



T.C.
SAĞLIK BAKANLIĞI
Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü

Sayı : 82792155-323
Konu : 10 Mayıs Dünya Sağlık İçin Hareket
Günü

Hareketsiz yaşam, modern toplumlar için en önemli problemlerin başında yer almaktadır. Kronik hastalıkların ortak risk faktörlerinden biri olan fiziksel inaktivite (fiziksel hareketsizlik), dünya genelindeki ölüme neden olan risk faktörleri sıralamasında obezitenin de önünde dördüncü sırada yer almaktadır. Meme ve kolon kanserlerinin yaklaşık %21-25'inin, diyabetin %27'sinin ve iskemik kalp hastalığının %30'unun ana nedeninin fiziksel hareketsizlik olduğu tahmin edilmektedir. Fiziksel hareketsizlik yalnızca yetişkinler için değil, çocuklar ve gençler için de ciddi bir sağlık riski taşımaktadır.

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması 2017 ön sonuçlarına göre; Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün sağlık için fiziksel aktivite önerilerini karşılamayanların sıklığı 19 yaş ve üzeri bireylerde %37,6'dır. DSÖ ülkelerin 2025 yılına kadar obezite ve diyabetteki artış eğilimini durdurmaları, fiziksel olarak inaktif nüfus sıklığını %10 azaltmaları hedefi belirlenmiştir.

Bulaşıcı olmayan hastalıklarla mücadele için harekete geçmiş ve toplumun obezite ile mücadele konusunda bilgi düzeyini artırmak, yeterli ve dengeli beslenme ve düzenli fiziksel aktivite alışkanlığı kazanmasını teşvik etmek amacıyla Bakanlığımız tarafından Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı güncellenerek uygulanmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesinde fiziksel aktivitenin yararları konusunda toplum bilincini oluşturmak, iyi uygulamalara dikkat çekmek, sağlıklı davranışları ve yaşam tarzlarını teşvik etmek için 10 Mayıs günü "Sağlık İçin Hareket Et Günü" olarak belirlenmiştir ve ülkemizde de her yıl bugünün önemine dikkat çeken etkinlikler düzenlenmektedir.

Düzenlenen etkinliklerde faydalanmak üzere Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı web sayfasında yer alan Rehber ve broşürlere <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/beslenmehareket-anasayfa.html> adresinden, masa başında çalışan personele yönelik hazırlanan masabaşı egzersiz videosuna <http://hsgmtv.saglik.gov.tr/channel/video/beslenmehareket> adresinden ulaşılabilmektedir.

Bu kapsamda Bakanlığınız/Başkanlığınız tarafından gerekli değerlendirmenin yapılarak merkez ve taşra teşkilatlarınızın bilgilendirilmesi hususunda,

Gereğini bilgilerinize arz/rica ederim.

e-imzalıdır.
Uzm.Dr.Bekir KESKİNKILIÇ
Bakan a.
Genel Müdür Yardımcısı

Dağıtım:

Milli Eğitim Bakanlığı
Aile Çalışma Ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
Gençlik Ve Spor Bakanlığı
Adalet Bakanlığı
Milli Savunma Bakanlığı
Çevre Ve Şehircilik Bakanlığı
İçişleri Bakanlığı
Enerji Ve Tabii Kaynaklar Bakanlığı
Kültür Ve Turizm Bakanlığı
Hazine Ve Maliye Bakanlığı
Ulaştırma Ve Altyapı Bakanlığı
Dışişleri Bakanlığı
Tarım Ve Orman Bakanlığı
Sanayi Ve Teknoloji Bakanlığı
Ticaret Bakanlığı
Ankara Büyükşehir Belediyesi Başkanlığı