

TÜRK POLİS TEŞKİLATINDA VÜCUT KOMPOZİSYONUNUN FİZİKSEL UYGUNLUK VE PERFORMANS AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Assessment of Body Composition in Terms of Physical Fitness and Performance at the Turkish Police Organization

Gürhan KAYIHAN*
Gülfem ERSÖZ**

Özet

Polislerin görevi nedeniyle ortaya çıkan risklerle baş edebilmek amacıyla fiziksel, fizyolojik ve ruhsal yönden sağlıklı olmaları toplumun huzur ve güvenliği için önemlidir. Polislerin fiziksel, fizyolojik ve ruhsal yönden sağlıklı olma durumları Emniyet Teşkilatı Sağlık Şartları Yönetmeliğine (ETSSY) göre takip edilmektedir. Bu makale ETSSY'ye göre personel ve öğrencilerin sağlıklı bir boy-kilo oranına sahip olup olmadıkları tespit edilmesine yönelik düzenlemelerin nasıl yapıldığının anlatılması ve bu düzenlemelerin belirlendiği yönetmelik maddeleriyle ilgili geliştirilebilecek ve değiştirilebilecek önerilerde bulunmak amacını güzetmektedir. Emniyet Teşkilatı gibi özel bir kurumun taşıdığı görevin yüksek riski ile baş edebilmek, toplum desteğini almak ve toplumsal imajını güçlendirmek için personelinin global sorun olan obeziteden en az etkilenmesini sağlayacak gerekli önlemlerin alınması gerekir. ETSSY'nin hükümleri boy ve vücut ağırlığının kontrol edilmesi açısından yetersiz kalmaktadır. Bu nedenle ETSSY'nin ivedi olarak ilgili uzman akademik personelin görüşleri de alınarak değiştirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Vücut Kompozisyonu, Fiziksel Uygunluk, Obezite, Polis.

* Uzm. Fzt., Komiser, Emniyet Genel Müdürlüğü, Sağlık İşleri Dairesi Başkanlığı,
gkayihan@yahoo.com

** Prof. Dr., Ankara Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,
Gulfem.Ersöz@sports.ankara.edu.tr
PBD, 12(3) 2010, ss.67-82

Abstract

In order to overcome the risky situations that the police may encounter in the course of their duty, it is crucial that they be physically, physiologically, and psychologically healthy for the peace and safety of society. The General Directorate of Security relies on the Required Health Regulations of the Security Organization (RHRSO) while checking the health condition of its personnel. The aim of this article is to observe whether or not the police staff and students have a healthy height and weight relationship as prescribed in the RHRSO and to explain how the health regulations concerning one's height and weight are devised including making suggestions for the improvement and modification of the items regarding one's height and weight in the relevant regulation. In order to surmount the high risks of the mission, gain the support of society, and ameliorate its social image, the Security Organization deems it absolutely necessary that all measures be taken so that its personnel can be least affected by the global health problem namely obesity. The current items of the Required Health Regulations of the Security Organization are not sufficient for the checking and accurate evaluation of one's height and weight. This is why the Required Health Regulations of the Security Organization should be changed without delay through the opinions and suggestions of the relevant academic personnel that are experts on this subject.

Key Words: Body Composition, Physical Fitness, Obesity, Police.

Giriş

Polisin düzenlemekle görevli olduğu güvenlik; insanların en temel ihtiyaçlarından biri olup, herhangi bir tehlikeden uzak bulunma, emin ve rahat olma durumudur (Şafak, 1999:45). Güvenlik hizmetlerini yerine getiren polis görevinin gereği olarak bazı zorluklarla ve tehlikelerle karşı karşıyadır. Polis genel asayiş, halkın can ve mal güvenliğini korurken, öte yandan her türlü tehlikeye karşı kendi can güvenliğini de korumak durumundadır. Polislik mesleği yüksek risk taşıyan bir meslek olduğundan, bu risklerin ortaya çıkardığı olumsuz koşullarla mücadele etmek ve suçlarla mücadele konusunda yüksek efor sarf etmek durumundadır. Bu nedenle polis sağlıklı, dinç ve fiziksel kapasitesi üst düzeyde olmalıdır.

İyi bir polis, gerek fiziksel ve ruhsal sağlığını korumak, gerekse uzun yıllar verimli bir şekilde hizmet sunmak için düzenli olarak egzersiz ve spor yapmalıdır, bu sayede her türlü zorluğa karşı hazırlıklı ve dirençli olurken, aynı zamanda sağlıklı bir bedene sahip olacaktır (Zorba, 1999:48).

Polislerin görevi nedeniyle ortaya çıkan ve yukarıda açıklanan özel durumları nedeniyle fiziksel, fizyolojik ve ruhsal yönden sağlıklı olmaları toplumun huzur ve güvenliği için önemlidir. Bu nedenle Türk Polis Teşkilatının gelecekte amir ve memur olarak istihdam edeceği personelin fiziksel, fizyolojik ve ruhsal yönden yeterli olması için diğer devlet memurlarına uygulanan mevzuat hükümleri dışında birçok yasal düzenleme oluşturulmuştur. Emniyet Teşkilatı Sağlık Şartları Yönetmeliği, Polis Meslek Yüksek Okulları Giriş Yönetmeliği, Polis Koleji Giriş Yönetmeliği, Polis Akademisi Başkanlığı Güvenlik Bilimleri Fakültesi Eğitim-Öğretim Yönetmeliği ve Polis Meslek Eğitim Merkezlerine Giriş Yönetmeliklerinin hepsinde fiziki yeterlilikle ilgili asgari şartlar ve düzenlemeler belirlenmiştir. Bu sayede gelecekte birer polis olacak olan öğrencilerin ileride polislik mesleğini uzun yıllar verimli bir şekilde yapmaları amaç edilmiştir.

Polis adayları, mesleğe alınırken sağlıklarının tam olmasına dikkat edilmeli, mesleğin uygulanması sırasında gelişebilecek bozukluklar erkenden saptanıp hem kişinin, hem de toplumun haklarını koruyacak şekilde gerekli önlemler alınmalıdır.

657 sayılı Devlet Memurları Kanun'un 48. maddesinin B-2 bendinde devlet memuru olma şartlarından biri olarak "Kurumların özel kanun veya diğer mevzuatında aranan şartları taşımak" hükmü getirilmiştir. Emniyet Genel Müdürlüğü Sağlık İşleri Daire Başkanlığı, tüm teşkilat personelinin sağlık durumlarını değerlendirirken hukuki dayanağını 657 sayılı Devlet Memurları Kanun'undan alan Emniyet Teşkilatı Sağlık Şartları Yönetmeliği'ne (ETSSY) başvurmaktadır. ETSSY Emniyet Teşkilatının insan kaynağını sağlayan Emniyet Genel Müdürlüğüne bağlı eğitim-öğretim kurumlarına alınacak öğrencilerde, Emniyet Teşkilatına ilk atamalarda, öğrencilikte veya memuriyette hastalanma durumlarında, idari polisliğe geçişlerde, hizmet sınıfı değişikliklerinde ve atamalarda aranacak sağlık koşullarına ilişkin esas ve usulleri belirler.

ETSSY öğrenciliğe alınma, hastalık durumunda görevi sürdürme, hizmet değişikliği ve emekliye ayrılma esaslarını belirlemektedir. Yönetmelik, altı bölümden, toplam 28 maddeden ve 3 ekten oluşmaktadır. Hastalıklar branşlara göre sınıflandırılmış olup her bir hastalık branşı altında yer alan hastalıklar ise A, B, C, D ve E dilimlerine ayrılmıştır. A dilimi sağlık şartlarında personelin tam ve sağlam olması istenirken; personelin sağlık şartlarının bozulması durumunda hastalık ve bozuklukların ciddiyetine göre sırasıyla B, C, D ve E dilimine doğru bir gerileme gözükür.

A Dilimi sağlık şartları, genel olarak Emniyet Teşkilatına alınacak öğrencilerde aranan sağlık şartlarını belirler. A diliminde sağlık şartları yönünden öğrencilerin tam ve sağlam olması aranır. Öğrenciliğin sürdürülmesi için kişinin rahatsızlığının A veya B diliminde yer alması gerekmektedir. C, D veya E dilimleri öğrenciliğin sonlandırılmasını gerektirir.

Okullarından mezun olup birer polis olarak Emniyet Teşkilatında göreve başlamış personel için sağlık şartları öğrencilere göre farklıdır. Yönetmeliğin A ve B diliminde yer alan rahatsızlıklarda personel görevini sürdürür. C diliminde de görevi sürdürme söz konusu olmakla birlikte ayrıca kişinin sağlığı açısından gerekli görülürse, kişinin örneğin büro görevi veya destek hizmeti gibi biriminin az etkin hizmetlerinde çalışması sağlanabilir. D diliminde kişi malulen emekliye ayrılmakta, ancak isterse genel idari hizmetler sınıfında görevini sürdürebilmektedir. E dilimine giren rahatsızlıklar ise, hiçbir hizmet sınıfında çalışmaya olanak sağlamamaktadır ve emekliliğe sevk edilmesini gerektirmektedir.

Ancak; günümüzde gerçek anlamda fazla yağ sebebiyle oluşan şişmanlık ve ölüm arasındaki ilişkiyi ortaya koyan birçok çalışma olmasına rağmen; bu önemli konuda ETSSY’de şişmanlıkla ilişkili çok fazla hüküm bulunmamaktadır. Okullara fiziki yeterlilik ölçümleri ile kabul edilen öğrenci sonrasında öğrencilik hayatında ya da meslek hayatında boy ve kilolarında meydana gelen değişikliklere yönelik hiçbir düzenleme ETSSY belirtilmemiştir. Bu makale, ETSSY’nin personel ve öğrenciler için belirlediği sağlıklı bir boy-kilo oranına sahip olup olmadıklarının tespit edilmesine yönelik düzenlemelerin anlatılması ve bu düzenlemelerin belirlendiği yönetmelik maddeleriyle ilgili geliştirilebilecek ve değiştirilebilecek önerilerde bulunmak amacıyla yazılmıştır.

1. Türk Polis Teşkilatında Vücut Kompozisyonunun (Boy ve Vücut Ağırlığının) Fiziksel Uygunluk Açısından Değerlendirilmesi

Fiziksel uygunluk, genel anlamda aşırı yorgunluk olmaksızın kişinin fiziksel, fizyolojik ve psikolojik olarak iyi hissetmesi ile birlikte günlük aktiviteleri başarma yeteneğidir (PCPFS, 2009; USDHHS, 1996:17). Batılılardan tarafından kullanılan “Physical Fitness” karşılığı olarak ülkemizde “fiziksel uygunluk” ve “kondisyon” kelimeleri kullanılmaktadır (Zorba, 2001:46). Fiziksel uygunluk parametrelerinden biri olan vücut kompozisyonunun belirlenmesi; klinik sağlık bakımından, egzersiz bilimlerinde ve kilo kontrolünde önemli bir faktördür. Vücut kompozisyonu, beslenme alışkanlığı ve fiziksel aktivite arasındaki dengeyi yansıtmaktadır. Yalnızca vücut kilosu vücut kompozisyonun belirlenmesi açısından yanıltıcı olabilir (Salmi, 2003:29). Bu yanılgıyı önlemek için vücut kompozisyonunu değerlendirmek için yeni ve özellikli yöntemler bulunmuştur. Vücut kompozisyonu değerlendirme yöntemleri genel itibarıyla Laboratuvar ve Saha Teknikleri olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Vücut kompozisyonunu ölçmeye yarayan yöntemlerden bazıları; sualtı tartı yöntemi, bioelektrik direnç ölçüm (BIA), deri altı yağ kalınlığı ölçümleri (skinfold testleri), DEXA (Xray absorpsiyometri), nötron aktivasyon analizi, enfraruj etkileşimli ölçümler, magnetik rezonans görüntüleme ve diğer ölçüm (Bel Çevre Ölçümü, Bel-Kalça Oranı, Abdominal Çap Ölçümü ve VKİ) yöntemleridir. Şişmanlıkla ilgili saha çalışmalarında ise WHO (2000) tarafından beden kitle indeksi (BKİ) önerilmektedir (Ergun ve Baltacı, 1997:56; Heyward, 1998:154; Zorba, 2001:64).

Değerlendirme süreci kolay olması nedeniyle vücut kompozisyonu belirlenirken en çok kullanılan yöntemlerden biri vücut (beden) kitle indeksidir. Bireylerin kilogram birimiyle belirlenen vücut ağırlıkları, metre cinsinden elde edilmiş boy uzunluklarının karesine bölünmesi şeklinde formüle edilerek vücut kitle indeksi (VKİ) bulunmaktadır ve kg/m^2 ile ifade edilmektedir (Vücut Ağırlığı/Boy Uzunluğu²(m)) (Ergun ve Baltacı, 1997:57; ACSM, 1998:58).

Emniyet Teşkilatındaki personel ve öğrencilerin vücut kompozisyonlarının değerlendirilmesine yönelik sadece birkaç hüküm ETSSY’de bulunmaktadır. ETSSY’nin Yönetmeliğin Hastalık Branşlarının Sınıflandırılması bölümünde yer alan Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Madenin A-4, A-5, A-6 ve A-7 bentleri vücut kompozisyonun değerlendirilmesindeki usulleri belirler.

Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Maddenin A-4 bendinde “*Polis Kolejine alınacak öğrencilerde bedensel ve hormonal gelişim devam etmekte olduğundan; aşağıda verilen yaş-boy tablosuna göre (Tablo 1) değerlendirme yapılır.*” hükmü yer almaktadır.

Tablo 1: Polis Koleji Öğrencileri İçin Yaş Ve Cinsiyete Göre Boy Uzunluklarını Alt Sınırı (cm)

Yaş	Erkeklerde Boy (cm)	Kızlarda Boy (cm)
13 yaşından gün almamış olan	139	144
14 yaşından gün almamış olan	144	147
15 yaşından gün almamış olan	151	151
16 yaşından gün almamış olan	156	156

Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Maddenin A-5 bendinde “*Polis Koleji’nden Güvenlik Bilimleri Fakültesi ile Fakülte ve Yüksek Okul lisans programına alınacak öğrencilerde boy ve beden kitle indeksi şartı aranmaz.*” hükmü yer almaktadır.

Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Maddenin A-6 bendinde “*Liselerden Güvenlik Bilimleri Fakültesi ile Fakülte ve Yüksek Okul lisans programına ve Polis Meslek Yüksek Okulu Ön lisans programına alınacak öğrencilerin boyları en az erkeklerde 167 cm, bayanlarda 165 cm olacaktır.*” hükmü yer almaktadır.

Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Maddenin A-7 bendinde “*Liselerden Güvenlik Bilimleri Fakültesi ile Fakülte ve Yüksek Okul lisans programına ve Polis Meslek Yüksek Okulu Ön lisans programına alınacak öğrencilerin; herhangi bir hastalığa bağlı olmaksızın, beden kitle indeksi 15 (dahil) ile 30 (dahil) arasında olanlar öğrenciliğe kabul edilir.*” hükmü yer almaktadır.

Polisliğe alınmada getirilen boy ve kilo standardı sadece ülkemizde değil birçok ülkede de uygulanmaktadır. Almanya, Amerika Birleşik Devletleri, Arjantin, Rusya ve daha birçok ülke farklı sınırlarda da olsa fiziki özellikler açısından standart getirmişlerdir. İngiltere polisi boy ve vücut ağırlığı yönünden herhangi bir kısıtlama getirmemesine karşın fiziksel, fizyolojik ve boy-kilo oranı yönünden kabul edilebilir sınırlarda olma zorunluluğu getirmiştir (Çevik, 2008).

2. Polis Teşkilatında Vücut Kompozisyonunun (Boy ve Vücut Ağırlığının) Değerlendirilmesine Yönelik Eksiklikler ve Öneriler

Yukarıda belirtilen yönetmelik hükümleri dışında ETSSY’nde boy-kilo oranının belirlenmesine ilişkin başka bir madde bulunmamaktadır. Bu kapsamda Emniyet Teşkilatının bünyesine alacağı öğrenciler ve bünyesinde hizmetine devam eden polisler için bu hükümler doğrultusunda polislik mesleğinin gereklerini yerine getirip getiremeyeceğine, polislik mesleğinin zorlu koşullarını kaldırıp kaldıramayacağına karar vermesi gerekmektedir.

Boy uzunluğuna yönelik ETSSY asgari şartları belirlemiştir. Bu düzenleme Türk Silahlı Kuvvetleri Sağlık Yeteneği Yönetmeliği’nde (TSKSYY, 1986) belirlenen düzenlemelere göre ufak farklılık göstermekle birlikte genel olarak benzerdir. Değişik çalışmalarla belirlenen değerlere göre %3’lük persantil (yüzdeler dilim) değeri dâhil alt sınır uygulamaları getirilmiştir. Bu uygulama ile fiziksel gelişimi az olan kişilerin Emniyet Teşkilatına alınması engellenmiştir. Bu kuralın olumlu etkileri gözlenmiştir. Kayıhan ve Ersöz (2009) tarafından yapılan çalışmada Türkiye’de benzer yaş grubu üzerinde yapılan çalışmaya göre Polis Koleji Öğrencilerinin yaşlarına göre 8 cm.den daha fazla boy uzunluğuna sahip olduklarını belirlemişlerdir. Bunun nedenini ise; Ankara Polis Koleji öğrencisi olabilmek için Emniyet Teşkilatı Sağlık Şartları Yönetmeliği’ne göre gerekli olan yaşa göre boy uzunluklarına getirilen alt sınır uygulaması olduğunu düşünmüşlerdir. Boy uzunluğuna yönelik ETSSY herhangi bir üst sınır uygulaması koymamıştır. Hastalıklar nedeniyle ortaya çıkabilecek yüksek boy uzunluğuna sahip bireylerin Emniyet Teşkilatına alınmamasıyla ilgili ek düzenlemelerin yapılması gerektiği düşünülmektedir. Yaptığı görev nedeniyle benzer riskleri taşıyan Türk Silahlı Kuvvetlerinin yürürlükte olan TSKSYY’ne benzer olarak yeni bir hüküm eklenebilir. Türk Silahlı Kuvvetleri TSKSYY’de tablolarla belirlediği boy persantillerine göre 97. persantil (yüzdeler dilim) üzerinde boya sahip olanlar, kiloları ile birlikte değerlendirilerek, bir hastalığa sahip değilse Türk Silahlı Kuvvetlerine kabul etmektedirler.

Vücut ağırlığına yönelik ETSSY doğrudan herhangi bir düzenleme yapmamıştır. Ancak Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Maddenin A-7 bendinde dolaylı olarak beden kitle indeksi ile vücut ağırlığına yönelik düzenlemeler getirilmiştir. Ancak bu düzenleme Emniyet Teşkilatının insan kaynağını sağlayan Emniyet Genel Müdürlüğüne bağlı eğitim-

öğretim kurumlarına alınacak öğrenciler ve personel için yeterli olmadığı düşünülmektedir. Bu düzenlemeyle ilgili eksiklikler aşağıda belirtilmeye çalışılmıştır.

İlk olarak, Emniyet Teşkilatına orta ve üst kademedeki amir yetiştiren Polis Akademisi'nin veya Emniyet Teşkilatının ihtiyaç duyduğu branşlarda Fakülte ve Yüksekokulların öğrenci kaynağını sağlamak amacıyla kurulmuş, Emniyet Genel Müdürlüğüne bağlı parasız yatılı, resmi üniformalı bir eğitim-öğretim kurumu olan Polis Kolejine alınacak öğrencilerin olması gereken kilolarına ilişkin hiçbir hüküm ETSSY'de bulunmamaktadır. Emniyet Teşkilatına giriş zamanı adolesan döneme (13-16 yaş) rastgelen bu öğrencilerin bedensel ve hormonal gelişim devam etmekte ise de vücut ağırlığı veya beden kitle indeksine yönelik alt ve üst sınırların getirilmesi gerekmekte olduğu düşünülmektedir. Çünkü mevcut yönetmelik hükümlerine göre Polis Kolejine Giriş Sınavını başarıyla geçmiş morbid (hastalık derecesinde) bir obezin Emniyet Teşkilatına öğrenci olmasına ilişkin hiçbir engelleyici hüküm bulunmamaktadır. Örneğin 13 yaşında 139cm boy uzunluğuna sahip bir erkek öğrencinin kilosunun 77 kg ve üstü bir ağırlığa sahip olmasını engelleyen hiçbir hüküm bulunmamaktadır. Bu durumun engellenmesi için Emniyet Teşkilatının ilgili birimlerinin bu konuda çalışma yapması gerekmektedir. Çocukluk dönemi obezitesi, 21. yüzyılın en büyük rahatsızlığı ve sosyal ve ekonomik tehditlerinden biridir. 1980'den beri, aşırı kilolu çocukların yüzdesi iki kattan daha fazla artarken; bu oranın adolesanlarda üç kattan daha fazla arttığı belirlenmiştir (Lee ve Dietz, 2006:5). Çocukluk ve adolesan dönemde meydana gelen obezite endişe vericidir, çünkü çocukluk ve adolesan dönem obezlerin, yetişkinlik döneminde obez olma ihtimalleri diğer çocuklara göre daha fazladır (USDHHS, 2002:7). Yukarıda belirtilen olumsuzlukları engellemek ve gereken önlemleri almak önemlidir. Çünkü Polis Kolejlere aşırı kilolu ya da obez olarak alınan bireylerin ileride obez birer polis olarak görev yapmasını engelleyici hiçbir hüküm bulunmamaktadır.

Liselerden Güvenlik Bilimleri Fakültesi ile Fakülte ve Yüksek Okul lisans programına ve Polis Meslek Yüksek Okulu Ön lisans programına ve Polis Meslek Eğitim Merkezlerine alınacak öğrencilerin vücut ağırlığı ile ilgili düzenleme yine ETSSY'nin Dahili ve Harici Hastalıklar başlıklı I. Maddenin A-7 bendinde beden kitle indeksi ile dolaylı olarak yapılmıştır. Bu yönetmelik hükmüne göre beden kitle indeksi 15 ile 30 arasında olması gerekmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (2000) beden kitle indeksi sınıflandırması Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2: Dünya Sağlık Örgütüne Göre Vücut Kitle İndeksi (VKİ) Aralıkları (kg/m²)

Sınıflandırma	Ciddi Zayıflık	Zayıflık	Normal	Kabul Edilebilir Ağırlık	1.Derece Obez	2. Derece Obez	3. Derece Obez
VKİ Aralığı kg/m ²	≤16.5	16.5-18.4	18.5-24.9	25-30	30.1-35	35.1-40	40≥

Dünya sağlık örgütüne göre yetersiz beslenmenin bir göstergesi olan 16.5 kg/m² ve altı vücut kitle indeksi (VKİ) değerine sahip olmak ETSSY'ne göre öğrenci olmak için bir engel değildir. Yine her ne kadar kabul edilebilir ağırlık sınırları içerisinde olsa da normal kabul edilen değerlerin üstünde olan 25 kg/m² – 30 kg/m² VKİ aralığı da ETSSY'ne göre yine öğrenci olmaya engel bir durum değildir. Kabul edilebilir ağırlık sınıflandırmasında (overweight) yer alan öğrencilerin ilerde obez sınıflandırma girme ihtimali normal sınırlardaki öğrencilere göre daha yüksek ihtimaldir. Bu durum Emniyet Teşkilatında çalışan polislerin ilerde obez birer personel olma ihtimalini artırmaktadır.

Yapılan son çalışmalar, dünyanın ve ülkemizin giderek pasifleşmeye başladığını, hem erişkinlik hem de çocukluk çağında kilo artışı ve obezite prevalansında artış olduğu göstermektedir (USDHHS, 1996:11; Corbin ve Spain, 2001:3; Pangrazi ve Corbin, 1990:410; Pangrazi ve Corbin, 2002:16, Özdirenç ve Akın, 2005:26). Bu sebeple; obezite tüm ülkelerde görülen geniş dağılımı nedeniyle küresel bir sorundur. Şehirleşmenin getirdiği endüstrileşme ve teknolojik gelişmeler fiziksel hareketsizliği gittikçe artırmakta; gençlerin ve çocukların televizyon izleme, bilgisayar başında oturma, internet kafede oyun oynama gibi sedanter (hareketsiz yaşam) aktivitelerde harcanan zamanın artmasına neden olmaktadır (Özdirenç ve Akın, 2005:26, Welk ve Meredith, 2008:52,60). Ergenlik ve çocukluk dönem obezitesi dünyada özellikle ABD' de en büyük sağlık problemidir (Must ve Strauss 1999:1). Bu dönemde meydana gelen obezite erişkinlik çağı obezitesinin habercisidir ve hastalık ve ölüm riskini artırır. Fiziksel aktivitenin düşmesi ve sedanter yaşam obezitenin gelişmesine neden olan faktörlerdir (Heyward, 1998:156). Obezite; birçok ciddi hastalık türünde ve Tip 2 diyabet, yüksek tansiyon, dislipidemi,

koroner kalp hastalığı, safra kesesi hastalıkları, solunum sistem hastalıkları, çeşitli kanser türleri ve osteoartrit gibi hastalıkları kapsayan metabolik bozukluklarla ilişkilidir (USDHHS, 2002:1; Welk ve Meredith, 2008:52).

Böyle global bir sorunun engellenmesi ve personelin gelecekteki sağlık sorunlarını en aza indirmek Emniyet Teşkilatının görevleri arasındadır. Bu nedenle gerek toplum sağlığı gerekse Emniyet Teşkilatının görevlerini daha iyi yapması için ETSSY'de belirlenen 15-30 kg/m²lik sınırın daraltılması gerektiği düşünülmektedir. Bu sınırın daraltılması ile polis teşkilatında bulunan aşırı kilolu polislerin sayısı da azaltılmış olacaktır.

Ayrıca polis teşkilatına birer polis olarak girmek isteyen aşırı kilolu genç bireylerin kilo vermesini teşvik edecek ve toplum sağlığına önemli katkı sağlayacaktır. Polis teşkilatına katılmak için:

- Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi (ÖSYM) 2008 verilerine göre Polis Meslek Yüksek Okulu sınavına 84.392 aday,
- Eğitim Dairesi Başkanlığı 2008 verilerine göre Polis Meslek Eğitim Merkezine sınavına 25.000 aday,
- Polis Akademisi 2008 verilerine göre Güvenlik Bilimleri Fakültesine 1840 aday,
- Milli Eğitim Bakanlığı verilerine göre Orta Öğretim Kurumları Öğrenci Seçme Sınavına giren sınava giren 905.930 aday arasından başarı sırasına göre ilk 10.000 aday,

her yıl Emniyet Teşkilatına katılmak için başvuru yapmaktadır. Beden kitle indeksi değerlerine ait üst sınırlar aşağı çekilirse adaylarda bir teşkilata girip meslek sahibi olma arzusu kilo verme isteğinin artırıcı etkiye sahip olacağı düşünülmektedir.

Yaptığı görev nedeniyle benzer riskleri taşıyan Türk Silahlı Kuvvetlerinin yürürlükte olan TSKSYY'nin 25. maddesine göre 18 yaş üstü bireylerin Türk Silahlı Kuvvetlerinin Eğitim ve Öğretim kurumlarına öğrenci olarak kabul edilebilmesi için vücut kitle indeksinin alt sınırı 19 (kg/m²) üst sınırı 26 (kg/m²) olarak kabul edilmiştir. Bu uygulamanın Emniyet Teşkilatına alınacak adaylarda daha kullanılabilir ve birey-toplum sağlığı açısından daha yararlı olacağı düşünülmektedir.

Bu bölüme kadar eğitim ve öğretime alınacak aday öğrencilerde aranan boy-kilo şartlarına değindik. ETSSY'nde, öğrenciliğe kabul edilen

öğrencilerin öğrencilik yılları sırasında ve mezuniyet sonra mesleklere birer polis olarak başlayanların boy ve kilolarında istenen şartlara yönelik uygulamalar nasıl belirlenmiştir?

ETSSY eğitim-öğretim kurumlarına alınan 14-18 yaş grubu kişilerle, ilerleyen yaşlardaki çalışan personelin sağlık özellikleri farklı tutulmuş, zamanla yıpranma, hastalanma ve yaşlanma durumları ve meslekle ilgili olumsuz koşulların etkisi gözetilerek, görevini sürdürebilme ölçütleri ayrı tutulmuştur. Öğrencilerin ve çalışan personelin yer aldığı dilimlerin yorumlanmaları bu kişilerin yaşlarına bağlı farklı sağlık özellikleri taşıyabilmeleri göz önünde bulundurularak ayrıştırılmıştır. Rahatsızlığının derecesine göre, personelin sağlık durumuna uygun şekilde daha az etkin birimde görevini sürdürmesi sağlanarak, yılların bilgi ve becerisinden yararlanma sürdürülmektedir. Özetle ETSSY Emniyet Teşkilatına alınacak öğrencileri A dilimi sağlık şartlarına göre (Tam ve Sağlam) almakta-yken öğrencilik yıllarında B dilimi sağlık şartlarını, meslek hayatlarında ise C ve D dilimi sağlık şartlarını aramaktadır. Zamanla yıpranma, hastalanma ve yaşlanma durumları ve meslekle ilgili olumsuz koşulların etkisi ile ortaya çıkabilecek sağlık problemleri kabul edilebilir görülmektedir.

Örneğin Polis Koleji öğrencileri için okula girişte “Göz ve göz ekleri tam ve sağlam olacaktır. Göze ait hiçbir operasyon ve lazer müdahalesi geçirmemiş olacaktır.” hükmüne göre A Dilimi sağlık şartları aranırken, Öğrenciliğe girdikten sonra öğrencilerin gözlerinde meydana gelebilecek bozukluklar B dilimi sağlık şartlarında belirtilen “Her iki gözde ayrı ayrı 7 diyoptriye kadar olan (7 hariç) miyopi, hipermetropi ve astigmatizmalar.” hükmüne uygun ise rahatsızlığı öğrenciliğinin devam edilebilirliği açısından kabul edilebilir bulunmaktadır. Okuldan mezun olduktan sonra ise gözlerindeki rahatsızlık daha da artsa bile ETSSY’nin C dilimindeki “Her iki gözde ayrı ayrı 7-11 diyoptrilik (7 dahil 11 dahil) miyopi, hipermetropi ve astigmatizmalar.” hükmüne uygun rahatsızlığı bulunan personel mesleğini devam ettirebilir.

Ancak öğrenciliğe kabulden edildikten sonra öğrencilik hayatında ya da meslek hayatından personelin boy ve kilolarında meydana gelen değişikliklere yönelik hiçbir şart ve düzenleme ETSSY belirtilmemiştir. Öğrenciliğe beden kitle indeksi 15 (dâhil) ile 30 (dâhil) kg/m^2 arasında kabul edilen bir öğrencinin meslek yaşantısında boy ve kilo yönünden mesleğini devam ettirip ettiremeyeceğine yönelik hiçbir hüküm bulunmamaktadır. Bu eksik durum üniformalı bir meslek olan polisliğin hem

görsel imajına hem de halk arasında olan itibarına zarar vermektedir. Taşındığı görevin yüksek riski nedeniyle her polisin en önemli düşüncesi hayatta kalmaktır. İşi oldukça zor ve riskli olan polis görev esnasında ve dışında karşılaşılabileceği tehlikelerin farkında olmalıdır. Her zaman tetikte ve istekli olmayan memur kendisi, görev arkadaşı, çevredeki masum insanlar ve hatta bazen de suçlunun ciddi bir şekilde yaralanması veya ölmesi ile sonuçlanabilecek ciddi riskleri üzerinde taşımaktadır. Bu nedenle polis sağlıklı, dinç ve fiziksel kapasitesi üst düzeyde olmalıdır. Fiziksel uygunluk ve fiziksel performansı yüksek olan polisin, olaylara müdahalesinin daha verimli ve etkili olacağı düşünülmektedir. Çok aşırı kilolu ya da çok aşırı zayıf polis olmamalıdır. ETSSY'nde bu konuyla ilgili bir hüküm olmaması büyük bir eksikliktir. Olaylara etkin bir müdahale için sportif, fiziksel ve mesleki uygulamalı teknikler düzenli aralıklarla polisler için tekrar ettirilmelidir. Yüksek fiziksel uygunluk ve performansla sahip olmanın en önemli şartlarından biri kilo kontrolünün sağlanmasıdır.

Kitle iletişim araçlarının tüm gündemi belirlediği, kamunun tüm gelişmeleri çok yakından izlediği, markaların ve ambalajın ise içeriğinin çok önüne geçtiği günümüz toplumlarında, bu gelişme ve beklentilere anında uyum sağlayamayan örgütlerin ciddi sıkıntılar yaşadıkları bilinmektedir. İnsanlar artık uç örnekler, televizyon ekranından "prime time" de evinin içine giren ve hafızasına kazınan görüntülere inanmaktalar. Törenlerde, anma günlerinde, hükümet programlarında, meclis kürsülerinde, açık oturumlarda sarf edilen ambalajlı sözlerden çok, ekrandan gördüğü beş-on saniyelik çarpıcı görüntüler daha inandırıcı ve gerçektir (Sezer ve Kul'dan akt. Fidan, 1998:704). Bu bağlamda kitle iletişim araçlarıyla birçok kez tekrarlanan şişman polis imajının yıkılması gerekmektedir. Meslek yaşamında personele fiziksel egzersiz saatleri planlanmalı ve sporun bir yaşam tarzı haline getirilmesine yönelik çalışmalar yapılmalıdır. Bu ancak mevzuat hükümlerinin değiştirilmesi ile mümkündür.

Sonuç

Obezite tüm ülkelerde görülen geniş dağılımı nedeniyle global bir sorundur. Emniyet Teşkilatı gibi özel bir kurumun toplum desteğini almak ve toplumsal imajını güçlendirmek için personelinin bu global sorundan en az etkilenmesi için gerekli önlemleri alması gerekir. Yalnızca toplum desteğini almak ve toplumsal imajını güçlendirmek için değil taşıdığı görevin yüksek riski ile baş edebilmek için her polisin ideal bir kiloda

olması gerekir. Bu bağlamda Emniyet Teşkilatının insan kaynağını sağlayan Emniyet Genel Müdürlüğüne bağlı eğitim-öğretim kurumlarına alınacak öğrencilerde, Emniyet Teşkilatına ilk atamalarda, öğrencilikte veya memuriyette hastalanma durumlarında, idari polisliğe geçişlerde, hizmet sınıfı değişikliklerinde ve atamalarda aranacak sağlık koşullarına ilişkin esas ve usullerini belirleyen ETSSY'nin hükümleri yetersiz kalmaktadır. Bu nedenle ETSSY'nin ivedi olarak değiştirilmesi gerekmektedir.

Polis Kolejinde alınacak öğrencilerin olması gereken kilolarına ilişkin hiçbir hüküm ETSSY'de bulunmamaktadır. Emniyet Teşkilatına giriş zamanı adolesan döneme (13-16 yaş) rastgelen bu öğrencilerin bedensel ve hormonal gelişimine dikkat ederek vücut ağırlığı veya beden kitle indeksine yönelik alt ve üst sınırların getirilmesi gerekmektedir. Bu sınırlar belirlenirken alanında uzman akademik personelden ve Silahlı Kuvvetlerinin yürürlükte olan TSKSY'nden yararlanılabilir. Ayrıca Avrupa Birliği ve diğer gelişmiş ülkelerin polislerindeki uygulamalar karşılaştırılarak örnek bir uygulama programı oluşturulabilir.

Liselerden Güvenlik Bilimleri Fakültesi ile Fakülte ve Yüksekokul lisans programına ve Polis Meslek Yüksek Okulu Ön lisans programına alınacak öğrencilerin beden kitle indeksinin 15-30 kg/m² gibi büyük bir aralık yerine 19-26 kg/m² gibi daha kabul edilebilir bir aralığa daraltılması daha uygun olabilir.

Öğrenciliğe kabulden edildikten sonra öğrencilik hayatında ya da meslek hayatından personelin boy ve kilolarında meydana gelen değişikliklere yönelik hiçbir düzenleme ETSSY belirtilmemiştir. Personelin yaş ve mesleki yıpranmaları da göz önüne alınarak beden kitle indeksi aralıkları belirlenmelidir. Vücut (beden) kitle indeksi sadece mesleğe girişte değil, ayrıca meslek içerisinde belli aralıklarla ölçülerek kontrol edilmesi gerektiği düşünülmektedir. Personelin istenen vücut ağırlığına sahip olup olmadığı ETSSY'nde belirtilen diğer hastalıkların takibi nasıl yapılıyorsa o şekilde yapılması gerekmektedir. ETSSY'de diğer rahatsızlıklar derece ve şiddetine göre farklı dilimlerde yer aldığı gibi şişmanlığında değerlendirilerek dilimlere ayrılması gerekmektedir. Nasıl ruhsal rahatsızlığı nedeniyle polislik mesleğinin gereklerini yerine getiremeyecek, polislik mesleğinin zorlu koşullarını kaldıramayacak, kendisine veya başkalarına tehlike oluşturabilecek kişilerin, silahlı görevden uzaklaştırılmaları sağlanıyorsa aynı şekilde aşırı kiloları nedeniyle polislik mesleğinin zorlu koşullarını kaldıramayacak, kendisine veya başkalarına tehlike oluşturabile-

cek kişilerin, olması gereken vücut ağırlığına ulaşana kadar gerekli düzenlemelerin yapılması gerekmektedir. Kiloya göre belirlenecek uygun dilime vücut kompozisyonu açısından tekrar dönen personel aktif görevine dönebilmesi sağlanmalıdır.

Kaynaklar

ACSM., (1998), *ACSM.'s Guidelines for exercises testing and prescription*, 7. edition Philadelphia (PA): Lippincott, Williams and Wilkins Co., pp.57-85.

Corbin, Chuck; Franks, Don ve Spain Christine, (2001), “Healthy People 2010: Physical Activity and Fitness”, *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 3 (13), pp.1-16.

Çevik, Hasan Hüseyin, (2008), *Karşılaştırmalı Polis Yönetimi*, Ankara: EGM Yayınları.

EGM (Emniyet Genel Müdürlüğü), (2003), *Emniyet Teşkilatı Sağlık Şartları Yönetmeliği*, Resmi Gazete: (04/08/2003), Resmi Gazete Sayısı: 25189.

Ergun, Nevin ve Baltacı, Gül, (1997), *Spor Yaralanmalarında Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Prensipleri*, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.

Fidan, Yusuf, (1998), “Ülkemizde Polis İmajı ve Bunun Oluşumuna Sebepler”, *Polis Dergisi*, 26. Sayı, ss.704.

Heyward, H.Vivian, (1998), “Assessing Body Composition”, In: Heyward VH, eds. *Advanced Fitness Assessment And Exercise Prescription*. 3rd. ed. Champaign: (IL), Human Kinetics Pub; ss.145-176.

<http://www.fitness.gov/digest301.pdf>, (erişim tarihi: 04.11.2009)

<http://www.fitness.gov/digests/digest-september2006-lo.pdf>, (erişim tarihi: 04.11.2009)

<http://www.fitness.gov/fitness.pdf>, (erişim tarihi: 04.11.2009)

<http://www.northyorkshire.police.uk/index.aspx?articleid=441> (erişim tarihi: 08.03.2010).

- Kayihan, Gürhan ve Ersöz, Gülfem, (2009), “15-18 Yaş Grubu Adölesanlarda Obezite Tanısında ve Vücut Yağ Yüzdesinin Belirlenmesinde Kullanılan Farklı Yöntemlerin Karşılaştırılması”, *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (2), ss.107-16.
- Lee, M. Sarah; McKenna, L. Mary; Wechler Howell. ve Dietz, H. William, (2006), “The role of schools in preventing childhood obesity”, *President’s Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 7 (3), ss. 1-8.
- Milli Eğitim Bakanlığı, (2010), http://oges.meb.gov.tr/oks/docs/2008oksista/01_sayısal%20bilgiler.pdf (erişim tarihi: 08.03.2010)
- Must, Aviva ve Strauss, S. Richard, (1999), “Risks and consequences of childhood and adolescent obesity”, *Int. J. Obes. Relati. Metab. Disord.* (23), ss.1-11.
- ÖSYM, (2010), <http://www.osym.gov.tr/> (erişim tarihi: 08.03.2010)
- Özdirenç, Mehtap; Özcan, Ayşe; Akın, Fatma ve Gelecek Nihal, (2005) “Physical fitness in rural children compared with urban children in Turkey”, *Pediatrics International*, 47 (1), ss.26-31.
- Pangrazi, P. Robert ve Corbin, Chuck, (1990), “Age as a factor relating to physical fitness test performance”, *Research Quartely for Exercise and Sport*, (1), pp. 410-414.
- Pangrazi, P. Robert ve Corbin, Chuck, (2002), “Factors that Influence Physical Fitness in Children and Adolescents, Health Benefits of Physical Activity and Fitness in Children”, *Fitnessgram Reference Guide* Dallas, TX: The Cooper Institute.
- President's Council on Physical Fitness and Sports, (2009), *Fitness Fundamentals, “Guidelines for Personal Exercises Programs”*, <http://www.fitness.gov/fitness.htm>, (erişim tarihi: 19.03.2010)
- Salmi, A. Jukka, (2003), “Body Composition Assesment with segmental Multifrequency Bioimpedance Method”, *Journal of Sports Science and Medicine*, 2 (Suppl 3), pp. 1-29.
- Şafak, Ali; Bıçak, Vahit ve Şafak, A. Şükrü, (1999) *Polisin El Kitabı*, Ankara: Liberte.

- TSK (Türk Silahlı Kuvvetleri), (1986), *Türk Silahlı Kuvvetleri Sağlık Yeteneği Yönetmeliği*, Resmi Gazete (24/11/1986), Resmi Gazete Sayısı: 19291.
- U.S. Department of Health and Human Services. (2002), *Physical Activity Fundamental To Preventing Disease*, Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services Office of the Assistant Secretary for Planning and Evaluation, ss. 1-19.
- U.S. Department of Health and Human Services. (1996), *Physical Activity and Health: a Report of the Surgeon General*, Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers of Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion Pub, pp.11-50.
- WHO Expert Committee, (2000), “Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation”, *WHO Technical Report Series*, 894 (1), pp.1-253.
- Welk, J. Gregory ve Meredith, D. Maruli, (2008), *Factors that Influence Physical Fitness in Children and Adolescents*. In: Pangrazi RP, Corbin CB, eds. *Fitnessgram/ Activity Gram Reference Guide*. 3rd ed. Dallas: (TX), The Cooper Institute Pub., pp.52-60.
- Zorba, Erdal, (1999), *Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk*, Ankara: Gazi Kitapevi.
- Zorba Erdal, (2001), *Fiziksel Uygunluk*, Muđla: Gazi Kitapevi Yayınları.