

### Transcript Details

This is a transcript of a continuing medical education (CME) activity. Additional media formats for the activity and full activity details (including sponsor and supporter, disclosures, and instructions for claiming credit) are available by visiting:

<https://reachmd.com/programs/cme/regional-perspectives-saudi-arabia-uae/29940/>

Released: 12/31/2024

Valid until: 06/30/2026

Time needed to complete: 1h 29m

### ReachMD

[www.reachmd.com](http://www.reachmd.com)

[info@reachmd.com](mailto:info@reachmd.com)

(866) 423-7849

---

### Regional Perspectives: Saudi Arabia & UAE

#### Announcer:

Welcome to CME on ReachMD. This episode is part of our MinuteCE curriculum.

Prior to beginning the activity, please be sure to review the faculty and commercial support disclosure statements as well as the learning objectives.

#### English:

##### Dr. Nawar:

This is CME on ReachMD, and I'm Dr. Rita Nawar. I'm an endocrinologist and diabetes specialist based in Dubai Healthcare City, UAE. I'm joined today by Dr. Nasreen Alfari, who is also an endocrinologist and diabetes specialist from Saudi Arabia. Today, we're going to talk about different approaches to the diagnosis, treatment, and management of obesity, with a focus on our two countries: the United Arab Emirates and Saudi Arabia.

Dr. Nasreen, can you give us some insight into obesity in Saudi Arabia?

##### Dr. Alfari:

In Saudi Arabia, obesity rates are unfortunately very high. The World Obesity Federation reports that over a quarter of adults in the country are classified as obese, while the obesity rate among children exceeds 18%.

##### Dr. Nawar:

In the UAE, the obesity figures are quite similar to those in Saudi Arabia. The rates are nearly identical.

##### Dr. Alfari:

A lot of this can be traced back to a few challenges in the Gulf region, like rapid economic growth, more urbanization, and the move from traditional foods to imported ones. On top of that, disrupted sleep patterns, especially during Ramadan, when people tend to eat late at night and sleep through the day, play a part. The hot climate also doesn't help, making it hard to get outside or do much physical activity during the day.

##### Dr. Nawar:

That's true. We do have many healthcare professionals involved in managing obesity, from family doctors to endocrinologists and even obesity surgeons. It's not just about tracking weight and BMI, which simply tells us if someone is over 30 and considered obese. What we really focus on are the stages of obesity and the associated medical issues, like heart problems, diabetes, and other related conditions.

##### Dr. Alfari:

Yes, these are definitely important factors. As obesity specialists, we've got access to a wide range of treatments. Luckily, we have almost all the obesity treatments available worldwide in Saudi Arabia and the UAE. This includes older options like orlistat and phentermine, as well as newer treatments like Contrave, Qsymia, liraglutide (branded Saxenda), semaglutide (branded Wegovy), and even tirzepatide (branded Mounjaro), which we often use to help our patients manage obesity.

**Dr. Nawar:**

We're really lucky in both Saudi Arabia and the UAE because not only can we access these treatments, but we also have strategies in place to prevent obesity and slow its progression. For example, in Abu Dhabi, there are food initiatives and regulations around food labeling, calorie counts, and taxes on sugary drinks, including a 50% tax on soft drinks. Additionally, there's a new medical registry for obesity, which is helping to better manage and track the condition.

**Dr. Alfais:**

That's great in the UAE. In Saudi Arabia, we have similar initiatives, like taxes on sugary drinks. Obesity is the only disease that's specifically focused on in the Saudi Vision 2030 under the Quality of Life Program. We've got strategies for prevention and also for treatment in specialized obesity centers. We're lucky to have the only obesity fellowship in the region, where endocrinologists are trained in obesity management. Plus, we've got joint recommendations between both countries, available in both Arabic and English, which you can find on the World Obesity Federation website. Thanks so much.

**Dr. Nawar:**

Thanks, Dr. Nasreen. I hope we've been able to offer some useful tips on how to manage obesity in our Arab region, particularly in the UAE and Saudi Arabia.

**Arabic:**

د. نوار:

هنا برنامج التعليم الطبي المستمر في "رينش إم دي"، أنا د. "ريتا نوار". أنا طبيبة غدد وسكري بإمارة "دبي"، (الإمارات العربية المتحدة) ومعدي د. "نسرين الفارس"، وهي طبيبة غدد وسكري بالمملكة العربية السعودية. سوف نناقش وجهات نظر إقليمية فيما يخص تشخيص وعلاج وإدارة السمنة. في بلدنا "الإمارات العربية المتحدة" و"المملكة العربية السعودية".

د. "نسرين"، ما نظرتك بالسمنة في "المملكة العربية السعودية"؟

د. الفارس:

تعتبر السمنة في "السعودية" من أعلى معدلات السمنة انتشاراً فإذا نظرنا إلى منظمة السمنة العالمية موجودة لدى أكثر من ربع البالغين في المملكة العربية السعودية. وبالنسبة للأطفال، تصل إلى أكثر من 18%.

د. نوار:

فيما يخص الإمارات العربية المتحدة، فالنسب لا تختلف كثيراً، وهي متقاربة جداً.

د. الفارس:

وأعتقد أن هذا يعزى إلى تحديات موجودة، خاصة في منطقتنا في الخليج. فلدينا نمو اقتصادي سريع، وزيادة في التمدن، ولدينا أيضاً المواد الغذائية تحل محل المنتجات التقليدية، واضطراب في دورة النوم، خاصة خلال شهر رمضان عندما يأكل الناس طوال الليل وينامون خلال النهار. وهذا يساعد فيه أيضاً الجو الحار الذي لا يساعد أبداً في الخروج خلال النهار أو بذل أي مجهود بدني خارجاً.

د. نوار:

صحيح. بالرغم من أننا نعرف أن هناك أطباء متعددين لإدارة مرض السمنة، من أطباء الأسرة إلى أطباء الغدد الصماء والاستقلاب، إلى جراحي السمنة. وبالتأكيد نحن نلجأ ليس فقط إلى قياس الوزن وكتلة الجسم التي تخبرنا إذا كان المريض فوق 30 لديه مشكلة السمنة. ولكن ما يهمنا أكثر هو مراحل السمنة والمشاكل الطبية المتعلقة بها، من مشاكل القلب والسكر وغيرها.

د. الفارس:

طبعاً هذه أشياء مهمة، وبالنسبة لنا كأطباء سمنة متخصصين، هناك أيضاً علاجات دوائية متوفرة، والله الحمد والمنة، بالنسبة للسعودية والإمارات فقريباً جميع العلاجات المتوفرة في العالم موجودة لدينا، من العلاجات القديمة مثل الأورليستات أو الفنتريمين إلى العلاجات الأحدث مثل كونتريف، وإكسيميا، والوراغلوتيد (ساكسيندا)، وسيماغلوتيد (ويجوفي)، وحتى علاج مونجارو (تيرزيبنتيد) موجود أيضاً لدينا في المنطقة. ونستخدم هذه العلاجات في مساعدة مرضى السمنة للتغلب على هذا المرض.

د. نوار:

نحن محظوظون حقيقة بوجودنا في هذين البلدين، لأنه ليس فقط العلاجات موجودة، بل هناك أيضاً استراتيجيات للوقاية من مرض السمنة أو للحد من تفاقمه. هناك الكثير من المبادرات، مثلاً في إمارة أبو ظبي هناك مبادرات غذائية لتنظيم المنتجات الغذائية ووحدات السعرات الحرارية في المدارس، وهناك أيضاً ضرائب بنسبة 50% على المشروبات الغازية. ومؤخراً كانت هناك بداية لسجل طبي لتتبع البدء في إدارة السمنة.

د. الفارس:

وهذا شيء رائع في الإمارات. بالنسبة للسعودية أيضاً لدينا مبادرات قريبة جداً، منها مثلاً الضرائب الموجودة على المشروبات الغازية بالإضافة إلى ذلك، في رؤية المملكة 2030، كان المرض الوحيد الذي يتم التركيز عليه في برنامج جودة الحياة هو مرض السمنة فلدينا استراتيجيات ليس فقط للوقاية، بل أيضاً استراتيجيات لعلاج السمنة في مراكز متخصصة، والله الحمد والمنة هناك أيضاً زمالة في طب السمنة، وهي الوحيدة الموجودة في المنطقة، وفيها يدخل أطباء متخصصون في طب الغدد للتدريب على علاج السمنة. بالإضافة إلى ذلك، لدينا توصيات مشتركة بين

البلدين موجودة باللغتين العربية والإنجليزية، ويمكن إيجادها على موقع منظمة السمنة العالمية. شكراً جزيلاً.

د. نوار:

شكراً لك د. "نسرين". ونتمنى أن نكون قد أفدناكم بما يخص إدارة مرض السمنة في منطقتنا العربية، وبخاصة الإمارات العربية المتحدة والمملكة العربية السعودية.

**Announcer:**

You have been listening to CME on ReachMD. This activity is provided by Prova Education and is part of our MinuteCE curriculum.

To receive your free CME credit, or to download this activity, go to [ReachMD.com/Prova](https://ReachMD.com/Prova). Thank you for listening.