



Bugün 4 Mart Dünya Obezite Günü!

Obezite ile ilgili aşağıdaki bilgilere ne kadar hakimsiniz?



Yanlış

Obezite dönemsel bir durumdur, **sağlık üzerine çok fazla etkisi yoktur.**

Obezite kronik, karmaşık, ilerleyici ve tekrarlayıcı bir hastalıktır. Dünya genelinde **her yıl 5 milyondan fazla kişi kilo ile ilişkili nedenlerden dolayı hayatını kaybetmektedir.**^{1,2}

Doğru

Yanlış

Obezite sadece dış görünüşü etkileyen bir durumdur. **Vücuda bir etkisi yoktur.**

Obezite, **200'den fazla hastalığa neden olabilir.** Tip 2 diyabet, kalp ve karaciğer hastalıklarının riskinin artmasına yol açabilir, kemik sağlığını ve üremeyi etkileyebilir, bazı kanserlerin riskini artırabilir.^{2,3}

Doğru

Yanlış

Obezite **yaygın görülmez.**

Obezite çok yaygın görülen bir hastalıktır. Ülkemizde **her 3 yetişkinden birinin fazla kilolu, birinin de obeziteli olduğu** raporlanmıştır.⁴

Doğru

Yanlış

Obezite ve kilo alımı **sadece çok yemek yemeye bağlı olarak gelişir.**

Obezite **çevresel, psikolojik, sosyal ve genetik faktörlerden etkilenmektedir.** Yani, çok faktörlü bir hastalıktır.¹

Doğru

Yanlış

Obezite tanısı **sadece kiloya bakılarak konur.**

Obezite teşhisi, kişilerin **kilo ve boyları ölçülerek ve vücut kitle indeksi (VKİ) hesaplanarak** yapılır. Bel çevresi gibi ek ölçümler obezite teşhisine yardımcı olabilir.¹

Doğru



QR kodu okutarak **kilonun sağlıklı aralıkta olup olmadığını** öğrenebilirsin.

Kilonuz sağlıklı aralıkta değilse mutlaka hekiminize danışın!

Referanslar: 1. World Health Organization. Obesity and Overweight. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> Erişim Tarihi: 22.02.2025
2. Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği. TEMD Obezite Tanı ve Tedavi Kılavuzu 2024. ISBN 978-625-95378-0-1.
3. MedSci KKF, et al. Diabetes Obes Metab. 2023; 25:2669-2679.
4. Sonmez A, et al. Int J Endocrinology. 2013;767202.