



โรคอ้วนในเด็ก

ความน่ารักที่แฝงด้วย

“อันตราย”



ผลกระทบ
ของภาวะ
อ้วน

ส่งผลต่อร่างกาย จิตใจ สังคม **สติปัญญา**

เด็กอ้วน มีแนวโน้มเป็นผู้ใหญ่อ้วนถึง **5 เท่า**

- เสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) • **31%** ผู้ป่วยเบาหวาน สาเหตุหลักของการตายก่อนวัยอันควร เคยเป็นเด็กอ้วน
- **22%** ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงเคยเป็นเด็กอ้วน



สาเหตุของภาวะอ้วนในเด็ก

สาเหตุสำคัญจากพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมการกินอาหารที่มีปริมาณไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง



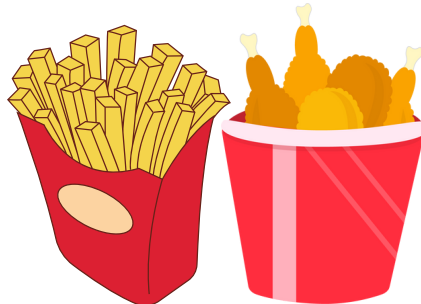
กินขนม

ขบเคี้ยวทุกวัน



ดื่มนม

รสหวานทุกวัน



กินอาหารฟาส์ฟู้ด

สัปดาห์ละครั้ง



ดื่มน้ำหวาน

น้ำอัดลมทุกวัน

