

## **Gençlere göre obezite başarı hissini azaltıp mutsuz ediyor**

**Beykoz Üniversitesi Meslek Yüksekokulu, 200 öğrenciyle yapılan araştırma kapsamında 'Gençlerin Obez Bireylere Yaklaşımı'nı inceledi. Gençlerin yüzde 61.9'u obez bireylerin obez olmayanlara göre daha az mutlu olduğunu ifade ederken, yüzde 62.4'ü obez bireylerin diğer insanlar kadar başarılı hissetmeyeceğini belirtti. Birçok katılımcı obez bireylerin daha az çekici görüldüğünü de söyledi**

Dünyada olduğu gibi Türkiye'de de obezite her geçen gün artıyor. Çocuklardan erişkinlere kadar her yaş grubundan insan fazla kiloları nedeniyle sağlık problemleri yaşıyor. Obezite ile ilgili Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) Türkiye Sağlık Araştırma Verileri de tehlikenin büyüklüğünü gözler önüne seriyor. Vücut kitle indeksiyle hesaplanan 2016 verilerine göre, 15 yaş ve üstü obez bireylerin oranı yüzde 19.6. Yani neredeyse her 5 kişiden 1'i obez. Cinsiyet ayrımına göre bakıldığında kadınlarda oranların yüksekliği dikkat çekiyor. Kadınların yüzde 23.9'unun obez, yüzde 30.1'inin ise obez öncesi aşamasında olduğu görülüyor. Erkeklerin de yüzde 15.2'si obez iken, yüzde 38.6'sının obez olmaya yakın olduğu ifade ediliyor.

Obezite oranlarındaki bu artış Beykoz Üniversitesi'ni de harekete geçirdi. Beykoz Üniversitesi Meslek Yüksekokulu "Gençlik Projesi" kapsamında 200 öğrenciye yöneltilen sorularla 'Gençlerin Obez Bireylere Yaklaşımı' incelendi. Meslek Yüksekokulu Müdürü Prof. Dr. Gülten Kaptan Ateşoğlu'nun danışmanlığında, Öğretim Görevlisi Burcu Dişli ve Öğretim Görevlisi Ahmet Çabuk tarafından yürütülen araştırmadan çarpıcı sonuçlar çıktı.

### **Haftada en az 1 kez fast food tercih ediliyor**

Araştırmada verilen cevaplara göre, gençlerin yüzde 19.3'ünün daha önce beslenme eğitimi aldığı, yüzde 30.4'ünün hiç spor yapmadığı, yüzde 37.6'sının haftada 1-3 ve yüzde 21.5'inin haftada 3-5 kere fast food ile beslendiği öğrenildi.

Yüzde 59.7'si obezitenin çoğunlukla sevgi ya da ilgi eksikliğini telafi etmek için yenilen yemekten kaynaklandığını belirtirken, yüzde 60.8'i birçok olguda biyolojik bir hastalıktan dolayı oluştuğunu, yüzde 72.4'ü genellikle aşırı yemek yeme nedeniyle ortaya çıktığını, yüzde 82.3'ü bireylerin kötü beslenme alışkanlıklarından dolayı karşı karşıya kaldığını belirttiler.

### **Başarı hissini azaltıyor**

Gençlerin yüzde 61.9'u obez bireylerin obez olmayan bireylere göre daha az mutlu olduğunu ve yüzde 62.4'ü ise obez bireylerin kendilerini diğer insanlar kadar başarılı hissetmeyeceğini düşündüklerini söylediler. Öğrencilerin birçoğunun obez bireylerin daha az çekici olduğu konusunda da görüşleri olduğu anlaşıldı.

Ateşoğlu, yaptıkları araştırmanın sonuçlarına göre Beykoz Üniversitesi öğrencilerinin genellikle obezite hakkında oldukça geniş bilgiye sahip olduğunu anlaşıldığını söyledi.