

## DEPRESYON TANILI BİREYLERDE SARKOPENİ: PSİKOSOSYAL VE FİZİKSEL FAKTÖRLERİN ROLÜ

Caner Yeşiloğlu<sup>1</sup>, Ömer Fettahlıoğlu<sup>1</sup>, Lut Tamam<sup>1</sup>, Mehmet Emin Demirkol<sup>1</sup>, Zeynep Namlı<sup>1</sup>, Mahmut Onur Karaytuğ<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Adana

**Giriş:** Depresyon, duygudurum alanındaki bozulmaların ötesinde, bireyin bilişsel işlevlerini, davranış örüntülerini ve fiziksel kapasitesini olumsuz etkileyen çok yönlü bir tablodur. Özellikle son yıllarda depresyon ile sarkopeni arasındaki ilişki, inflamatuvar süreçler, hormonal değişiklikler ve beslenme alışkanlıkları üzerinden daha fazla incelenmektedir. Bu çalışma, depresyon tanılı bireylerde kas gücü ile benlik saygısı arasındaki bağlantıyı ortaya koymayı amaçlamaktadır.

**Yöntemler:** Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi psikiyatri polikliniğine başvuran 35 katılımcıya sosyodemografik veri formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Hamilton Depresyon Ölçeği, Hamilton Anksiyete Ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların kas gücünün belirlenmesi el bilek gücü ölçer el dinamometresi ile belirlenmiştir. Depresif bozukluk dışı psikiyatrik tanısı olan olgular, kas gücüne kaybına neden olacak tedavi altında olanlar, kas kaybı ve yıkımına neden olan malignite, romatolojik hastalık tanısı olan olgular çalışmadan dışlanmıştır. Elde edilen veriler korelasyon ve çoklu regresyon analizleriyle incelenmiştir. (Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul Onay No: 58, 07.02.2025)

**Sonuçlar:** Analizler, kas gücü ile benlik saygısı puanları arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir ( $r = -0.449$ ,  $p = 0.008$ ). Bu bulgu; benlik saygısı puanı yükseldikçe yani özsaygı düştükçe, kas gücünün azaldığını göstermektedir. Ayrıca benlik saygısı ile beden kitle indeksi arasında da anlamlı bir negatif ilişki bulunmuştur ( $r = -0.343$ ,  $p = 0.047$ ).

**Tartışma ve Sonuç:** Düşük özsaygının, depresyon tanılı bireylerde fiziksel güç kaybına eşlik edebileceği görülmektedir. Bu durum, psikolojik iyilik halinin yalnızca ruhsal değil, bedensel performans üzerinde de belirleyici olabileceğini düşündürmektedir. Özsaygının azalması, bireyin günlük yaşamda fiziksel aktiviteye katılım isteğini, kas gücünü koruma motivasyonunu ve sağlıklı yaşam davranışlarını olumsuz yönde etkileyebilir. Bu durum, zaman içinde sarkopeni gelişme riskini artırabilecek bir döngüye yol açmaktadır. Bulgular, depresyon tedavisinde yalnızca duygudurumun düzenlenmesinin yeterli olmayabileceğini, aynı zamanda özsaygıyı güçlendirmeye yönelik psikoterapötik müdahalelerin ve yaşam tarzı değişikliklerinin de tedavi planına entegre edilmesi gerektiğini düşündürmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sarkopeni, depresyon, benlik saygısı, beden kitle indeksi