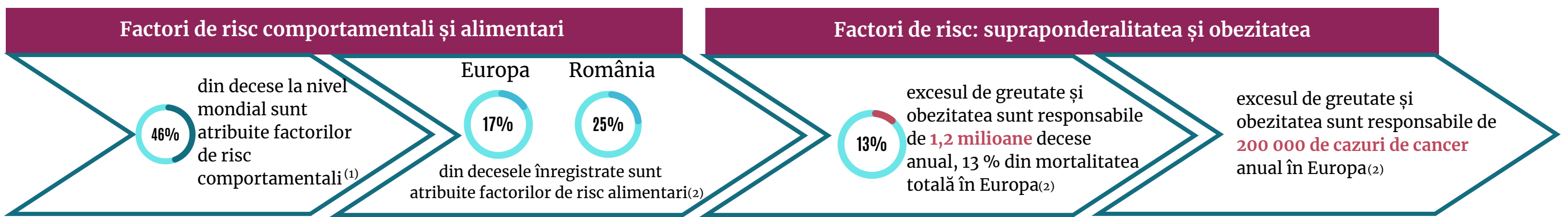
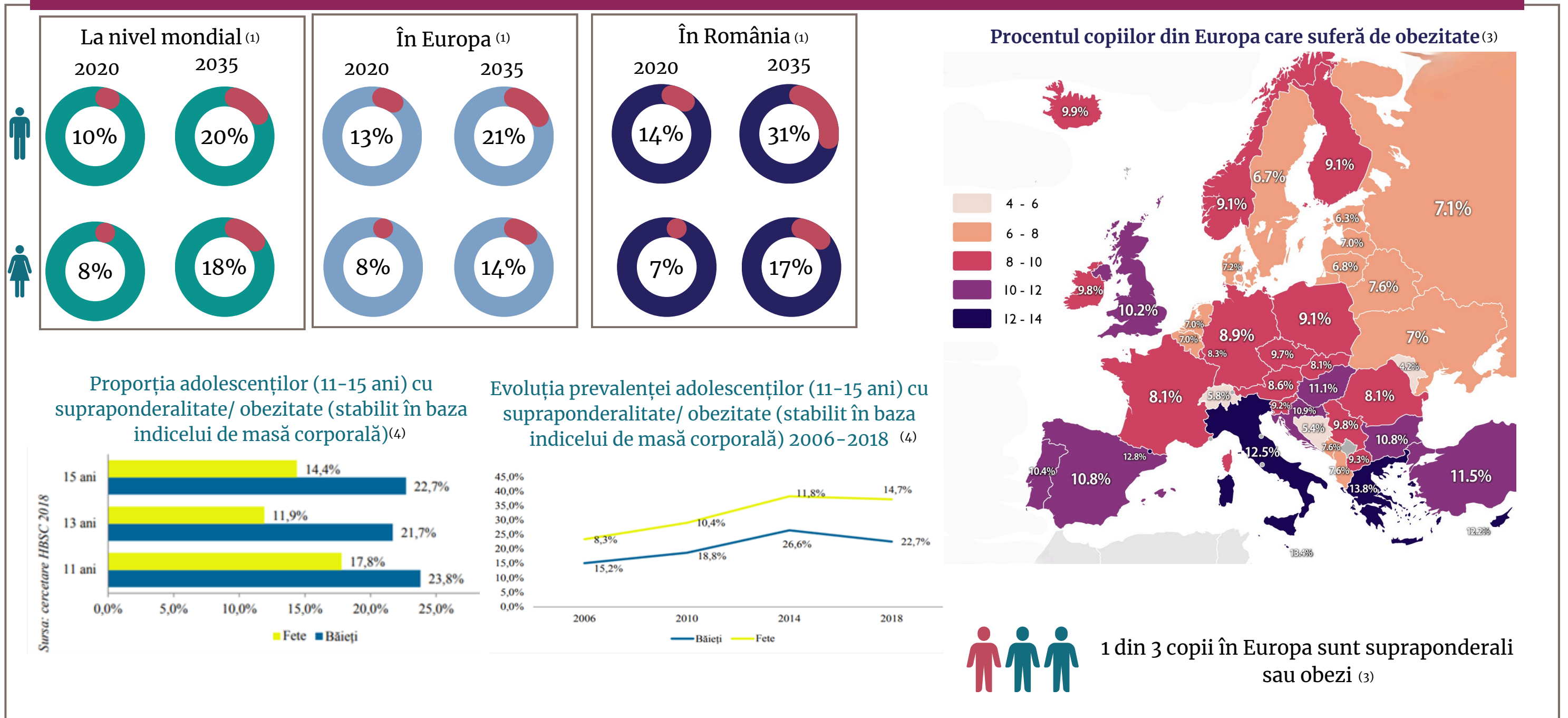


ALEGE INTELIGENT, MĂNÂNCĂ SĂNĂTOS!

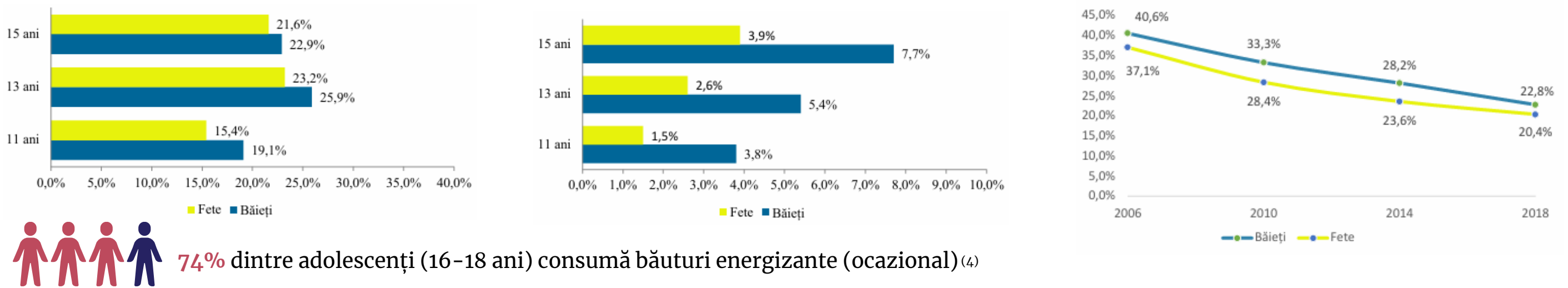


Supraponderalitatea și obezitatea la copiii și tinerii cu vârsta cuprinsă între 5-19 ani



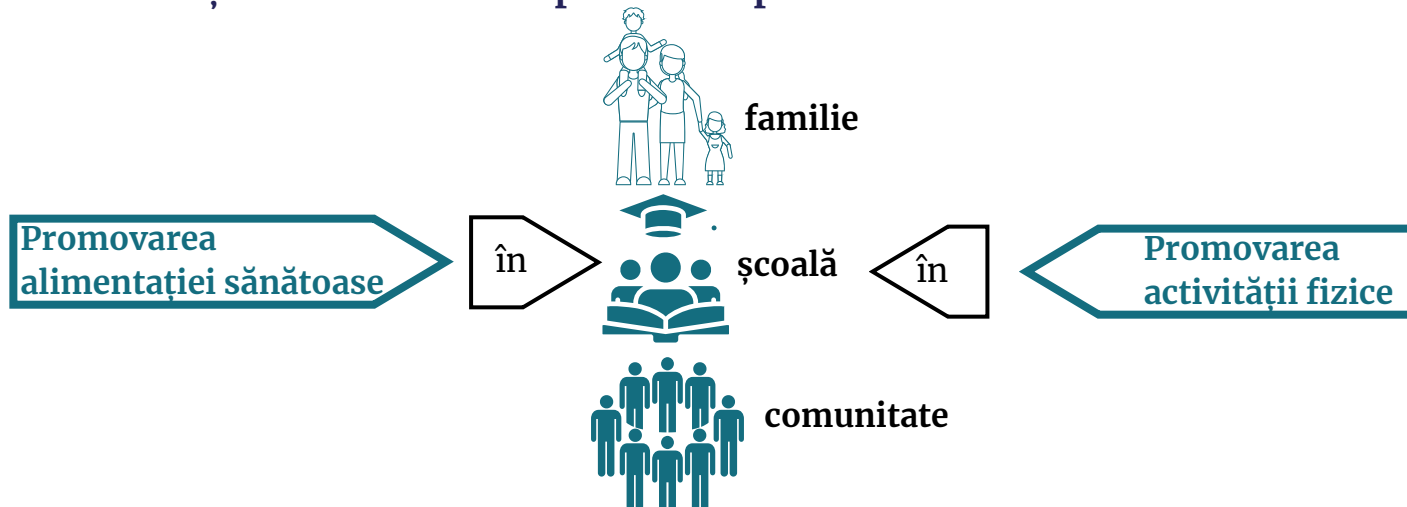
Supraponderalitatea și obezitatea în rândul adolescenților este cauzată și de consumul în exces de băuturi cu adaos de zahăr

Consumul de băuturi carbogazoase, energizante și evoluția acestuia în România în rândul adolescenților (11-15 ani)⁽⁴⁾



Identificarea soluțiilor (1)

Prevenția trebuie să înceapă cât mai precoce.



Reglementarea industriei alimentare și a băuturilor

Cele mai eficiente politici pentru a combate obezitatea infantilă includ:

Impunerea unei taxe pe băuturile dulci;

Restricționarea comercializării alimentelor nesănătoase pentru copii în apropierea unităților de învățământ;

Solicitarea unei etichete clare pe partea din față a ambalajului.

Alegerile trebuie făcute după o prealabilă informare asupra conținutului alimentelor și efectului asupra sănătății



Acțiuni politice privind reducerea excesului de greutate și obezității:

- Încurajarea reducerii consumului de sare, zahăr și grăsimi;
- Încurajarea creșterii consumului de fructe și legume;
- Reducerea inegalităților în materie de alimentație între grupurile populaționale.

Bibliografie

1. <https://iris.who.int/handle/10665/353747>
2. https://health.ec.europa.eu/document/download/f427c4df-b6e5-455e-880c-600964b40a11_en?filename=2023_chp_ro_romanian.pdf
3. <https://landgeist.com/2023/02/18/obesity-among-children-in-europe/>
4. <https://hbsc.org/network/countries/romania/>