. Marc DANZON tarafından konferansın ikinci günü aşağıda yer alan **Obezite ile Mücadele** konulu **Avrupa Şartı** imzalanmıştır:

Obezite epidemisi tarafından sağlık, ekonomiler ve kalkınmaya karşı yöneltilen ve her geçen gün artan riski ele almak amacıyla Obezite ile Mücadele konulu DSÖ Avrupa Bakanlar Konferansı'na (İstanbul, Türkiye, 15-17 Kasım 2006) katılan biz Bakanlar ve delegeler, işbu belge ile, aşağıda yer alan Obezite ile Mücadele konulu Avrupa Şartı'nı, Sağlık ve Tüketicinin Korunmasından sorumlu Avrupa Komisyon Üyesi'nin (Komiseri) huzurunda, bir politika meselesi olarak kabul ediyoruz. Bu Şart'ın meydana getirilmesi sürecine farklı kamu



Obezite epidemisini kontrol altına almak mümkündür. Sorunun kökeni insanların yaşam tarzlarını etkileyen hızla değişen sosyal, ekonomik ve çevresel belirleyicilere uzandığı için bu ancak kapsamlı bir eylem ile gerçekleştirilebilir. Vizyon, diyet ve fiziksel aktivite ile ilgili sağlıklı yaşam stillerinin birer norm olduğu, sağlık hedeflerinin ekonomi, toplum ve kültüre ilişkin hedefler ile paralel hale getirildiği ve bireyler için sağlıklı seçimlerin daha erişilebilir ve kolay olduğu sağlıklı yaşam tarzına sahip toplumlar oluşturmaktır.

sektörlerinin, uluslararası örgütlerin, uzmanlar, sivil toplum ve özel sektörün diyalog ve işbirliği yolu ile katılımı sağlanmıştır.

Bu Şart ile paralel şekilde, obezite ile mücadele konusundaki eylemlerimizi güçlendirmek ve bu meseleye hükümetimizin siyasi gündeminin üst sıralarında yer vermek konusundaki taahhüdümüzü beyan ediyoruz. Ayrıca, obezite ile mücadele konusunda tüm ortaklar ve paydaşlara daha güçlü eylemler gerçekleştirmeleri yönünde bir çağrıda bulunuyor ve bu hususta liderliğin DSÖ Avrupa Bölge Ofisi tarafından sağlanacağını kabul ediyoruz.

Bir an önce eyleme geçmek için yeterli kanıt mevcuttur; aynı zamanda, inovasyon araştırmaları, yerel durum ve şartlara yönelik düzenlemeler ve konunun belirli açılarından ele alınmasına ilişkin yeni araştırmalar politikaların etkinliğini artıracaktır.

Obezite, küresel bir halk sağlığı sorunudur; bizler, Avrupa eyleminin, bu hususta bir örnek teşkil edilmesinde rol oynayabileceğini ve böylelikle küresel boyuttaki çabaları da harekete geçirebileceğini ikrar ve tasdik ediyoruz.

Mücadele

Bizler kabul etmekteyiz ki:

Obezite epidemisi, DSÖ Avrupa Bölgesi'ndeki en ciddi halk sağlığı mücadelelerinden biridir. Obezite prevalansı son yirmi yılda üç kat artmıştır. DSÖ Avrupa Bölgesi'ndeki tüm yetişkinlerin yarısı ve çocukların beşte biri fazla kilodur. Bunların üçte biri obez olup, obez kişi sayısı hızla artmaktadır. Fazla kilo ve obezite, beklenen yaşam süresini kısaltarak ve yaşam kalitesini olumsuz yönde etkileyerek bulaşıcı olmayan hastalıkların büyük bölümünü oluşturmaktadır. Aşırı beden ağırlığı ile ilişkili ölümler her yıl Bölge'de meydana gelen bir milyondan fazla ölümün nedenini oluşturmaktadır.

Bu eğilim özellikle çocuklar ve adölesanlar açısından risk oluşturmaktadır. Bu nedenle salgın yetişkinler arasında da yayılmakta ve gelecek nesiller için artan bir sağlık yükü oluşturmaktadır. Çocukluk obezitesi prevalansındaki yıllık artış oranı sürekli olarak yükselmekte olup şu anda 1970 yılında kaydedilmiş orandan on kat daha fazladır.

Obezitenin ekonomik ve sosyal kalkınmayı da önemli ölçüde etkilemektedir. Erililerde obezite ve fazla kiloluluk Avrupa Bölgesi'nde yapılan sağlık harcamalarının yaklaşık olarak %6'sına esas teşkil etmekte, ayrıca, en az iki kat daha fazla dolaylı maliyete (yaşam, üretkenlik ve ilgili gelir kaybı nedeniyle) yol açmaktadır. Fazla kilo ve obezite en çok düşük sosyo-ekonomik grupları etkilemekte ve bu da sağlık ile diğer alanlardaki eşitsizliklerin artmasına neden olmaktadır.

Değişen sosyal, ekonomik, kültürel ve fiziksel çevrenin bir sonucu olarak son on yıllarda epidemiyi artırmıştır. Fiziksel aktivitede azalma ve yetersiz miktarda sebze-meyve tüketimi ile birlikte yüksek-enerji ve düşük-besin değerli gıdaların ve içeceklerin tüketimindeki artış (toplam yağ, tuz ve şeker yanı sıra yüksek oranda doymuş içerenler) da dahil olmak üzere değişen beslenme şekilleri nüfusta enerji dengesizliğini tetiklemiştir. Mevcut verilere göre, DSÖ Avrupa Bölgesi'ndeki çoğu ülkedeki yetişkin nüfusun üçte ikisi sağlık kazanımlarını sağlamak ve sürdürmek için gereken düzeyde fiziksel aktivitede bulunmamakta ve meyve-sebze tüketimi önerilen miktara yalnızca bir kaç ülkede ulaşabilmektedir. Sosyal, ekonomik, kültürel ve fiziksel ortamdaki bu tür değişimler olmaksızın genetik yatkınlık

obezite epidemisini tek başına açıklayamamaktadır.

Ulusal politikaları desteklemek için uluslararası eylem gereklidir. Obezite artık zengin toplumlarda görülen bir sendrom değildir; gelişmekte olan ve özellikle küreselleşme bağlamında geçiş ekonomisine sahip ülkelerde öne çıkmakta olan bir sorundur. Sektörler-arası eylem zorlu bir çaba anlamına gelmektedir ve şu ana dek hiçbir ülke epidemiyi kontrol altında tutmayı etkin şekilde başaramamıştır. Kilit önlemlerin bir çoğu hem içerik hem de etki itibarıyla sınır ötesi olduğundan dolayı obezite ile mücadele için uluslararası alanda koordine edilen güçlü bir eylem başlatmak fırsat olduğu kadar zorluk anlamına da gelmektedir.

Ne yapılabilir: hedefler, ilkeler ve eylem çerçevesi

Obezite epidemisi geri dönülemez değildir. Bu eğilimi tersine çevirmek ve epidemiyi kontrol altına almak mümkündür. Sorunun kökeni insanların yaşam tarzlarını etkileyen hızla değişen sosyal, ekonomik ve çevresel belirleyicilere uzandığı için bu ancak kapsamlı bir eylem ile gerçekleştirilebilir. Vizyon, diyet ve fiziksel aktivite ile ilgili sağlıklı yaşam stillerinin birer norm olduğu, sağlık hedeflerinin ekonomi, toplum ve kültüre ilişkin hedefler ile paralel hale getirildiği ve bireyler için sağlıklı seçimlerin daha erişilebilir ve kolay olduğu sağlıklı yaşam tarzına sahip toplumlar oluşturmaktır.

Epideminin dizginlenmesi ve mevcut eğilimin geriye çevrilmesi Bölge'deki eylemin nihai hedefidir. Gelecekteki 4-5 yıl içinde çoğu ülkede, özellikle çocuklar ve adölesanlarla ilgili görülebilir bir ilerleme kaydedilmeli ve en geç 2015 yılı itibarıyla mevcut eğilim geriye çevrilmiş olmalıdır.

DSÖ Avrupa Bölgesi'ndeki eylemlere aşırıya gidilmeden ilkelere yön verilmelidir:

Farklı sektörler arasında seferberlik başlatılması ve sinerji yaratılması için üst-düzye siyasi irade ve liderlik ile birlikte hükümetin tam bağlılığı da gereklidir.

Obeziteye karşı eylem, daha geniş çaplı olarak sürdürülebilir gelişme bağlamında, bulaşıcı olmayan hastalıklar ile sağlığı iyileştirmeye yönelik çalışmaları ele alan genel stratejiler ile ilişkilendirilmelidir. Diyet ve fiziksel aktivitenin iyileştirilmesi, aşırı kilo ve obezitenin azaltılmasına yönelik yararlarının ötesinde, halk sağlığı üzerinde büyük

ve hızlı bir etki meydana getirecektir.

Bireylerin sorumlulukları ile hükümet ve toplumun sorumlulukları arasında bir denge kurulmalıdır. Obezite konusundaki sorumluluğu bireylerin yalnızca kendilerine yüklemek kabul edilebilir olmamalıdır.

Her ülke ya da bölgenin kendi kültürel bağlamı içinde bir eylem başlatmak ve sağlıklı diyet ile fiziksel aktiveden kaynaklanan memnuniyeti dile getirmek son derece önemlidir.

Her düzeyde (ulusal, alt-ulusal ve yerel) hükümet, sivil toplum, özel sektör, meslek ağları ve medya ile uluslararası örgütler gibi tüm paydaşlar arasında bir ortaklık meydana getirmek esastır.

Özellikle enerji-yoğun gıda ve içeceklerle yönelik pazar baskısının yönetmelikler açısından daha az kontrol altında olan ülkelere kaydırılmasını engellemek için Bölge'nin farklı bölümlerinde uygulanan politika örnekleri arasında eşgüdüm sağlanmalıdır. DSÖ, hükümetlerarası eşgüdümün sağlanmasında ve desteklenmesinde rol oynayabilir.

Çocuklar ve gençler gibi, deneyimsizlik ve sağlığın ticari faaliyetler açısından bir istisna odağına dönüştürülmemesi gerektiği

hassas ve etkiye açık gruplar ile özel olarak ilgilenilmelidir.

Sağlıklı seçimler yapmak konusunda daha fazla engel ve sınırla karşı karşıya kalan düşük sosyoekonomik düzey nüfus gruplarını desteklemek de yüksek önceliğe sahiptir. Bu nedenle, sağlıklı seçimlere erişim ve bu seçimlerin ekonomik yönden erişilebilirliği (ucuzluğu) kilit hedef olmalıdır.

Ticaret, ziraat, ulaşım ve şehir planlaması alanlarının yanı sıra ekonomi alanında geliştirilen politikaların da halk sağlığına yönelik hedefler üzerindeki etkisi öncelikli olarak düşünülmelidir.

Bu ilkeleri eyleme dönüştürmek için temel aktörler, politika araçları ve ortam arasında bağlantı kuran bir çerçeveye ihtiyaç vardır.

Tüm ilgili hükümet sektörleri ve kademeleri rol oynamalıdır. Bu işbirliğini sağlamak amacıyla uygun kurumsal mekanizmaların işletilmesi gerekmektedir.

Sağlık bakanlıkların, çok-sektörlü eylemi savunarak, teşvik ederek ve bu konuda rehberlik ederek öncü rol oynamalıdır. Sağlık sektörü çalışanları ve sağlık hizmeti kullanıcıları arasında sağlıklı seçimlerin kolaylaştırılması için örnek teşkil etmelidir. Yüksek risk grubunda yer alan ve halihazırda fazla

Obezite epidemisini kontrol altına almak mümkündür. Sorunun kökeni insanların yaşam tarzlarını etkileyen hızla değişen sosyal, ekonomik ve çevresel belirleyicilere uzandığı için bu ancak kapsamlı bir eylem ile gerçekleştirilebilir. Vizyon, diyet ve fiziksel aktivite ile ilgili sağlıklı yaşam stillerinin birer norm olduğu, sağlık hedeflerinin ekonomi, toplum ve kültüre ilişkin hedefler ile paralel hale getirildiği ve bireyler için sağlıklı seçimlerin daha erişilebilir ve kolay olduğu sağlıklı yaşam tarzına sahip toplumlar oluşturmaktır.

kilolu ya da obez olan insanlar söz konusu olduğunda, önleyici tedbirler oluşturmak ve bunların uygulamasını iyileştirmek; tanı, tarama ve tedavi hizmetleri sağlamak açısından sağlık sistemi oldukça önemli bir



Obezite epidemisini kontrol altına almak mümkündür. Sorunun kökeni insanların yaşam tarzlarını etkileyen hızla değişen sosyal, ekonomik ve çevresel belirleyicilere uzandığı için bu ancak kapsamlı bir eylem ile gerçekleştirilebilir. Vizyon, diyet ve fiziksel aktivite ile ilgili sağlıklı yaşam stillerinin birer norm olduğu, sağlık hedeflerinin ekonomi, toplum ve kültüre ilişkin hedefler ile paralel hale getirildiği ve bireyler için sağlıklı seçimlerin daha erişilebilir ve kolay olduğu sağlıklı yaşam tarzına sahip toplumlar oluşturmaktır.

role sahiptir.

Tarım, gıda, maliye, ticaret ve ekonomi, tüketici meseleleri, kalkınma, ulaştırma, şehir planlaması, eğitim ve araştırma, toplumsal refah, çalışma, spor, kültür ve turizm alanlarında faaliyet gösteren ilgili tüm bakanlık ve kurumlar sağlığı iyileştirici politikalar ve eylemler geliştirmede son derece önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca bu durum, kendi alanlarında da bu kurumlara yarar sağlayacaktır.

Yerel yönetimlerin, fiziksel aktivite, hareketli yaşam ve sağlıklı beslenmeye elverişli ortamlar ve bu bağlamda fırsatlar yaratmada çok büyük bir potansiyeli ve önemli rolü bulunmaktadır ve bu mercilere çalışmalarıyla destek verilmelidir.

Sivil toplum politikası yanıtını destekleyebilir. Kamuoyu farkındalığını ve yenilikçi yaklaşımlara kaynak olarak eylem talebini artırmak açısından sivil toplumun aktif katılımı önemlidir. Hükümet-dışı kuruluşlar (Sivil Toplum Örgütleri), obezite ile mücadele stratejilerini destekleyebilir. İşveren, tüketici, aile, gençlik, spor dernekleri ile diğerleri ve sendikalar bu konuda önemli rol üstlenebilir. Sağlık çalışanlarının örgütleri ise üyelerinin önleyici eylemlere tam anlamıyla katılımını sağlamalıdır.

Özel sektör, sağladığı çalışma ortamındaki



sağlıklı seçimlerin artırılması da dahil olmak üzere daha sağlıklı bir ortam oluşturulmasında önemli rol oynamalı ve sorumluluk üstlenmelidir. İlk üreticiden perakendeceye kadar bütün bir gıda zincirinde faaliyet gösteren kuruluşlar bu kapsamda yer alır. Halk sağlığı politikası çerçevesinde tüketici eğitiminin de üstlenebileceği role ek olarak, üretim, pazarlama ve ürün bilgisi gibi alanlarda bu kuruluşlar kendi faaliyet alanlarındaki eylemlere odaklanmalıdır. Bununla birlikte, spor kulüpleri, hobi dernekleri ve inşaat şirketleri, reklamcılar, toplu taşımacılık, aktif turizm vb. sektörlerde düşen roller vardır. Özel sektör, daha sağlıklı tercihlere yatırıma yönelik ekonomik fırsatlara ışık tutarak her iki tarafın da kazanacağı kazan-kazan çözümlerinde yer alabilir.

Medya büyük sorumluluğa sahiptir. Bilgi ve eğitim verilmesi, farkındalığın artırılması ve bu alandaki halk sağlığı politikalarının desteklenmesi konusunda medyanın büyük sorumluluğu bulunmaktadır.

Sektörler-arası işbirliği yalnızca ulusal değil, uluslararası düzeyde de gereklidir. DSÖ, uluslararası eylem için teşvik, koordinasyon ve liderlik sağlamalıdır. Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO), Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (UNICEF), Dünya Bankası, Avrupa Konseyi, Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO), Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (OECD) gibi uluslararası örgütler etkin ortaklıklar kurabilir ve böylelikle ulusal ve uluslararası düzeyde çok-sektörlü işbirliği sağlanabilir. Avrupa Birliği (AB) ise, AB Mevzuatı, halk sağlığı politikası ve programları ile Diyet, Fiziksel Aktivite ve Sağlık Alanında Eylem Konulu Avrupa Platformu gibi araştırma ve faaliyetler ile bu

alandaki önemli rol oynayabilir.

Bu alanda rehberlik sağlamak ve sinerji oluşturmak için Diyet, Fiziksel Aktivite ve Sağlık Alanında Küresel Strateji, Avrupa Gıda ve Beslenme Eylem Planı ile Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların Önlenmesi ve Kontrolüne İlişkin Avrupa Stratejisi gibi mevcut uluslararası taahhütlerden yararlanılabilir. Ayrıca, uluslararası eylemde uyum ve tutarlılık sağlanması ile kaynakların verimli şekilde kullanımının en üst düzeye çıkarılması amacıyla Avrupa için Çocukların Ortamı ve Sağlık Eylem Programı (CEHAPE), Pan-Avrupa Ulaşım, Sağlık ve Çevre Programı (THE PEP) ve Codex Alimentarius'tan kendi bağlamlarında yararlanılabilir.

Politika araçları, ilgili düzenleyici tedbirlere verilen önemle birlikte, mevzuattan kamu/özel sektör ortaklığına kadar uzanan geniş bir yelpazede yer alır. Hükümet, mevzuat da dahil olmak üzere, düzenleyici eylemler aracılığı ile istikrar ve sürdürülebilirlik sağlamalıdır. Diğer önemli araçlar ise, yeniden politika oluşturulması, mali politikalar ile kamu yatırımı politikaları, sağlık sonuçlarının değerlendirilmesi, farkındalığı artırma ve tüketiciyi bilgilendirmeye yönelik kampanyalar, kapasite oluşturulması, araştırma, planlama ve izlemedir. Halk sağlığı odaklı bir bakış açısı ve paylaşılan halk sağlığı hedefleri ile kamu/özel sektör ortaklıklarını teşvik edilmelidir. Bir takım özel düzenleyici tedbirler arasında şunlar sayılabilir: çocuklara yönelik pazarlamaya ilişkin bir yasa oluşturulması gibi uluslararası düzeyde yaklaşımların geliştirilmesiyle, enerji-yoğun gıda ve içeceklerin, özellikle çocuklara yönelik ticari promosyonunun kapsamını ve etkisini belirgin şekilde azaltacak yönetmeliklerin kabulü ile bisiklet kullan-

mini ve yürümeyi teşvik edecek daha güvenli yolların inşa edilmesine ilişkin yönetmeliklerin kabulü.

Hem mikro hem makro düzeyde ve farklı ortamlarda eyleme geçilmelidir. Ev ve aileler, topluluklar, kreşler, okullar, işyerleri, ulaşım araçları, kent ortamı, iskan, sağlık ve sosyal hizmetler ile boş zamanı değerlendirmeye yönelik ortam, tesis ve imkanların önemi ayrıca büyüktür. Eylem, yerel, ulusal ve uluslararası düzeyi kapsamalıdır. Böylelikle, bireylerin, sunulan imkanları etkin şekilde kullanarak sorumluluk alması desteklenebilir ve teşvik edilebilir.

Eylem, daha sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite arasında optimal bir enerji dengesi kurulmasını amaçlamalıdır. Bilgilendirme ve eğitimin önemini yanı sıra, sosyal, ekonomik ve fiziksel ortamı daha sağlıklı bir yaşam tarzına dönüştürmek için gereken müdahalelere odaklanılmalıdır.

Anahtar olarak temel önleyici bir eylem paketi teşvik edilmelidir: ülkeler, kendi ulusal durum ve şartlarına ve politika geliştirme düzeylerine bağlı olarak, bu paket içinde kendi önceliklerini saptayabilir. Bu temel eylem paketinde şunlar yer alır: özellikle çocuklara yönelik pazarlama baskısının azaltılması, emzirmenin yaygınlaştırılması, meyve ve sebze gibi daha sağlıklı gıdaların mevcudiyeti ile bunlara erişimin iyileştirilmesi, daha sağlıklı gıdaların tercih edilmesini iyileştiren ekonomik tedbirler, sosyal açıdan dezavantajlı grupları desteklemek de dahil ekonomik açıdan daha kolay erişilebilir fiziksel egzersiz imkanları, işlenmiş gıdalarda (mamul) yağ, serbest şeker (özellikle eklenen) ve tuzun azaltılması, gıdaların gerektiğinde etiketlenmesi, daha iyi kent tasarımları ve ulaşım politikaları ile bisiklet kullanımı ve yürümenin yaygınlaştırılması, insanların boş zamanlarını değerlendirmek için fiziksel aktiviteye özendirilmesi konusunda yerel ortamlarda fırsatlar yaratılması, daha sağlıklı gıdalar ile günlük fiziksel aktivite fırsatlarının yaratılması, okullarda beslenme ve fiziksel eğitim, insanların çalışma ortamında daha sağlıklı beslenmesi ve daha fazla fiziksel aktivite yapması için motive edilmesi, ulusal gıdalar-bazında beslenme rehberleri ile fiziksel aktivite rehberleri geliştirilmesi ve sağlık davranışlarında bireylerin kendilerine uygun değişiklikleri benimsemesi.

Ayrıca, halihazırda fazla kilolu ve bu nedenle de yüksek risk altında olan insanlar-

da obezitenin önlenmesi ve obezite hastalığının tedavi edilmesine de özen gösterilmelidir. Bu alanda gerçekleştirilebilecek eylemler şunlardır: birinci basamak hizmetlerinde fazla kilo ya da obezitenin zamanında belirlenmesi ve etkin şekilde yönetilmesi, sağlık çalışanlarına obezitenin önlenmesi konusunda eğitim verilmesi, tarama ve tedaviye yönelik klinik rehberlerin geliştirilmesi. Öte yandan, obez kişilerin toplum nezdinde değeri artırılması (damgalanması) ya da obez kişilerin sayısının abartılması da her yaşta kaçınılması gereken davranışlardır.

Politika oluştururken ve uygularken etkisi kanıtlanmış başarılı müdahalelerden yararlanılmalıdır. Bu bağlamda, daha sağlıklı gıdaların tüketimi ve yeterli düzeyde fiziksel aktivite üzerindeki etkisi kanıtlanmış projeler yer almaktadır: okullarda öğrencilere meyve verilmesi, sağlıklı gıdaların daha makul şekilde ücretlendirilmesi, sosyo-ekonomik mahrumiyet bölgeleri ile işyerlerinde daha sağlıklı gıdalara erişim imkanının artırılması, öncelikli bisiklet güzergahları oluşturulması, çocukların okula yürüyerek gitmesinin özendirilmesi, sokak ve caddelerdeki aydınlatmanın iyileştirilmesi, merdiven kullanımının yaygınlaştırılması ve televizyon seyretmenin azaltılması. Ayrıca, okul programları ve aktif ulaşım gibi obezite karşıtı pek çok müdahalenin maliyet-etkinlik açısından son derece kazançlı olduğuna ilişkin de kanıtlar vardır. DSÖ Avrupa Bölge Ofisi, karar alıcılara başarılı uygulamalar ve vaka çalışmaları konusunda örnek sağlayacaktır.

İlerleme ve İzleme

Bu Şart, DSÖ Avrupa Bölgesi'nin tamamında obeziteye karşı eylemi güçlendirmeyi amaçlamaktadır. Mevzuat ve eylem planları da dahil olmak üzere ulusal politikalar ile düzenleyici eylemleri teşvik edecek ve etkileyecektir. Beslenme ve fiziksel aktiviteyi kapsayan bir Avrupa eylem planı, bu Şart tarafından belirlenen ilkeleri ve sunulan çerçeveyi özel eylem paketleri ile izleme mekanizmalarına dönüştürecektir.

Ulusal sağlık surveys sistemlerine dahil etmek üzere uluslararası açıdan karşılaştırılabilir çekirdek göstergelerin oluşturulması için bir süreç meydana getirilmelidir. Daha sonra bu veriler, savunma, politika oluşturma ve izleme amaçları için kullanılabilir. Böylelikle, politika ve eylemlerin düzenli olarak değerlendirilmesi ve gözden



Obezite epidemisini kontrol altına almak mümkündür. Sorunun kökeni insanların yaşam tarzlarını etkileyen hızla değişen sosyal, ekonomik ve çevresel belirleyicilere uzandığı için bu ancak kapsamlı bir eylem ile gerçekleştirilebilir. Vizyon, diyet ve fiziksel aktivite ile ilgili sağlıklı yaşam stillerinin birer norm olduğu, sağlık hedeflerinin ekonomi, toplum ve kültüre ilişkin hedefler ile paralel hale getirildiği ve bireyler için sağlıklı seçimlerin daha erişilebilir ve kolay olduğu sağlıklı yaşam tarzına sahip toplumlar oluşturmaktır.

geçirilmesi ile bulguların daha geniş kitlelere dağıtılması da mümkün olacaktır.

Azaltılan obezite ve buna bağlı hastalık yükü çıktıların görünür hale gelmesi zaman alacağı için ilerlemenin uzun vadede izlenmesi son derece önemlidir. DSÖ Avrupa düzeyinde, ilki 2010 yılı için olmak üzere, üç yıllık süre ile ilerleme raporları oluşturulmalıdır.

Kaynaklar

Preventing Chronic Diseases a Vital investment, WHO 2005

Fact sheet EURO/13/05, The challenge of obesity in the WHO European Region WHO 2003 , Obesity and Overweight

Onat A., Keleş İ., Sansoy V. and et all., Rising Obesity Indices in 10-year Follow-up of Turkish Men and Women: Body Mass Index Independent Predictor of Coronary Events Among Men. Türk Kardiyol Dern Arş 2001 ; 29 :430-436