

metro Ahad  
17/5/2015  
M/S 18

# Kita paling gemuk

■ 29.4 peratus rakyat Malaysia 18 tahun ke atas miliki berat badan berlebihan, 15.1% obesiti

Oleh Hairulazim Mahmud  
azim@hmetro.com.my  
Kuala Lumpur

**K**ajian Morbiditi dan Kesihatan Kebangsaan (IV) menunjukkan Malaysia mempunyai rakyat 'paling gemuk' tertinggi di Asia Tenggara dan keenam di Asia Pasifik.

Ahli Jawatankuasa Eksekutif Perawatan Majlis Perubatan Malaysia (MMA) Dr Azizan Abdul Aziz berkata, sebanyak 29.4 peratus rakyat Malaysia lebih 18 tahun mempunyai berat badan berlebihan manakala 15.1 peratus mengalami obesiti.

Katanya, itu bermakna dua dalam lima orang dewasa di negara ini mengalami obesiti.

"Kelaziman obesiti bagi remaja bawah umur 18 tahun sekarang ialah 6.1 peratus.

"Ini memberi impak kepada kesihatan umum kerana obesiti adalah faktor penyakit kronik seperti kencing, sakit jantung dan penyakit barah tertentu," katanya

ketika berucap pada Program Fun Dance & Family Fiesta anjuran MMA di sini semalam.

Program dirasmikan oleh Menteri Wilayah Persekutuan Datuk Seri Tengku Adnan Tengku Mansor.

Turut hadir Presiden MMA Dr Krishna Kumar dan Pengerusi MMA Kuala Lumpur Prof Madya Dr Andrew Tan.

Terdahulu, lebih 2,000 peserta menyertai senaman zumba selama 90 minit seawal jam 7 pagi.

Dr Azizan yang juga Pengerusi Penganjur program berkenaan berkata, program saringan Perubatan Keselamatan Sosial (PERKESO) secara percuma kepada pekerja berusia 40 tahun ke

atas adalah program yang baik untuk mengesan penyakit kronik seperti diabetes, hipertensi, obesiti dan paras kolesterol yang ting-

bingang dengan Dewan Bandaraya Kuala Lumpur (DBKL).

Beliau mahu lebih banyak program seperti itu dilaksanakan kerana mampu mendidik warga kota melakukan aktiviti sihat melalui program yang menghiburkan.

"Untuk merealisasikan aktiviti seumpamanya, kami perlukan bantuan daripada pertubuhan bukan kerajaan (NGO) untuk bersama-sama merangka dan melaksanakan lebih banyak program berbentuk kesihatan dan riadah.

"Senaman zumba ini akan menjadi seperti program Car Free Morning yang kini mendapat sambutan menggalakkan daripada masyarakat pelbagai kaum sehingga ada yang meminta ia diadakan setiap minggu," katanya.



DUA dalam lima orang dewasa di Malaysia mengalami obesiti.

gi dalam darah.

Pada sidang media selepas itu, Tengku Adnan berkata, kementeriaannya bercadang menjadikan senaman zumba sebagai aktiviti bulanan di Taman Tasik Titiwangsa dalam usaha melahirkan masyarakat kota sihat dan bebas obesiti.

Katanya, pihaknya akan ber-