



## Rozpowszechnienie nadwagi wśród dzieci w Chicago

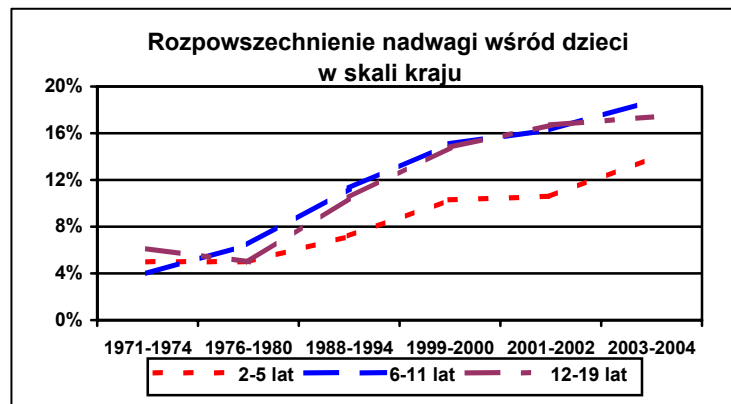
Ten arkusz faktów podsumowuje wiadomości na temat odsetek dzieci z nadwagą lub otyłością w USA, Illinois i Chicago. Podsuwa również pomysły, jak zająć się tym problemem na skalę lokalną.

Dla dzieci w wieku 2-18 lat, diagnoza nadwagi lub otyłości opiera się na wskaźniku masy ciała BMI dla danego wieku i płci.\* Dziecko ma *nadwagę*, kiedy jego BMI jest na poziomie 95. centyla lub powyżej. Dziecko *zagrożone nadwagą* ma BMI w zakresie 85. – 94. centyla. Wśród możliwych skutków zdrowotnych nadwagi u dzieci jest wczesne wystąpienie nadciśnienia, cukrzyca typu 2 i choroby serca.

\* BMI to miara porównująca wagę do wzrostu (według wzoru:  $[waga \text{ w kilogramach} / (waga \text{ w metrach})^2]$ ). Centyl wskazuje, jak dane dziecko wypada w porównaniu z innymi dziećmi w tym samym wieku i o tej samej płci. Tak więc dziecko mieści się w 95. centylu, jeżeli jego BMI jest wyższe, niż BMI 94 spośród każdych 100 podobnych dzieci; BMI na poziomie 85. centylu oznacza, że jego BMI jest wyższy niż 84 ze 100 podobnych dzieci.

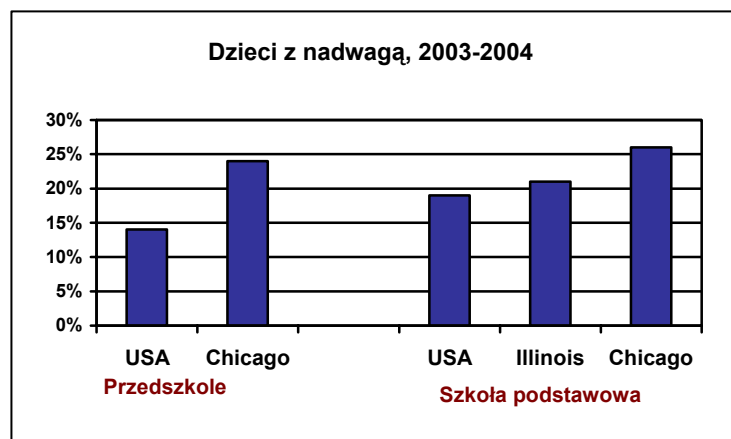
### W dzisiejszych czasach coraz więcej dzieci ma nadwagę

W ostatnich latach przypadki nadwagi wśród dzieci wzrastają. Ten wykres ukazuje procentowy wzrost liczby dzieci w latach 1999-2004, które cierpią na nadwagę, lub są zagrożone nadwagą w Stanach Zjednoczonych. (Źródło danych: Ogden et al, 2002; Ogden et al, 2006)



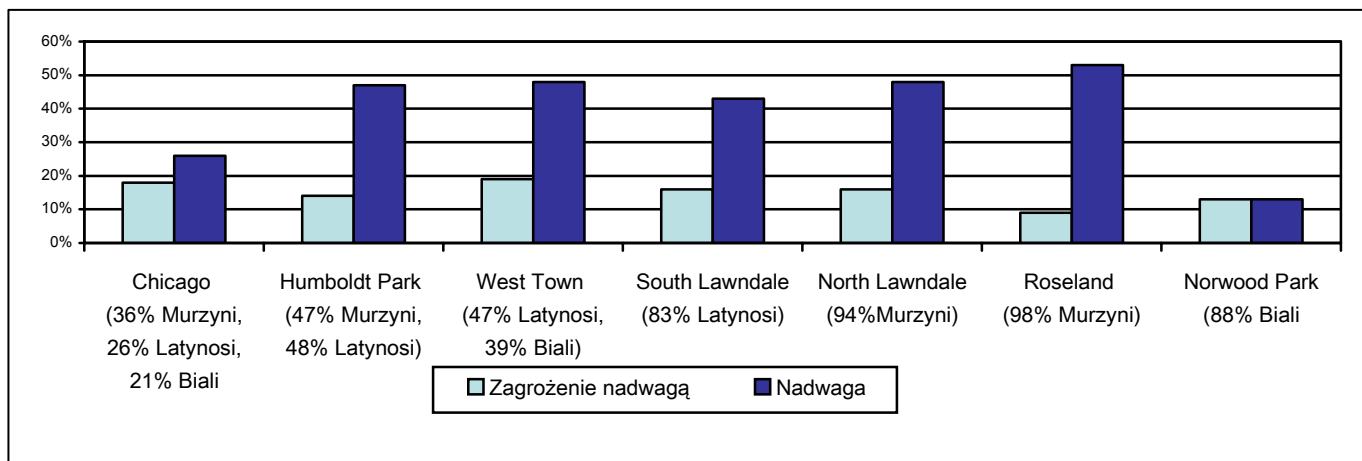
### Więcej dzieci cierpi na nadwagę w Chicago

Dużo więcej dzieci w Chicago ma nadwagę lub jest zagrożonych nadwagą, niż w całym kraju lub nawet całym stanie Illinois. (Źródło danych: Ogden et al, 2006; Mason et al, 2006; IDPH, 2006)



## Liczba dzieci z nadwagą jest różna w różnych częściach Chicago

Dzieci mieszkające w ubogich, kolorowych dzielnicach Chicago są bardziej zagrożone nadwagą. (Źródło danych: Whitman et al, 2004)



### Co powoduje nadwagę u dzieci?

Mówiąc najprościej, dzieci mają nadwagę, kiedy spożywają więcej kalorii, niż je spalają przez aktywność fizyczną (podczas zabaw i ćwiczeń). Łatwo to wyjaśnić, lecz trudno zmienić, ponieważ wiąże się to z wieloma czynnikami. Owoce i warzywa mogą być bardziej kosztowne lub trudniejsze do znalezienia w pewnych dzielnicach. Może być też trudniej o bezpieczne miejsce dla zabawy dzieci poza domem ze względu na ruch na ulicy lub przestępczość. Niektóre społeczności oferują niewiele programów zdrowego stylu życia dla rodzin i dzieci. Kiedy rozpoznamy te i inne czynniki, możemy się nimi zająć i pomóc rodzinom zapewnić ich dzieciom lepszą równowagę kaloryczną... a tym samym bardziej normalny rozwój i wagę.

### Co możemy z tym zrobić?

Uczenie dzieci i rodzin zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej jest niezbędne, lecz niewystarczające. Musimy również wprowadzić zmiany do szkół i przedszkoli – miejsc, w których dzieci spędzają tak dużo czasu, aby sprzyjać zdrowemu jedzeniu i dużej aktywności fizycznej. Zmiany muszą też zająć w społecznościach, które powinny wspierać rodziny, zwiększając dostęp do zdrowej żywności i aktywności fizycznej. Pomocne mogą być tu zmiany zasad polityki publicznej w taki sposób, by udostępnić społecznościom zasoby i wytyczne odnośnie programów lokalnych.

Informacje i źródła wspierające te istotne zmiany znaleźć można w witrynie CLOCC, [www.clocc.net](http://www.clocc.net).

1. Healthy Smiles Healthy Growth, 2003-2004. Springfield, IL; Illinois Department of Public Health (IDPH), 2006.
2. Mason M, Meleedy-Rey P, Kaufer Christoffel K, Longjohn M, Garcia MP, Ashlaw C. Prevalence of overweight and risk of overweight among 3- to 5-year-old Chicago children, 2002-2003. *J Sch Health* 2006; 76(3): 104-110
3. Ogden CL, Flegal KM, Carroll MD, Johnson CL. Prevalence and trends in overweight among US children and adolescents, 1999-2000. *JAMA* 2002; 288(14):1728-1732.
4. Ogden CL, Carroll MD, Curtin LR, McDowell MA, Tabak CJ, Flegal KM. Prevalence of overweight and obesity in the United States, 1999-2004. *JAMA* 2006; 295(13):1549-1555.
5. National Health and Nutrition Examination Survey (NHAHES III) 1988-1994. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).
6. Whitman S, Williams C, Shah A. Sinai Health System's Community Health Survey: Report 1. Chicago, IL: Sinai Health System, 2004. Available at <http://www.sinai.org/urban/publications/FINAL%20Report%201%20v3.pdf>, accessed 5 Sept, 2006.

25 maja 2007 r.