

Obezite, çocuklarda depresyon ve özgüven eksikliğine neden oluyor mu?

Yıldız Dallar (*), Şenay Savaş Erdeve (*), İlyas Çakır (*), Murat Köstü (*)

Özet

Aşırı kilo ve obezite prevalansı çocuklarda gittikçe artmakta ve depresyon, özgüven eksikliği ile davranış problemlerine neden olmaktadır. Bu çalışma ile depresyon ve özgüven eksikliğinin çocukluk obezitesi ile bağlantısı araştırılmıştır. Ekzojen obezite tanısı almış 40 çocuk, sağlıklı normal ağırlıktaki 40 çocukla karşılaştırılmıştır. Yaş ve cinsiyet açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktu, ancak depresyon ve özgüven eksikliği oranları obez grup için istatistiksel olarak daha yüksekti ($p<0.05$). Bu çalışma çocukluk obezitesinin psikolojik yönlerini ve bu durum için gereken psikolojik desteği vurgulamaktadır.

Anahtar kelimeler: Depresyon, obezite, özgüven

Summary

Does obesity lead to depression and self-esteem deficiency in children?

Overweight and obesity prevalence are increasing in children progressively and result in depression, self-esteem deficiency and behavioral problems. The relationship between depression and self-esteem deficiency and childhood obesity was investigated in this study. Forty children diagnosed to have exogenous obesity were compared with forty healthy children with normal weight. There were no statistically significant differences for age and sex between groups, but depression and self-esteem deficiency ratios were significantly higher for the obese group ($p<0.05$). This study emphasizes the importance of psychiatric aspects of childhood obesity and psychiatric support for this condition.

Key words: Depression, obesity, self-esteem

*Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Kliniği

Ayrı basım isteği: Dr. Şenay Savaş Erdeve, 10. Cadde Ağaçaşevan Sok. Elit Blok 3/18, Çayyolu-06830, Ankara
E-mail: senaysavas@yahoo.com

Makalenin geliş tarihi: 18.02.2005

Kabul tarihi: 14.09.2005

Giriş

Çocukluk çağı obezitesi günümüzde giderek artan sıklıkta görülmekte olup, önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir. Altı-onbir yaş aralığındaki çocukların %20'sinden fazlasının aşırı kilolu olduğu bildirilmiştir (1). Çok sayıda çalışmada çocukluk çağı obezitesinin, hem çocukluk döneminde hem de daha ileride erişkin hayatta, sağlık risklerinin artışıyla bağlantılı olduğu gösterilmiştir. Aşırı kilo ve obezite özgüven, vücut imajı ve sosyal hareketliliği de etkileyebilmektedir. Erişkinlerde obezitenin psikolojik rahatsızlık riskini artırdığı bilinmekte, ancak gerçek prevalans bilinmemektedir (2-5). Çocuklarda obezitenin psikolojik rahatsızlıklarla ilişkili olup olmadığı veya depresyonun obezite üzerine etkileri hakkında da bilinenler azdır. Bu çalışma ile depresyon ve özgüven eksikliğinin çocukluk çağında obezite ile bağlantısı araştırılmak istenmiştir.

Gereç ve Yöntem

Çalışmaya Çocuk Endokrinoloji polikliniğimizde obezite nedeniyle izleme alınan 7-15 yaş arasındaki 40 çocuk dahil edildi. Kontrol grubu obez olmayan ve anamnezde diğer sistemik hastalıklar açısından sağlıklı olan 40 çocuktan oluştu. Her çocuğun takvim yaşı belirlenerek, vücut ağırlığı ve boyu ölçüldü. Vücut kitle indeksleri hesaplandı. Çocukluk çağı obezitesi üzerine uzmanlaşmış panelin tavsiyelerine uygun olarak, vücut kitle indeksinin, "National Health and Nutrition Examination Survey" çalışmasında belirlenmiş yaş ve cinsiyete göre 95 persentilin üzerinde olması obezite olarak kabul edildi (6,7). Çalışma lokal etik kurul tarafından onaylandı.

Aynı psikolog tarafından değerlendirilen çocuklar için depresyon ölçeği olarak "Children's Depression Inventory" (CDI) özgün formun Türkiye uyarlanması kullanıldı. Bu ölçekte toplam puanın yüksek oluşu depresyon düzeyinin ya da şiddetinin yüksekliğini göstermekteydi. Bu ölçeğin Türkiye'de geçerlik ve güvenilirlik çalışması Dr. Belma Öy tarafından yapılmıştır. Öy'ün çocukluk depresyon ölçeği (ÇDÖ) kullanarak yaptığı alan çalışmasında, ortalama depresyon puanlarının 11.32 olduğu bildirilmektedir (8). Özgüven ölçeği ise "Piers-Harris Children's Self Concept Scale" in Türkiye'ye uyarlanması kullanılarak ölçüldü. İngilizce olan Piers-Harris Ölçeği'nin Türkçe çevirisi dil geçerliği (İngilizce formula eşdeğerliliği) ve Türkçeleştirilen ölçeğin güvenilirliği sınamış ve uygulanabilirliği kabul edilmiştir (9). Ölçekten alınan yüksek puan bireyin kendisi hakkında olumlu; düşük puan ise olumsuz düşünce ve duygulara sahip olduğunu göstermektedir. Elde edilen veriler SPSS 11.0 istatistik programı

yardımıyla independent sample t-test ve paired sample t-test kullanılarak değerlendirildi.

Bulgular

Tamamı sosyoekonomik olarak düşük seviyeden gelen çocuklarda, kontrol ve obez gruplar arasında yaş ve cinsiyet açısından bir farklılık yoktu ($p>0.05$). Kontrol grubuyla obez çocuklar karşılaştırıldığında, obez çocuklarda depresyon düzeyinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulundu ($p=0.001$). Obez çocuklarda özgüven ölçeği değerlendirilmesinde kontrol grubuna nazaran anlamlı düzeyde düşüklük saptandı

Tablo I. Obez ve kontrol grubunun özellikleri, depresyon ("Children's Depression Inventory") ve özgüven ("Piers-Harris Children's Self Concept Scale") skor karşılaştırmaları

	Obez (n=40)	Kontrol (n=40)	p değeri
Yaş aralığı (yıl)	7-15	7-15	>0.05
Yaş ortalaması (yıl±SS)	11.05±2.11	10.9±2.2	>0.05
Cinsiyet (Kız:erkek oranı)	1:1	1:1	>0.05
Vücut kitle indeksi kg/m ² (ortalama±SS)	16.3±2.3	25.2±2.1	<0.001*
Depresyon skoru (ortalama±SS)	10.62±4.24	7.8±3.21	0.001*
Özgüven skoru (ortalama±SS)	52.35±8.18	55.32±5.09	0.04**

*: p 0.001, **: p 0.05

($p=0.044$) (Tablo I).

Özgüven ve depresyon skorları, kız ve erkekler arasında farklılık göstermemek-

Tablo II. Cinsiyet farklılığının özgüven ve depresyon skoru üzerine olan etkisi

	Kız	Erkek	p değeri
Depresyon skoru	9.55	11.7	0.11
Özgüven skoru	53.35	51.35	0.44

teydi ($p=0.11$, $p=0.447$) (Tablo II).

Tartışma

Depresyon ve obezitenin prevalansında, adölesan yaşlardan başlayıp genç erişkin döneme uzanan bir artış olduğu bilinmektedir (10,11). Bu süreç boyunca depresyon ve obezite arasında nasıl bir ilişki olduğunun anlaşılması, obezitenin gelişiminin önlenmesi için müdahalelerin potansiyel hedefleri hakkında yararlı bilgiler sağlayabilecektir. Bu süreçte, adölesanlarda obezite ve major depresyon üzerine dört longitudinal çalışma vardır. Bu

çalışmaların ikisinde adölesanlarda depresyon varlığı ile erişkin hayatta obezite gelişimi ve vücut kitle indeksinde artış ile anlamlı bir longitudinal ilişki bulunmuştur (12,13). Karşıt olarak, diğer iki çalışmada adölesan depresyonu ile erişkin obezitesi arasında anlamlı bir longitudinal ilişki bulunmamıştır (14,15). Bizim çalışmamızda obez olan çocuklarda depresyon skoru, kontrol grubuna göre yüksekti. Ancak şu sorunun cevabını longitudinal bir izlem olmadığı için alamamıştık; obezite mi psikopatoloji riskini artırıyor yoksa psikopatoloji mi obezite riskini artırıyordu? DiPietro ve ark. erişkinlerde yaptıkları bir çalışmada,

depresyonun ağırlık değişikliğinde önemli bir rolü olduğunu ve depresif semptomlardaki değişikliklerin bir fonksiyonu olarak ağırlık değişikliğinin araştırılabileceğini epidemiyolojik verilere dayandırmışlardır (16).

Çocukluk çağında obezitenin varlığı çocuk özgüveni için zararlı olabilmesine rağmen, bu sorunun sıklığı ve yoğunluğu çelişkilidir. Allon (17), Sallade (18) ve Strauss (19) çalışmalarında obez çocuklarda azalmış özgüven düzeylerini ortaya çıkarmışlardır. Fakat, diğer bazı çalışmalarda özgüven normal düzeylerde saptanmıştır (20,21). Ülkemizden yapılan bir çalışmada klinik olarak obez olan adölesanlarda depresyon, davranış problemleri ve özgüven eksikliği gibi psikolojik problemler daha yüksek oranda bulunmuştur (22). Çalışmalar arasındaki mevcut ırk, yaş, gelir düzeyi yönünden olan farklılıklar, bu tutarsız bulgulardan sorumlu olabilir. Aynı zamanda, obez çocuklarda özgüven üzerine çalışmalar küçük, lokalize popülasyonlardaki gözlemlere dayandırılmıştır (17-21). Bizim çalışma

grubumuz az sayıda vaka örnekleme ile yapılmıştır, ancak düşük sosyoekonomik seviyeden bir örneklem olması nedeniyle, bu popülasyonda obez çocuklarda özgüvenin düşük olduğunu vurgulamak açısından değerli olduğunu düşünüyoruz.

Sonuç olarak, obezite çocuklarda depresyon ve özgüven üzerine etkili olmaktadır. Çocuk hekimleri ve halk sağlığı çalışanları, çocukluk ve adölesan obezitesinin zararlı psikolojik yönlerini saptamaya çalışmalı, tüm bu yönler akıld tutularak koruyucu önlemler alınması düşünülmelidir.

Kaynaklar

1. Strauss R, Pollack H. Epidemic increase in childhood overweight. JAMA 2001; 286: 2845-2848.
2. Eisenmann JC, Katzmarzyk PT, Arnall DA, Kanuha V, Interpreter C, Malina RM. Growth and overweight of Navajo youth: secular changes from 1995 to 1997. Int J Obes Relat Metab Disord 2000; 24: 211-218.
3. Must S, Strauss RS. Risks and consequences of childhood and adolescent obesity. Int J Obes Relat Metab Disord 1999; 23: S2-11.
4. Deckelbaum RJ, Williams CL. Childhood obesity: the health issue. Obes J 2001; 9: S239-243.
5. Mustillo S, Worthman C, Erkanli A, Keeler G, Angold A, Costello J. Obesity and psychiatric disorder: developmental trajectories. Pediatrics 2003; 111: 851-859.
6. Must A, Dallal GE, Dietz WH. Reference data for obesity: 85th and 95th percentiles of body mass index and triceps skin folds. Am J Clin Nutr 1991; 53: 839-846.
7. Himes JH, Dietz WH. Guidelines for overweight in adolescent preventive services: recommendations from an expert committee. Am J Clin Nutr 1994; 59: 307-316.
8. Öy B. Çocuklar için depresyon ölçeği: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Türk Psikiyatri Dergisi 1991; 2: 132-137.
9. Çataklı M, Öner N. Çocuklarda öz kavramı ölçeği: Piers-Harris Ölçeği'nin bir çeviri ve güvenilirlik çalışması. Boğaziçi Üniversitesi Dergisi 1986-1987; 12: 85-100.
10. Pine DS, Cohen E, Cohen P, Brook J. Adolescent depressive symptoms as predictors of adult depression: moodiness or mood disorder? Am J Psychiatry 1999; 156: 133-135.
11. Whitaker RC, Wright JA, Pepe MS, Seidel KD, Dietz WH. Predicting obesity in young adulthood from childhood and parental obesity. N Engl J Med 1997; 337: 869-873.
12. Goodman E, Whitaker RC. A prospective study of the role of depression in the development and persistence of adolescent obesity. Pediatrics 2002; 110: 497-504.

13. Pine DS, Goldstein RB, Wolk S, Weissman M. The association between childhood depression and adulthood body mass index. *Pediatrics* 2001; 107: 1049-1056.
14. Pine DS, Cohen P, Brook J, Coplan JD. Psychiatric symptoms in adolescence as predictors of obesity in early adulthood: a longitudinal study. *Am J Public Health* 1997; 87: 1303-1310.
15. Bardone AM, Moffitt TE, Caspi A, Dickson N, Stanton WR, Silva PA. Adult physical health outcomes of adolescent girls with conduct disorder, depression, and anxiety. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 1998; 37: 594-601.
16. DiPietro L, Anda RF, Williamson DF, Stunkard AJ. Depressive symptoms and weight change in a national cohort of adults. *Int J Obes* 1992; 16: 745-753.
17. Allon N. Self-perceptions of the stigma of overweight in relationship to weight losing patterns. *Am J Clin Nutr* 1979; 32: 470-480.
18. Sallade J. A comparison of psychological adjustment of obese versus nonobese children. *J Psychosom Res* 1973; 17: 89-96.
19. Strauss CC, Smith K, Frame C, Forehand R. Personal and interpersonal characteristics associated with childhood obesity. *J Pediatr Psychiatry* 1985; 10: 337-343.
20. Wadden TA, Foster GD, Brownell KD, Finley E. Self-concept in obese and normal-weight children. *J Consult Clin Psychol* 1984; 52: 1104-1105.
21. Mendelson BK, White DR. Relation between body-esteem and self-esteem of obese and normal children. *Percept Mot Skills* 1982; 54: 899-905.
22. Eremis S, Çetin N, Tamar M, Bukusoglu N, Akdeniz F, Göksen D. Is obesity a risk factor for psychopathology among adolescents? *Pediatr Int* 2004; 46: 296-301.