

السمنة وأطفال أوروبا

أفكار

حذرت منظمة الصحة العالمية من أن طلب الأطفال الوجبات عبر تطبيقات الهواتف الذكية واستخدامهم للألعاب على الإنترنت يساعد في انتشار السمنة في أنحاء أوروبا.

ولا تتجه أي دولة أوروبية نحو الحد من انتشار السمنة بحلول عام 2025، حسب المنظمة. ويتضح أن نحو 60 % من البالغين وثلاث الأطفال يعانون السمنة، وأدى انتشار وباء «كورونا» إلى تفاقم الأزمة.

وتقترح المنظمة فرض قيود على تسويق الأغذية غير الصحية للأطفال، وتخفيض أسعار الأغذية الصحية، وتشجيع الناس من جميع الفئات العمرية على ممارسة الرياضة.

وجاء في تقرير منظمة الصحة العالمية حول السمنة في أوروبا لعام 2022، أن مستويات السمنة وزيادة الوزن قد بلغت مستوى الوباء في أوروبا، حيث لا يتفوق على الأوروبيين في هذه الناحية سوى الأمريكيين.

ويقدر التقرير أن المشكلة تتسبب في 1.2 مليون وفاة سنوياً في أوروبا؛ أي 13 % من المجموع الكلي للوفيات.

السنوية، إضافة إلى ما لا يقل عن 200 ألف إصابة بالسرطان

وتؤدي زيادة نسبة الدهون في الجسم إلى زيادة احتمال الإصابة بأمراض أخرى، بينها 13 نوعاً من السرطان والسكري ومشاكل القلب والرئتين. ويقول التقرير إنها ذلك يؤدي إلى حدوث إعاقات

ويشير التقرير إلى أن السمنة مرض معقد، وهو أكثر من مزيج من نظام الغذاء غير الصحي وقلة الحركة

وقال هانس كلوج، المدير الإقليمي لمنطقة أوروبا في منظمة الصحة العالمية، إن السمنة لا تعرف حدوداً. وأضاف: «هناك تنوع كبير في بلدان منطقتنا لكنها تواجه التحدي بنفس الدرجة، مع ذلك بإمكاننا تغيير منحنى السمنة في المنطقة» من خلال بناء أنظمة صحية متينة

وتؤثر البيئة الرقمية بأوروبا في عادات الناس في تناول الغذاء، ولذا يدعو التقرير إلى مراقبتها عن كثب

وتلعب تطبيقات إيصال الوجبات مثلاً، دوراً في زيادة استهلاك الأغذية التي تحتوي نسبة عالية من السكر والدهون. ويتضح من بحث أجري في بريطانيا أن تناول وجبة جاهزة يمد الشخص بـ200 سعر حراري إضافي في اليوم، مقارنة بالغذاء الذي يجري إعداده في المنزل. وهذا يعني استهلاك الطفل وجبات تماثل ما يحتاج إليه ليوم إضافي في كل أسبوع

لكن التقرير الذي جرى تقديمه في المؤتمر الأوروبي حول السمنة يفيد أيضاً بأن إيصال الوجبات إلى المنازل، وطلبها عبر الإنترنت، يمكن أن يستخدم بشكل إيجابي من أجل تحسين النظام الغذائي ومن أجل سهولة الوصول إلى الغذاء الصحي

أما اللعب عبر الإنترنت، وهي عادة منتشرة في أوساط الأطفال، فقد ربط بالسمنة والسلوك غير الصحي وقلة الحركة. وترى منظمة الصحة العالمية أنه بالإمكان استخدام التكنولوجيا لتحسين الصحة الجسدية والنفسية للشباب

(بي بي سي)