HONG KONG BÁO ĐỘNG VỀ TÌNH TRẠNG TRẺ BÉO PHÌ

Số trẻ em béo phì ở Hong Kong (Trung Quốc) đã tăng gấp đôi trong 13 năm qua. Kết quả nghiên cứu của trường Đại học Trung Văn (Hong Kong) được tiến hành tại một số khu vực ở Hong Kong từ năm 2001-2006 về chiều cao và cân nặng đối với 30.000 em từ 6-18 tuổi, cho thấy tỷ lệ trẻ em quá c&acirc

Nếu tính theo tiêu chuẩn hiện tại về đánh giá tình trạng béo phì ở trẻ em (những em có trọng lượng nặng hơn 20% so với trọng lượng trung bình ở những em cùng chiều cao và giới tính), tỷ lệ trẻ em Hong Kong béo phì hiện nay là 12,4% ở các em gái và 15,6% ở các em trai, đều tăng khoảng 40% so với năm 1993.

Các chuyên gia dinh dưỡng Hong Kong cho rằng nguyên nhân chính của tình trạng này là do trẻ em chơi trò chơi điện tử quá nhiều, ít vận động và chế độ ăn uống không phù hợp. Tuy nhiên, điều đáng lo ngại là nhiều bậc cha mẹ ở Hong Kong quan niệm rằng cứ để cho trẻ tăng cân rồi sau này chúng sẽ phát triển chiều cao và sẽ gầy đi.

Các chuyên gia khuyến cáo trẻ béo phì thường mắc các bệnh tim mạch và tiểu đường. Trẻ em trong độ tuổi học phổ thông cơ sở phải tập thể dục ít nhất 1 giờ đồng hồ mỗi ngày, độ tuổi phổ thông trung học phải tập mỗi tuần 3 lần, mỗi lần ít nhất 20 phút. Các bậc cha mẹ phải thường xuyên khuyến khích trẻ có chế độ ăn uống cân bằng và tích cực tập thể dục.