

Kanak-kanak gemuk di negara ini dalam kalangan keluarga kaya, miskin

1.65 juta budak di Malaysia obes

KOSMO 09/07/2019 MYS 06

KUALA LUMPUR – Obesiti di Malaysia sangat membimbangkan apabila sebanyak 1.65 juta kanak-kanak negara ini dijangka mengalami obes menjelang 2025.

Perunding Kanan Pediatrik dan Endokronologi, Pusat Pakar Universiti Malaya (UMSC), Prof. Madya Dr. Muhammad Yazid Jalaludin berkata, daripada jumlah itu, seramai 88,000 kanak-kanak Malaysia akan mengalami masalah dalam toleransi glukos dan 28,000 orang akan menghidap diabetes Jenis 2.

Katanya, seramai 191,000 kanak-kanak bakal mengalami tekanan darah tinggi dan 264,000 akan menghidap penyakit hati berlemak tahap satu.

Menurutnya, obesiti dalam kalangan kanak-kanak juga boleh ditentukan melalui ukur lilit pinggang mereka.

“Kajian ke atas kanak-kanak Malaysia pada 2011 mendapati kanak-kanak lelaki gemuk dari

usia tujuh tahun mempunyai ukur lilit pinggang pada kadar 90 persentil, yang lebih besar berbanding kanak-kanak sebaya dan sama jantina di United Kingdom, Hong Kong, Turki dan Australia,” katanya dalam satu temubual baru-baru ini.

Kajian itu dijalankan ke atas 18,000 kanak-kanak berusia enam hingga 18 tahun di Malaysia.

Muhammad Yazid yang memetik Kaji Selidik Nutrisi Asia Tenggara yang terbaharu untuk kanak-kanak berusia enam

bulan sehingga 12 tahun menyatakan, sebanyak 21 peratus daripada mereka dikategorikan sebagai gemuk atau obes dengan jumlah kanak-kanak lelaki mencatatkan kadar lebih tinggi berbanding kanak-kanak perempuan.

“Kaji selidik MyBreakfast pula mendapati di Malaysia, lebih ramai kanak-kanak Cina yang gemuk dan obes berbanding kanak-kanak Melayu dan



SEBANYAK 1.65 juta kanak-kanak di negara ini dijangka mengalami obesiti menjelang 2025 sekiranya tiada tindakan mengatasinya. – Gambar hiasan

India,” ujarnya.

Di Amerika Syarikat, kanak-kanak gemuk adalah dari golongan sosioekonomi bawahan memandang ibu bapa mereka tidak mampu membeli makanan yang berkhasiat dan berkalori rendah.

Bagaimanapun di negara-negara membangun seperti Malaysia, kanak-kanak gemuk adalah dalam kalangan keluarga kaya dan miskin.

“Keluarga yang miskin tidak mempunyai wang mencukupi, oleh itu, mereka makan makanan yang tidak berkhasiat dan tinggi kalori yang biasanya berharga murah.

“Keluarga kaya pula mampu membeli makanan yang baik namun mereka membuat pilihan yang salah dalam pembelian jenis makanan,” katanya.

Muhammad Yazid berkata, kanak-kanak yang mempu-

INFO Carta Klasifikasi Indeks Jisim Badan (BMI)

- Bawah 18.5 = Kurang berat badan
- 18.5 - 24.9 = Normal
- 25.0 - 29.9 = Berat badan berlebihan
- 30.0 ke atas = Obesiti

BMI - Berat Badan (Kg)

Tinggi (m) X Tinggi (m)

Contoh Pengiraan

Berat Badan = 70kg

Tinggi = 165cm = 1.65M

Maka, BMI = 70kg / (1.65m x 1.65m) = 25.7

nyai ibu atau bapa yang gemuk berdepan empat atau lima kali ganda risiko untuk membesar menjadi dewasa yang obes.

“Jika ibu atau bapa gemuk, kanak-kanak itu berisiko menjadi obes adalah empat atau lima kali ganda. Keadaan menjadi lebih buruk apabila kedua-dua ibu dan bapa gemuk dengan risikonya adalah 13 kali ganda,” jelasnya. – Bernama