دراسة حديثة تكشف أهم أسباب البدانة في مرحلة الطفولة



تشكل السمنة عند الأطفال تهديداً حقيقياً لصحة الأطفال ، ويكون الطفل معرضاً لخطر عدة حالات صحية مزمنة ، ومن المحتمل تدهور الصحة الناجم عن بدانة الأطفال حتى مرحلة البلوغ.

ولا تؤثر السمنة في مرحلة الطفولة على الصحة البدنية فقط. فيمكن أن يصاب الأطفال والمراهقون الذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة بالاكتئاب وضعف الصورة الذاتية واحترام الذات.

والسبب الرئيسي لسمنة الأطفال هو مزيج من الإفراط في تناول الطعام والقليل من ممارسة الرياضة.

ويمكن أن يؤدي اتباع نظام غذائي فقير يحتوي على مستويات عالية من الدهون أو السكر وقليل من العناصر الغذائية إلى زيادة وزن الأطفال بسرعة. الوجبات السريعة والحلوى والمشروبات الغازية غالبا هم المذنبون.