

KAPGEM

KAMU POLİTİKALARI ARAŞTIRMA VE GELİŞTİRME MERKEZİ

SAĞLIKLI YAŞAM POLİTİKA RAPORU (İSPANYA ANALİZİ)



Editör
Prof. Dr. Fatih KIRIŞIK

Hazırlayanlar
Öğr. Gör. Zeynep Gözde GÜVEN LÜLECİ
Dr. Öğretim Üyesi Hatice Esra MESÇİOĞLU
Öğr. Gör. Ayşe ORDU
Öğr. Gör. Fırat LÜLECİ

KAPGEM-15

10.06.2026

GİRİŞ

İspanya, Avrupa Birliği ülkeleri arasında yüksek yaşam beklentisi, sağlık sorunlarının görece düşük düzeylerde seyretmesi ve sağlık hizmetlerinin yıllar içindeki gelişimi ile dikkat çekmektedir. İspanya'da ortalama yaşam süresi yaklaşık 84 yıl iken OECD ortalaması 81, Türkiye ortalaması ise 78 yıldır. İspanya, yetersiz sağlık hizmeti ve kötü çevre koşullarına bağlı ölüm oranları, bebek ölüm oranları OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development) ortalamasının altındadır. İspanya halkı, Akdeniz diyetine dayalı sağlıklı beslenme alışkanlıkları, yüksek fiziksel aktivite düzeyi, okullarda verilen beslenme ve sağlıklı yaşam eğitimi, düzenli yürüyüş ve bisiklet kullanımı gibi aktif ulaşım alışkanlıkları, güçlü sosyal bağlar ile açık havada vakit geçirme kültürü, düzenli sağlık kontrolleri ve tarama programlarına katılım, öğle yemeğinde uzun mola geleneğiyle desteklenen stres yönetimi ve iklimin elverişliliği sayesinde yıl boyunca sürdürülebilen açık hava etkinlikleriyle sağlıklı yaşam biçimini benimsemiş bir toplum olarak öne çıkmaktadır.

Bu anlayış İspanya'nın demokrasiye geçmesiyle daha da güçlenmiştir; 1975 sonrasında 1986 tarihli Genel Sağlık Yasası (Ley General de Sanidad) ile evrensel sağlık hizmetine erişimi hedefleyen kurumsal bir yapı oluşturulmuş ve 1990'lı yıllardan itibaren sağlık sistemi kapsamlı bir dönüşüm sürecine girmiş ve birinci basamak sağlık hizmetleri güçlendirilmiştir. 2003 tarihli “*Ulusal Sağlık Sisteminde Kalite ve Uyum Yasası*” (Ley de Calidad y Cohesión del Sistema Nacional de Salud) ile hizmet kalitesi, güvenliği ve kurumlar arası eşgüdüm artırılarak sistemin işleyişi daha düzenli hale getirilmiştir (Ministerio de Sanidad, 2003). 2000'li yıllarla birlikte ise hastalıkları tedavi etmekten çok önlemeye dayalı bir yaklaşım öne çıkmış; bu kapsamda AESAN (İspanya Gıda Güvenliği ve Beslenme Ajansı) tarafından yürütülen NAOS Stratejisi (Beslenme, Fiziksel Etkinlik ve Obezitenin Önlenmesi Stratejisi—*Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad*) ile sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam özendirilmiştir (AESAN, 2026). Okul kantinlerinde daha sağlıklı yiyeceklerin sunulması, gıda ürünlerinde tuz ve şeker oranının azaltılması, çocuklara yönelik sağlıksız gıda tanıtımlarının sınırlandırılması ve toplum genelinde fiziksel etkinliği artırmaya yönelik çalışmalar bu sürecin başlıca örnekleri arasında yer almaktadır. Ayrıca, AESAN eşgüdümünde yürütülen ALADINO çalışması (Beslenme, Fiziksel Etkinlik, Çocuk Gelişimi ve Obezite Araştırması – *Estudio de Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad*) ile çocukluk çağı obezitesine ilişkin düzenli veriler toplanarak karar alma süreçleri sağlam bir bilgi temeline

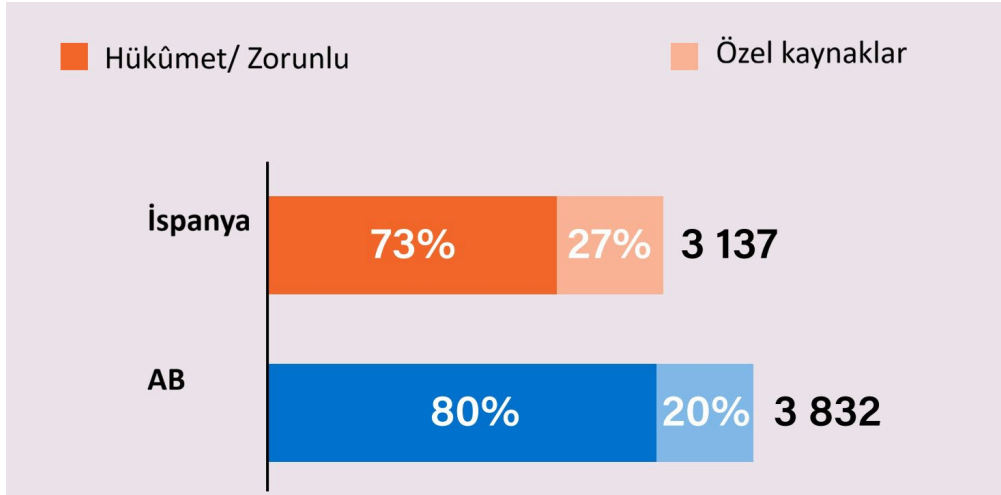
dayandırılmıştır. İspanya’da hastalık meydana gelmeden hastalığa sebep olan etmenleri ortadan kaldırmayı amaçlayan bir politika benimsenmiştir.

Karabük Üniversitesi Kamu Politikaları Araştırma ve Geliştirme Merkezi (KAPGEM) İspanya Politikaları Masası’nın hazırladığı bu rapor, İspanya sağlık politikalarının bazı olumlu örneklerini araştırmakta ve Türkiye açısından örnek teşkil edebilecek yönlerini ele almaktadır. Bunun için öncelikle İspanya’nın Sağlık Sistemi açıklanmakta, ardından bu politikaların uygulamadaki karşılıklarına yer verilmektedir.

1. İspanya Sağlık Sistemi

İspanya, 17 özerk bölgeden oluşan ve yaklaşık 49 milyon nüfusa sahip bir Avrupa ülkesidir. 1978 Anayasası ile bölgelere geniş özerklik tanınmış, her bölge kendi parlamento ve yönetim yapısına sahip olmuştur (Spanish Constitution, 1978). Benzer şekilde sağlık hizmetlerinin planlanması ve sunumu büyük ölçüde 17 özerk bölgenin sorumluluğundadır. Sağlık sistemi ağırlıklı olarak genel vergilerle finanse edilir, bireylerin sağlık hizmetlerine doğrudan ödediği pay OECD ülkelerine kıyasla düşüktür (OECD,2023).

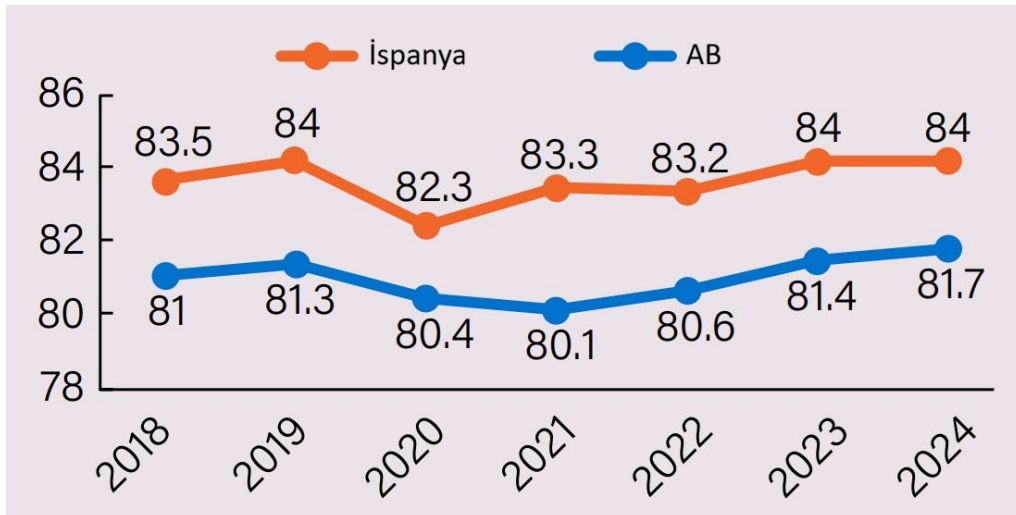
İspanya’da 2018 yılından beri iktidarda olan PSOE (Sosyalist İşçi Partisi) sağlık alanında daha çok eşitlik, erişim ve kamu sistemini güçlendirme odaklı politikalar uygulanmıştır (Web Oficial del Presidente del Gobierno y el Consejo de Ministros, 2026). Hükümet İspanya’da yaşayan göçmenler dahil herkesin sağlık hizmetine erişimini sağlamış (Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado, 2026), kronik hastaların ve düşük gelir gruplarının ilaç ve tedaviye ulaşımını kolaylaştırmıştır. Aile hekimliği ve yerel sağlık merkezlerine daha fazla yatırım yaparak hastanelerin yükünü azaltmıştır. Ayrıca obeziteye karşı, sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite gibi hastalıkları önleyici ve halk sağlığını destekleyen bir politika izlemiştir (Ministerio de Sanidad, 2022). Benimsenen politikaların sonuçlarını değerlendirebilmek için, ülkelerin sağlık profillerine ve ilişkili değişkenlere dair istatistiklerin verildiği evrensel kaynaklardan yararlanılması gerekmektedir. Bu nedenle, bu çalışmada OECD tarafından hazırlanan Health at a Glance: 2025 raporu ve European Observatory on Health Systems and Policies gibi kaynaklardan İspanya'ya ilişkin çeşitli istatistikler incelenmiştir. (European Observatory on Health Systems and Profiles, 2025).



Şekil 1. İspanya ve Avrupa Birliği Kişi Başına Sağlık Harcaması (Euro)

(Şekil European Observatory on Health Systems and Policies'ten uyarlanmıştır.)

Şekil 1'de görüldüğü üzere, kişi başına sağlık harcaması 3.137 euro ile AB ortalamasının %20 altındadır; ancak %73 kamu ve %27 özel finansmana dayanan yapısı ve güçlü birinci basamak sağlık hizmetleri sayesinde İspanya daha olumlu sağlık sonuçları elde edebilmektedir. Bununla birlikte, bireysel harcamaların %21 ile AB ortalaması olan %16'nın üzerinde olması; sağlık sisteminin yerinden yönetim esasına dayanması yani bölgesel otoritelerin geniş yetkilere sahip olması, hizmet sunumu ve kaynak dağılımında bölgeler arasında farklılıkların ortaya çıkması riskini taşır (European Observatory on Health Systems and Policies, 2023).



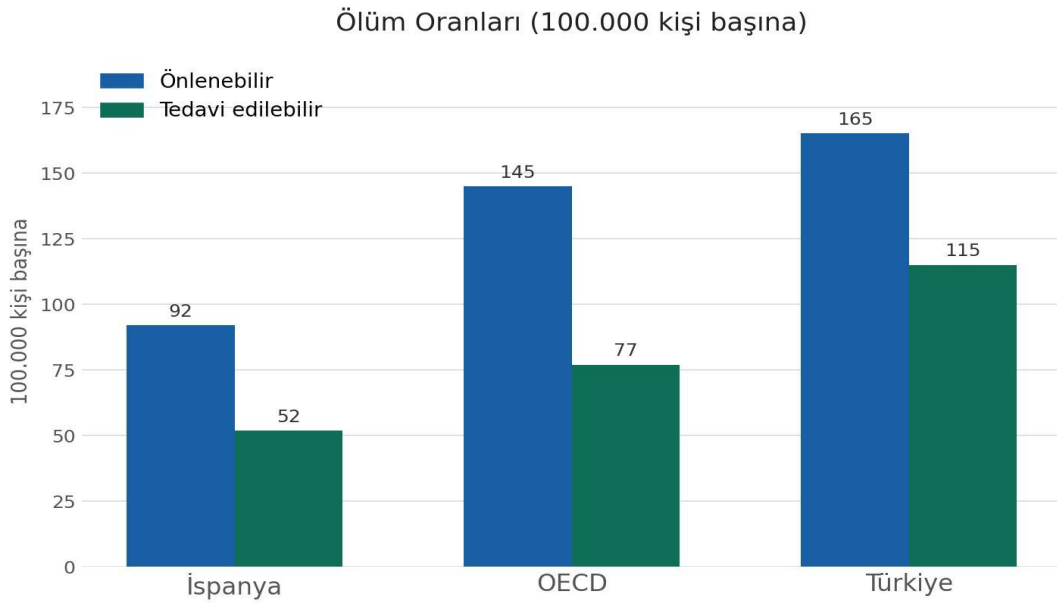
Şekil 2. İspanya ve Avrupa'da Ortalama Yaşam Süresi (2018-2024)

(Şekil European Observatory on Health Systems and Policies'ten uyarlanmıştır.)

Şekil 2’de görüldüğü üzere, İspanya’da ortalama yaşam süresi beklentisi 2020 yılında 82.3 iken, 2021 yılında 83.3 yaşa ilerlemiş; 2022 yılında çok düşük bir azalma ile 83.2 yaşa geriledikten sonra 2023 yılında 84 yaşa ulaşmıştır. 2025 OECD verilerine göre İspanya, Japonya ve İsviçre ile ortalama yaşam beklentisi en yüksek ülkeler arasında yer almaktadır (OECD, 2025).

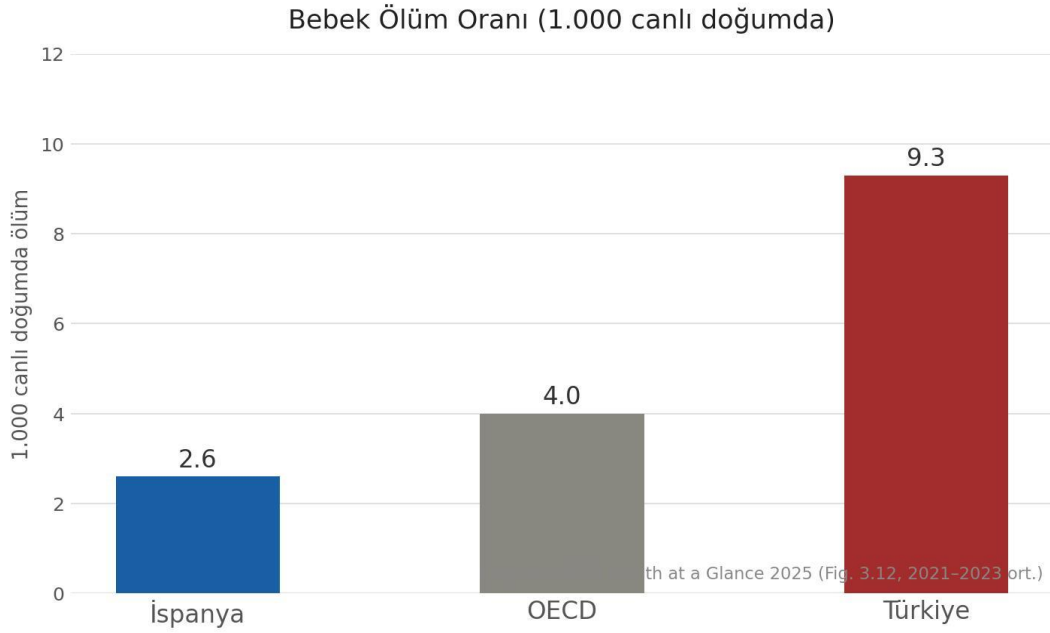
2. İspanya ve Türkiye Sağlık Sistemlerinin Karşılaştırılması

İspanya ve Türkiye gibi OECD üyelerinin genel nüfus sağlığı ve sağlık sistemleri hakkında kapsamlı bir gösterge sunan Sağlığa Genel Bakış (Health at Glance) Raporları incelendiğinde, kişi başına sağlık harcaması İspanya’da 4.639 Euro iken bu oran Türkiye’de 2.004 Euro düzeyindedir (OECD, 2025). İkinci olarak, 1000 kişi başına düşen doktor sayısı İspanya’da 4.4 iken Türkiye’de 2.4’tür; hemşire sayısı ise İspanya’da 5.9, Türkiye’de 2.9’dur.



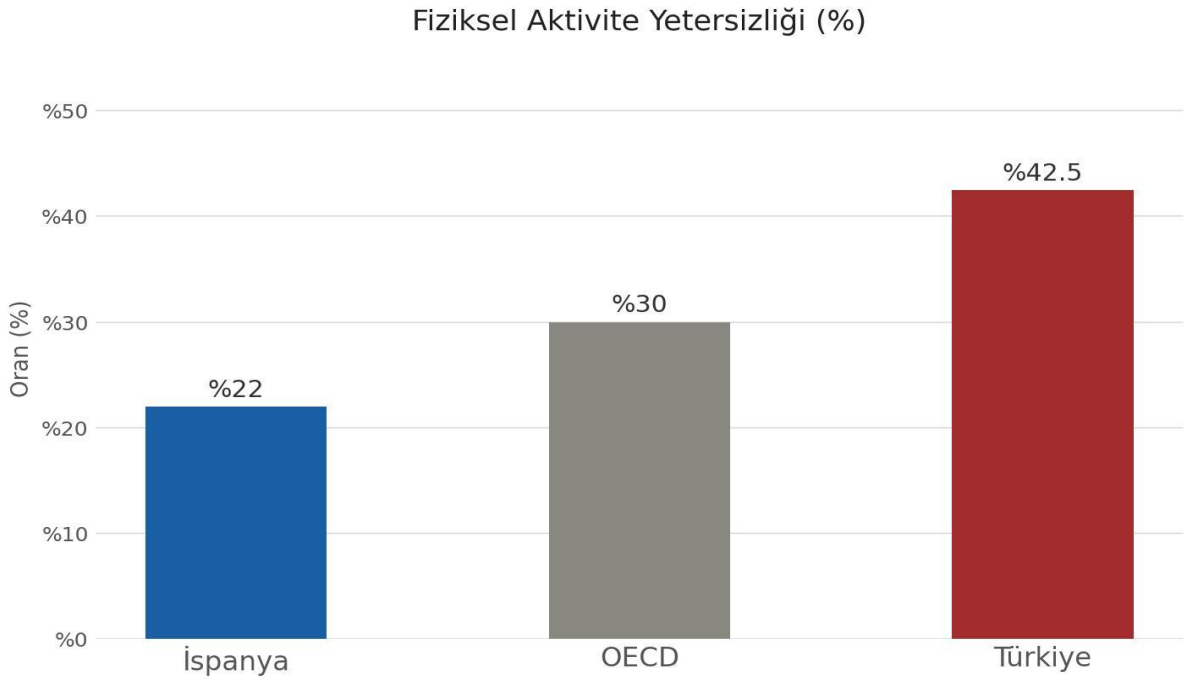
Şekil 3. Önlenebilir ve Tedavi Edilebilir Sağlık Sorunlarından Kaynaklanan Ölüm Oranları (OECD, 2025)

Şekil 3’te görüldüğü üzere, İspanya’da her 100.000 kişiden 92’si sigara kullanımı, obezite veya düzenli egzersiz yapılmaması gibi yaşam tarzı kaynaklı önlenebilir nedenlerle, 50’si ise zamanında teşhis konulsaydı tedavi edilebilecek kanser, kalp hastalığı veya diyabet gibi rahatsızlıklar nedeniyle hayatını kaybederken, bu rakamlar Türkiye’de sırasıyla 168 ve 119 olarak gerçekleşmektedir (OECD, 2025). Bebek ölüm oranları da bu farkı desteklemektedir; İspanya’da her 1.000 canlı doğumda yaklaşık 2,5 bebek hayatını kaybederken, bu rakam OECD ortalamasında 4,0, Türkiye’de ise 9-10 düzeyindedir (OECD, 2025).



Şekil 4. Bebek Ölüm Oranları (2021-2023 Ortalaması) (OECD, 2025)

Üçüncü olarak, İspanya'da obezite oranı %15 ile hem Türkiye'deki %20'nin hem de OECD ortalaması olan %19'un altında kalırken, fiziksel aktivite yetersizliği de Türkiye'deki %44'e kıyasla yalnızca %25 düzeyinde seyretmektedir.



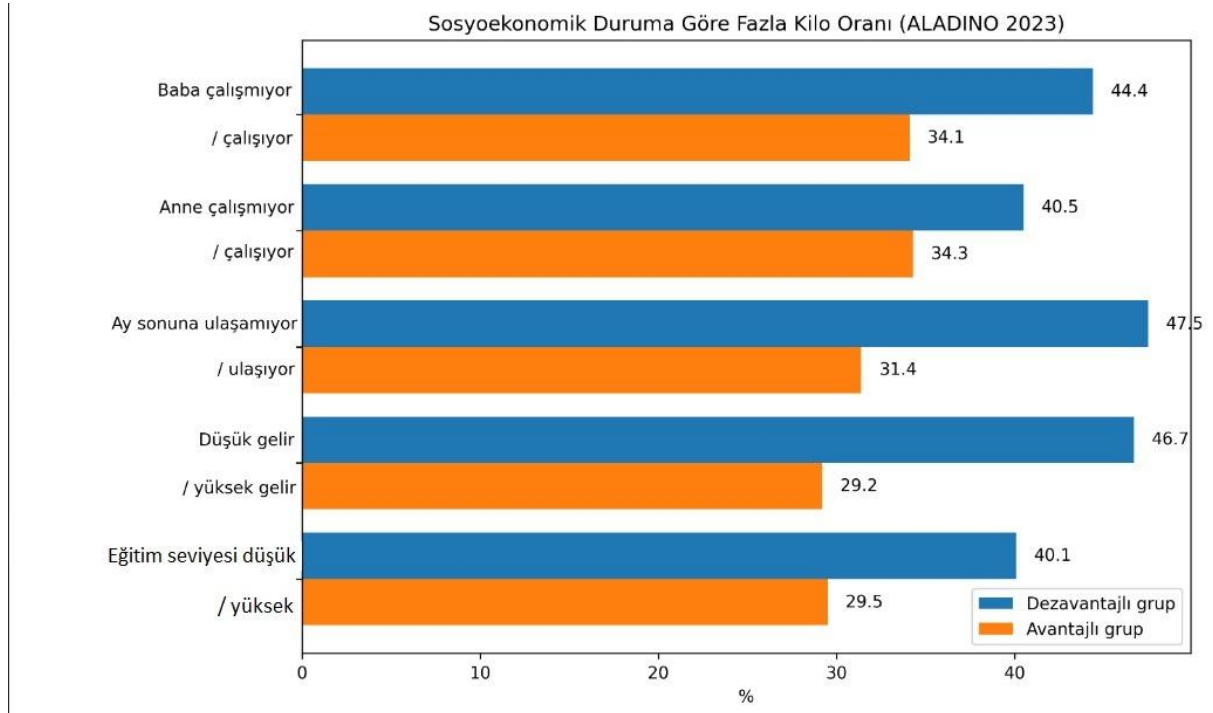
Şekil 5: Fiziksel Aktivite Yetersizliği (2021-2023 Ortalaması) (OECD, 2025)

Hava kirliliği oranlarının da Türkiye'den düşük olması İspanya'nın önleyici sağlık politikalarının toplum sağlığı üzerindeki olumlu etkisini yansıtmaktadır. Bununla birlikte, her iki ülke de sağlık hizmetlerine erişim açısından yüksek kapsayıcılık düzeyine sahiptir.

İspanya’da nüfusun tamamı, Türkiye’de ise %99’u temel sağlık hizmetleri kapsamında yer almaktadır. Hasta memnuniyeti İspanya’da %62, Türkiye’de %41’dir (European Observatory on Health Systems and Policies, 2023; OECD, 2025).

3. İspanya’da Sağlıklı Yaşam Profili

İspanya Gıda Güvenliği ve Beslenme Ajansı AESAN tarafından hazırlanan ALADINO 2023 (Beslenme, Fiziksel Etkinlik, Çocuk Gelişimi ve Obezite Araştırması (Alimentación, Actividad física, Desarrollo Infantil y Obesidad) raporu, çocukluk çağı obezitesinin yalnızca bireysel yaşam tarzı tercihleriyle değil, güçlü biçimde sosyo-ekonomik koşullarla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (AESAN, 2026). Şekil 6 İspanya’da sosyo-ekonomik duruma göre fazla kilo yüzdesini göstermektedir.

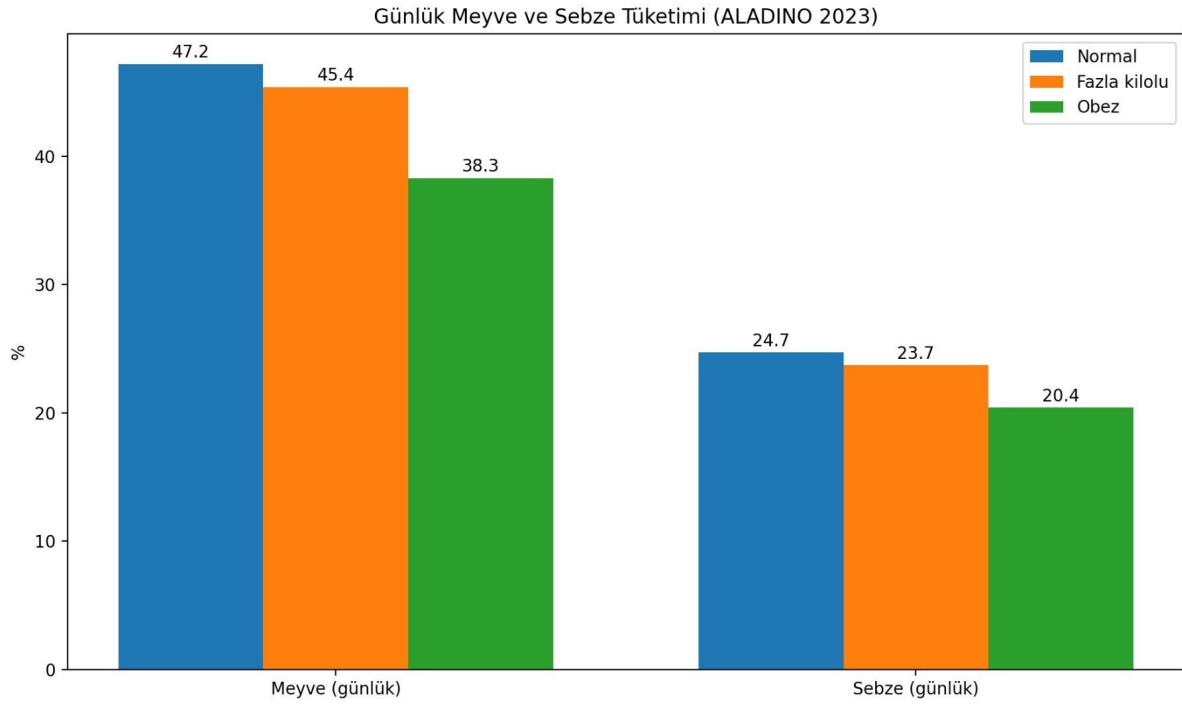


Şekil 6. Sosyo-ekonomik Duruma Göre Fazla Kilo Oranları (ALADINO 2023)
(AESAN (2026) (ALADINO 2023) raporundan uyarlanmıştır.)

ALADINO raporuna dayanan bu tabloda görüldüğü üzere, düşük gelir, düşük eğitim veya ebeveyn işsizliği gibi dezavantajlı koşullarda yaşayan çocuklar arasında obezite oranı en az %40,1 iken bu oran avantajlı grupta %29,2'ye düşmekte; özellikle gelir düzeyine göre yapılan karşılaştırmada iki grup arasındaki fark %17,5'e ulaşmaktadır. Bu durum, obezitenin sosyo-ekonomik eşitsizliklerle doğrudan ilişkili olduğunu ve mevcut politikaların dezavantajlı gruplara yeterince ulaşmadığını göstermektedir. Sosyo-ekonomik koşulların yanı sıra

beslenme alışkanlıkları ve yaşam biçimi de çocukluk çağı obezitesini doğrudan etkileyen önemli faktörlerdir.

Şekil 7 İspanya’da normal kilolu, fazla kilolu ve obez çocukların günlük meyve-sebze tüketimini karşılaştırmaktadır.

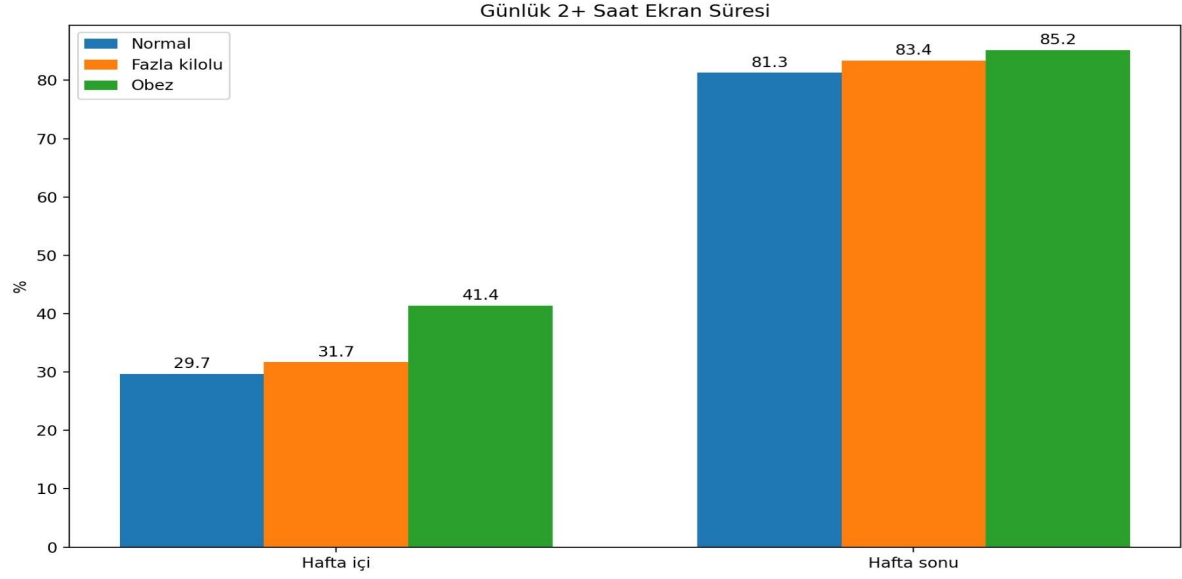


Şekil 7. İspanya’da Normal Kilolu, Fazla Kilolu ve Obez Çocuklarda Günlük Meyve-Sebze Tüketimi

(AESAN (2026) (ALADINO 2023) raporundan uyarlanmıştır.)

Şekil 7'ye göre, İspanya’da her gün meyve yiyen çocukların oranı normal kilolularda %47,2 iken obez çocuklarda bu oran %38,3'e düşmektedir; yani obez çocuklar arasında meyve tüketimi yaklaşık 9 puan daha azdır. Sebze de benzer bir tablo görülmekte, normal kilolu çocuklarda %21,7 olan oran obezlerde %20,4'e gerilemektedir. Bu veriler, meyve ve sebze tüketimi az olan çocukların obez olma riskinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

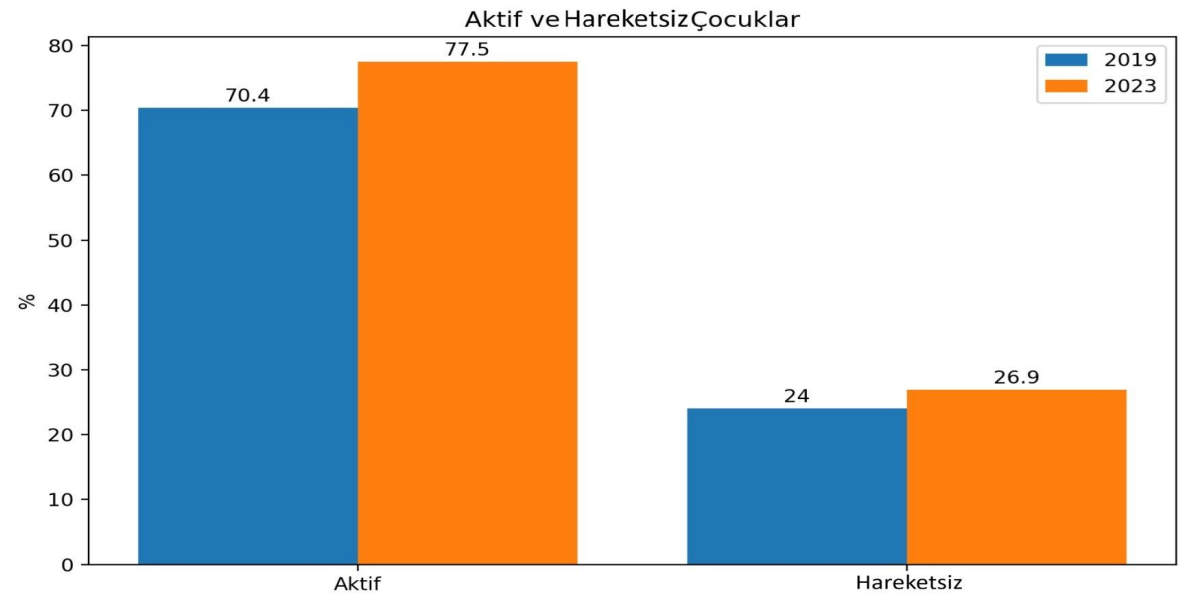
Sağlıksız beslenme ile obezite arasındaki ilişkiye paralel olarak, artan ekran süresi de çocuk sağlığı açısından önemli bir risk faktörüdür (AESAN, 2026). Şekil 8 İspanya’da kilo durumuna göre hafta içi ve hafta sonu günde iki saatten fazla ekran başında zaman geçiren çocukların yüzdesini göstermektedir.



Şekil 8. İspanya’da Kilo Durumuna Göre Hafta İçi ve Hafta Sonu Günlük 2+ Ekran Süresi (AESAN (2026) (ALADINO 2023) raporundan uyarlanmıştır.)

Şekil 8, İspanya’da ekran süresi ile obezite arasındaki anlamlı ilişkiyi ortaya koymaktadır. Normal kilolu çocukların %29,7’si ekran başında günde iki saatten fazla zaman geçirirken, obez çocuklarda bu oran %41,4’tür. Hafta sonlarında ise bu oranlar sırasıyla %81,3 ve %85,2’ye yükselmektedir.

Şekil 9, İspanya’da 2019 ve 2023 yıllarında aktif ve hareketsiz çocukların yüzdesini göstermektedir.



Şekil 9. İspanya’da Çocukların Aktif ve Hareketsiz Olma Durumu (2019 & 2023) (AESAN (2026) (ALADINO 2023) raporundan uyarlanmıştır.)

Şekil 9'a göre İspanya'da düzenli fiziksel aktivite yapan çocukların oranı 2019'daki %70,4'ten 2023'te %77,5'e yükselmiştir; ancak aynı dönemde hareketsiz çocukların oranı da %24'ten %26,9'a çıkmıştır. Bu tablo, İspanya'nın sağlıklı yaşam politikalarının kısmen başarılı olduğuna işaret etmektedir. Bu başarıda, hükümetin "Tardes con Plan" (Planlı Öğleden Sonralar) stratejisi kapsamında çocukları okul sonrasında ekran başında vakit geçirmek yerine spor, sanat ve grup etkinlikleriyle yeşil alanlarda aktif olmaya teşvik etmesinin de payı bulunmaktadır.

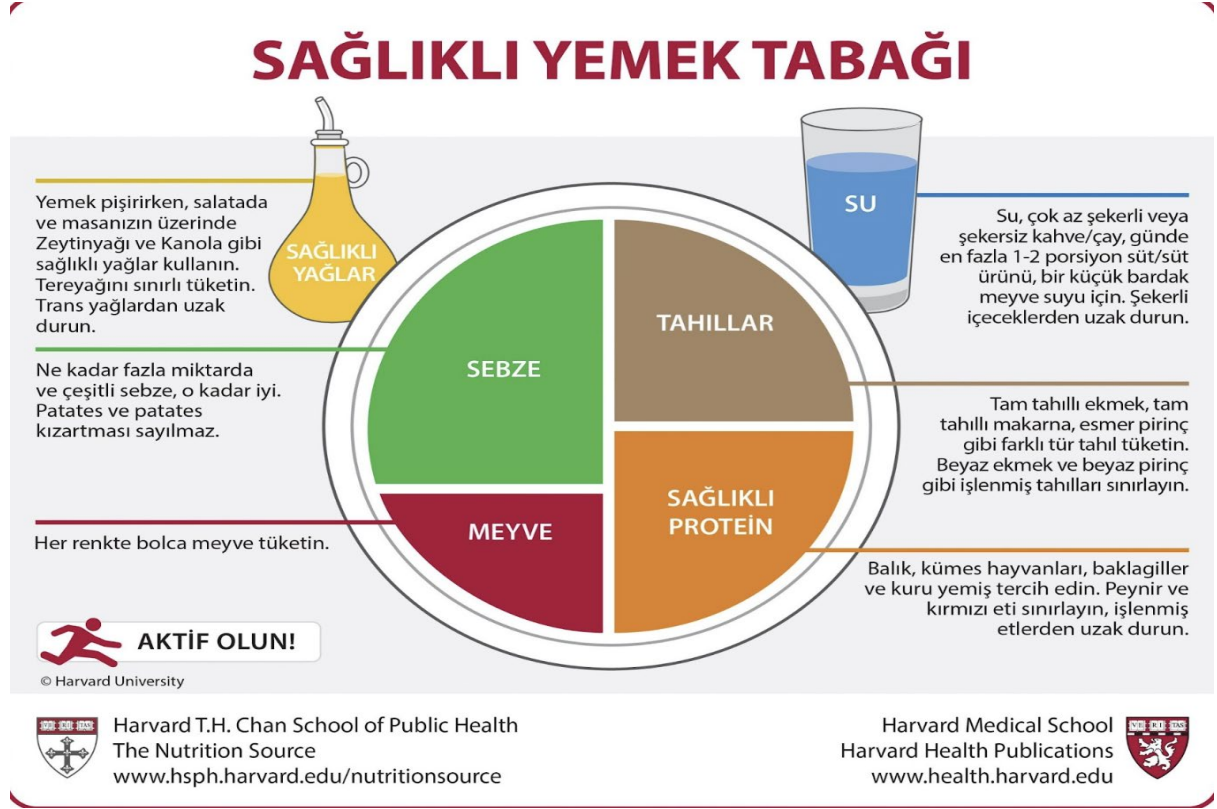
ALADINO 2023 raporu, ailelerin çocuklarının kilo durumunu doğru değerlendiremediği; diğer bir deyişle, obez çocukların yaklaşık yarısının aileleri tarafından normal kilolu olarak algılandığını ortaya koymuştur. Bütün bu bulgular, farkındalık eksikliğinin obeziteyle mücadelede önemli bir engel oluşturduğunu ve ailelerin de çocuklarının kilo durumlarıyla ilgili olarak genel taramalar sonucu bilgilendirilmesinin bir gereklilik olduğunu, çocuklarını sağlıklarıyla ilgili sorumluluğun tamamen aileye bırakılamayacağını göstermektedir (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, 2026).

ALADINO 2023 çalışması okul ortamının çocukluk çağı obezitesiyle mücadelede kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, 2026). İspanya'da okulların büyük çoğunluğunda spor eğitimi zorunludur. Sağlıklı beslenme programları uygulanır ve sağlıksız gıda reklamları sınırlandırılmıştır. Okulların %93,8'inde yemek hizmeti bulunur; %54,4'ünde öğrencilere ücretsiz meyve verilir. Sağlıklı beslenme okullarda etkili uygulamalarla teşvik edilir. Ancak tüm bu müdahalelere rağmen sosyoekonomik eşitsizliklerin devam etmesi, obeziteyle mücadelenin yalnızca okul politikalarıyla sınırlı kalmaması; daha geniş sosyal politika araçlarıyla desteklenmesi gerektiğini göstermektedir.

4. İspanya'da Beslenme ve Fiziksel Aktivite Politika Uygulamaları

İspanya'da sağlıklı beslenme politikaları, Tüketici İşleri Bakanlığı'na bağlı AESAN tarafından yürütülmektedir. Bu alandaki temel girişimlerden biri, 2005 yılından bu yana uygulanmakta olan ve sağlıklı beslenme ile fiziksel aktiviteyi teşvik ederek obeziteyi azaltmayı hedefleyen Beslenme, Fiziksel Aktivite ve Obezitenin Önlenmesi Stratejisi'dir (NAOS). NAOS stratejisi kapsamında belirlenen hedefler, somut ve uygulanabilir politika araçları ile desteklenmektedir. Bu kapsamda okul kantinlerinde şekerli içecek ve yüksek kalorili gıda satışları kısıtlanmış, ürünlerdeki tuz, şeker ve yağ oranları düşürülmüştür. Bunun yanı sıra

Akdeniz diyetini temel alan "Sağlıklı Tabak" rehberi oluşturulmuş; bu rehberde tabağın yarısının sebze ve meyveden, dörtte birinin tam tahıldan, dörtte birinin ise protein kaynaklarından oluşması önerilmektedir (Harvard T.H. Chan School of Public Health, 2011). Görsel 1 bu rehberin afişini göstermektedir.



Görsel 1. Sağlıklı Tabak "Harvard Plate" (Harvard T.H. Chan School of Public Health, 2011¹)

¹ <https://www.health.harvard.edu/healthy-aging-and-longevity/healthy-eating-plate> uyarlanmıştır.



Görsel 2. Tabağına daha fazla kahraman koy “Pon más héroes en tu plato” (AESAN, 2026²)

Harvard Sağlıklı Tabak Modeline dayalı olarak yürütülen “Sağlıklı Tabak” (plato saludable) kampanyasında, dengeli beslenme anlayışı çocuklara görsellerle aktarılmaktadır. “Tabağına daha fazla kahraman koy!” (“Pon más héroes en tu plato”) sloganıyla meyve, sebze ve baklagil tüketimi teşvik edilmekte; bu sayede çocukluk çağı obezitesi ile mücadele edilmesi ve dengeli bir öğünün nasıl oluşturulacağının çocuklara somut bir biçimde aktarılması hedeflenmektedir (AESAN, 2026; Ministerio de Sanidad, 2023).

Sağlıksız beslenme alışkanlıklarının yanı sıra, hareketsiz ve tekdüze bir sınıf ortamının da obezitenin nedenlerinden biri olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda, öğrencilerin ders sırasında yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal olarak da aktif olmalarını amaçlayan, kısa süreli fiziksel etkinlikler ve oyunları sınıf rutinine entegre eden projeler uygulanmaktadır. Bu projelerden biri de ders sırasında uygulanan 5–10 dakikalık hareketli oyunlar ve egzersizlerden oluşan “Dame 10” (Bana 10 dakika ver) programıdır (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2014; AESAN, 2026). Görsel 2 “Dame 10” program afişlerinden birini göstermektedir.

² https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/noticias_y_actualizaciones/noticias/2020/heroes_plato.htm adresinden alınarak uyarlanmıştır.

ORTAÖĞRETİM

BU SÖZÜ HEP HATIRLA

Rutin sıkıcı hale gelirse...

HAREKET EDEREK ZİHNİNİ KORU

DAKİKA 10

SINIFTA HAREKET ET

FİZİKSEL EGZERSİZLE AKTİF MOLALAR

HARETSİZLİKTEN KURTUL, ENERJİNİ YÜKSELT

BOYUN, SIRT VE BACAK ESNEMELERİ

Vücudunun "paslanmaya" başladığını hissedersen...

Gün boyunca dikkatinin azaldığını hissedersen...

Okulda hareketsizliği azaltmak, derste dikkat ve başarıyı artırmak için hızlı ve kolay öneriler.

DAKİKA 10!

Programın tüm materyallerine buradan ulaşabilirsiniz.

İSPANYA HÜKÜMETİ SAĞLIK BAKANLIĞI EĞİTİM, MESLEKİ EĞİTİM VE SPOR BAKANLIĞI

ULUSAL SAĞLIK SİSTEMİ'NDE SAĞLIĞIN GELİŞTİRİLMESİ VE HASTALIKLARDAN KORUNMA STRATEJİSİ

İDakika 10! programı, sağlığı geliştirmek ve korunmak için bir eylem stratejisinin parçasıdır.

Görsel 3. Bana 10 dakika ver "DAME 10" (Actualidad Educative, 2015³)

³ http://educalab.es/actualidad/detalleactualidad/-/asset_publisher/4smQ2vSxNgGl/content/dame-10-descansos-activos-en-el-aula-mediante-ejercicio-fisico-para-mejorar-el-rendimiento-academico;jsessionid=DBCA1878743A79DACBFEB07D14E31A40 adresinden alınarak uyarlanmıştır.

Öğrencilerin sınıfta uzun süre oturmasını azaltmayı, daha fazla hareket etmelerini sağlamayı, dikkat ve akademik performanslarını artırmayı amaçlayan “¡Dame 10!”, ders sırasında uygulanan 5–10 dakikalık kısa fiziksel hareketlerden oluşan bir okul programıdır. Program kapsamında, sınıf içinde yapılabilecek hareketleri içeren eğitim materyali Sağlık, Sosyal Hizmetler ve Eşitlik Bakanlığı ile iş birliği içinde geliştirilmiş ve 2014 yılının sonunda kullanıma sunulmuştur. Materyal içerisinde, matematik dersinde işlem sonuçlarına göre zıplama, çömelme ve alkışlama; tarih dersinde olayların drama yoluyla öğrenciler tarafından canlandırılması; müzik dersinde ritim tutma ya da İngilizce derslerinde bir öğrencinin verdiği komutun tüm sınıf tarafından uygulanması gibi etkinlikler yer almakta, bu sayede öğrencilerin yerlerinden kalkarak hareket etmeleri sağlanmaktadır (Ministerio de Sanidad, 2014).

İspanya’da sağlıklı gıdalara erişimin zorlaşması, reklamlar, zaman darlığı ve dikey mimari ile yayalaştırılmış alanların sınırlı olması gibi kentsel yaşam koşulları, çocukların sağlıklı yaşam alışkanlıkları edinmelerini güçleştirmektedir. Bu bağlamda, sınırlı kaynaklara ve düşük farkındalığa sahip ailelerden gelen çocukların karşılaştığı eşitsizliklerin, kurumsal desteğe ve açık, etkili kamu politikalarına duyulan ihtiyacı ortaya koyduğu düşünülmektedir.

Ayrıca, İspanyol gıda endüstrisinin, reklam sektörünün, okulların ve yerel yönetimlerin çocuklara sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırma konusunda önemli sorumluluklar üstlendiği kabul edilmektedir (AESAN, 2026). Aşırı işlenmiş gıdaların yaygınlaşması, yoğun pazarlama baskıları ve fiziksel aktivite için güvenli alanların yetersizliğine karşı merkezi ve yerel yönetimlerin koordineli eyleminin zorunlu olduğunu vurgulanmaktadır. “Planlı öğleden sonraları” (Tardes con Plan) stratejisi kapsamında yeşil alanları, spor, sanat, el becerileri grup etkinlikleri teşvik edilmektedir. Plan çerçevesinde hazırlanan “Senin İçin Dileğim” kampanyası obeziteye yol açan çevresel koşulları, çocuk sağlığını destekleyen ortamlara dönüştürmeye katkı sağlamayı amaçlayan bir hükümet politikasıdır (European Observatory on Health Systems and Policies, 2023; World Health Organization, 2021).



Görsel 4. Senin için Dileğim “Mi deseo para ti” Ministerio de Consumo. (2023⁴).

Sağlık Bakanlığı ile İspanya Belediyeler ve İller Federasyonu (FEMP) arasında her yıl imzalanan anlaşmalar kapsamında, fiziksel aktivitenin teşviki, yürüyüş ve bisiklet yollarının artırılması, sağlıklı ve sürdürülebilir beslenmenin desteklenmesi ile tütün ve alkol tüketiminin azaltılmasına yönelik yerel projeler finanse ve koordine edilmektedir. Bu yaklaşım, kronik hastalıklarla mücadelede yalnızca bireysel davranış değişikliğine değil, aynı zamanda sağlıklı yaşamı mümkün kılan kentsel ve sosyal çevrenin oluşturulmasına odaklanmaktadır (Ministerio de Sanidad, 2023; Federación Española de Municipios y Provincias [FEMP], 2020).



Görsel 5. Fiziksel Aktivite sağlık için ve hareketsiz yaşamın azaltılması. Ministerio de Sanidad. (2022⁵).

⁴ Tardes con Plan: Mi deseo para ti. Gobierno de España <https://www.mideseparati.es> adresinden alınarak uyarlanmıştır.

⁵ Actividad física para la salud y reducción del sedentarismo: Recomendaciones para la población. Actualización 2022. Gobierno de España <https://www.sanidad.gob.es> adresinden alınarak hazırlanmıştır.

5. İspanya Gelecek Politikaları Raporu: İspanya 2050

İspanya 2050 Raporu, İspanya Hükümeti bünyesindeki Ulusal Gelecek Çalışmaları ve Strateji Ofisi tarafından hazırlanmış kapsamlı bir strateji belgesidir. Rapor, önümüzdeki otuz yılda ülkenin karşılaşacağı sosyal, ekonomik, demografik ve çevresel dönüşümleri ele alarak eğitim, sağlık, iklim değişikliği, dijitalleşme ve gelir eşitsizliği gibi alanlarda yapısal reform ihtiyaçlarını tartışmaktadır. Akademisyenler, uzmanlar ve kamu kurumlarının katkılarıyla şekillenen belge, AB karşılaştırmaları ve uluslararası göstergeler ışığında İspanya'nın yüksek performanslı ülkeler arasına girebilmesi için stratejik hedefler ortaya koymaktadır. Bu çerçevede, İspanya 2050, politika önerilerinden ibaret değildir. Aynı zamanda uzun vadeli kamu politikalarının koordinasyonunu ve sürdürülebilir refahın inşasını amaçlayan yol gösterici bir ulusal vizyon belgesi niteliği taşımaktadır. Raporun 5. Bölümünü oluşturan “Daha uzun yaşayan bir toplum için refah devletimizi hazır hale getirelim” başlıklı sağlık odaklı bölümde mevcut durumdan 2050’ye kadar alınması gereken önlemler anlatılmaktadır. Bunların bir kısmı şu şekilde sıralanabilir:

1. Yaşlanan nüfusun sağlığını desteklemek
2. Yaşlanan nüfusun hayata katılımını teşvik etmek
3. Tamamen sürdürülebilir bir sosyal güvenlik sistemi çerçevesinde yeterli emeklilik gelirin güvence altına alınması
4. Uzun Süreli Bakım (USB) Sisteminin dönüştürülmesi
5. Çocuk sahibi olmayı destekleyen sağlık politikaları

İspanya 2050 Raporu’nun sağlık odaklı bölümüne bakıldığında, mevcut politikaların daha fazlasına ihtiyaç olduğu görülmektedir. İspanya, yaşlanan nüfusunu göz önünde bulundurarak yeni politikalar geliştirme hedefindedir. Bunun yanı sıra, sağlıklı bir refah toplumunun geleceğini oluşturacak yeni kuşakların gelmesi için gayret vardır.

SONUÇ

İspanya’nın uzun vadeli sağlık reformları ve sürdürülebilir politikaları, toplumun bugünü ve geleceği için sağlıklı bir yaşam hedefine büyük katkı sunmaktadır. Ortalama yaşam süresi bakımından Avrupa ülkelerinden önde olan İspanya’nın sağlıklı yaşam konusundaki başarısını, tek başına sağlık hizmetlerindeki reformlar veya sağlık sektörüne yapılan yatırımlarla açıklamak mümkün değildir. Bu başarıyı sağlayan faktörleri anlamamız hem

sağlık politikalarını hem de yaşam tarzını gözlemlemeyi gerektirir. İspanya'nın sağlık politikalarının temelinde, her refah devletinin topluma sunmayı hedeflediği, herkes tarafından erişilebilir sağlık hizmetleri ve önleyici sağlık yaklaşımı yer almaktadır. İspanya'da sağlık hizmetlerinin toplumun tüm kesimleri için erişilebilir olması, önleyici sağlık yaklaşımının temel unsurlarından birini oluşturmakta ve bu hedefe katkı sağlamaktadır. Bu çerçevede, yaşam kalitesini ve bütüncül iyi olma hâlini tehdit eden sağlık sorunlarının ortaya çıkmadan önce tespit edilmesini amaçlayan tarama ve önleyici hizmetler, İspanya'nın sürdürülebilir halk sağlığı yaklaşımının merkezinde yer almaktadır.

İspanya'nın sağlık alanındaki başarısının ardındaki asıl etken, sağlıklı yaşam tarzıdır. İspanya, Akdeniz mutfağını temel alan, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının ve aktif yaşamın sürdürülmesini teşvik eden bir yaklaşımı benimsemektedir. Bunun yanı sıra, güçlü sosyal destek ağlarının geliştirilmesine yönelik politikalarla sağlıklı yaşam alışkanlıklarının yaygınlaştırılması da amaçlanmaktadır. Özellikle çocukluk çağında obeziteyle mücadeleye odaklanan ve sağlıklı beslenme ile fiziksel aktiviteyi destekleyen uygulamaların, uzun vadede kronik hastalıkların önlenmesinde etkili olması hedeflenmektedir. İspanya'nın fiziksel olarak aktif ve sağlıklı beslenen genç kuşakları kadar, yaşlanmakta olan nüfusu için de çaba göstermesi gelecek politikalarını şekillendirmektedir. Tüm bunların ışığında İspanya'nın sürdürülebilir sağlıklı yaşam alışkanlıklarının yaşam kalitesini şekillendirdiğini söyleyebiliriz.

KAYNAKÇA

- Ayuntamiento de Madrid. (2013). *Plan Estratégico de Deporte Base 2013–2020*. Ayuntamiento de Madrid, Área de Gobierno de las Artes, Deportes y Turismo. <https://www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/Deportes/Publicaciones/PlanEstrategico/PlanEstrategicodeDeporteBase2.pdf>
- Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado, (2026). Sistema Nacional de Salud. Retrieved from <https://www.boe.es/eli/es/rdl/2018/07/27/7>
- Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, (2026). Estudio ALADINO 2023. https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/detalle/aladino_2023.htm
- Deporte Joven. (2025). *Plan ADB 2030 – II edición*. Fundación Deporte Joven del CSD. Retrieved from <https://deportejuven.es/linea-actuacion/adb-2020-ii/>
- European Observatory on Health Systems and Policies, (2023). *State of Health in the EU: Spain Country Health Profile 2023*. Publications Office of the European Union. Retrieved from https://health.ec.europa.eu/state-health-eu-country-health-profiles_en
- European Observatory on Health Systems and Policies, (2025). *State of Health in the EU: Spain Country Health Profile 2025*. Publications Office of the European Union. <https://eurohealthobservatory.who.int/publications/m/spain-country-health-profile-2025>
- European Education and Culture Executive Agency. (2023). Sport, youth fitness and physical activity. Youth Wiki – National Policies. Retrieved from <https://national-policies.eacea.ec.europa.eu/youthwiki/chapters/spain/73-sport-youth-fitness-and-physical-activity>
- Eurostat, (2025). Unmet Health Care Needs Statistics. Retrieved from https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Unmet_health_care_needs_statistics
- Estrategia NAOS, (2026). Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad. https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/estrategia_naos.htm
- Federación Española de Municipios y Provincias (FEMP). (2020). *Estrategia de promoción de la salud y prevención en el ámbito local*. <https://www.femp.es>
- Gobierno de España. (2021). *Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia*. Madrid: Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital. Retrieved from <https://www.lamoncloa.gob.es/temas/fondos-recuperacion/Documents/16062021-Componente26.pdf>
- Gobierno de España, Oficina Nacional de Prospectiva y Estrategia. (2021). *Spain 2050: Foundations and Proposals for a Long-Term National Strategy* [PDF]. Retrieved from https://futuros.gob.es/sites/default/files/esp2050/pdf/en/Spain_2050.pdf
- Ministerio de Sanidad. (2003). *Ley de Calidad y Cohesión del Sistema Nacional de Salud*. Gobierno de España.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2014). *¡Dame 10!: Programa para la promoción de la actividad física en el ámbito escolar*. Gobierno de España.

- Ministerio de Sanidad, (2022). Plan de Acción de Atención Primaria y Comunitaria (pp. 4-5). [https://www.sanidad.gob.es/areas/calidadAsistencial/estrategias/atencionPrimaria/docs/Plan de Accion de Atencion Primaria.pdf](https://www.sanidad.gob.es/areas/calidadAsistencial/estrategias/atencionPrimaria/docs/Plan_de_Accion_de_Atencion_Primaria.pdf)
- Ministerio de Sanidad. (2023). *Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el Sistema Nacional de Salud*. Madrid: Gobierno de España.
- OECD, (2023). Maternal and Infant Mortality: Health at a Glance 2023. Retrieved from https://www.oecd.org/en/publications/health-at-a-glance-2023_7a7afb35-en/full-report/maternal-and-infant-mortality_ea6903ca.html
- OECD, (2025). Life Expectancy at Birth: Health at a Glance 2025. Retrieved from https://www.oecd.org/en/publications/2025/11/health-at-a-glance-2025_a894f72e/full-report/life-expectancy-at-birth_8a8dee48.html
- OECD, (2025). Spain Health Profile. Retrieved from https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2025/12/country-health-profile-2025-country-notes_7e72146d/spain_4e0e2356/4ff6d4e0-en.pdf
- OECD, (2025). Türkiye Health Profile. Retrieved from https://www.oecd.org/en/publications/health-at-a-glance-2025_15a55280-en/turkiye_87675f02-en.html
- World Health Organization (2021). *Spain: Physical Activity Factsheet 2021*. Geneva: WHO. Retrieved from <https://cdn.who.int/media/docs/librariesprovider2/country-sites/physical-activity-factsheet---spain-2021.pdf>
- World Health Organization, (2022). Under Five Mortality. Retrieved from <https://data.who.int/countries/724>