

防控儿童超重肥胖是一项十分紧迫的任务

赵文华

100050 北京,中国疾病预防控制中心营养与健康所

通信作者:赵文华, Email:zhaowh@chinacdc.cn

DOI:10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.001

【摘要】 与许多发达国家曾走过的历程一样,近十几年来,中国儿童青少年超重肥胖流行趋势呈加速态势。本文介绍了国内外超重肥胖防控的策略,我国不同年龄儿童青少年超重肥胖的流行现状、影响因素及超重肥胖对个体健康和社会带来的负面影响,呼吁应将儿童超重肥胖防控作为一项紧迫的任务。

【关键词】 儿童青少年; 超重; 肥胖; 预防; 控制

Prevention and control on childhood overweight and obesity is of urgent importance in China

Zhao Wenhua

National Institute for Nutrition and Health, Chinese Center for Disease Control and Prevention, Beijing 100050, China

Corresponding author: Zhao Wenhua, Email: zhaowh@chinacdc.cn

【Abstract】 As many developed countries have walked through the course, the trends of obesity epidemic among children in China are also rapidly increasing. This article describes the strategies for prevention and control of obesity at home and abroad, as well as the prevalence of overweight and obesity among children and adolescents at different ages in China. Related factors and negative impacts on overweight and obesity regarding individual health and the society are clarified. Evidence shows that it is imminent to control childhood obesity.

【Key words】 Children and adolescents; Overweight and obesity; Prevention; Control

儿童青少年超重肥胖的流行率在全球范围内普遍上升,2017年《柳叶刀》发表的研究显示^[1],从1975年到2016年全球5~19岁男孩和女孩的BMI从17.2 kg/m²和16.8 kg/m²分别上升到18.6 kg/m²和18.5 kg/m²,中国是超重肥胖绝对人数增加最多的国家之一。我国儿童青少年超重肥胖的流行始于2000年前后^[2],2002年我国儿童青少年超重肥胖检出率合计为6.6%,2012年就增长到15.8%,这10年的增长速度已超过美国儿童青少年超重肥胖率增长速度最快时期^[3]。超重肥胖不仅会对儿童生理、心理和精神上造成严重影响,而且还将增加其成年后相关慢性病包括高血压、糖尿病的发病风险^[4-5]。目前,儿童超重肥胖已经成为一个重大的公共卫生问题。

儿童超重肥胖的发生和流行,受不健康饮食行为、身体活动不足、环境和社会文化等多种因素的共同影响,尤其是受生活方式的影响。过去几十年,我国居民膳食模式和生活方式发生了很大变化^[6],膳食逐渐向西方饮食模式转变,身体活动不足问题日益凸显。这种变迁首先发生在城市,随后,很多农村地区也逐渐发生转变。人们营养得到全面改善的同

时也出现了营养不良的新问题,主要表现为超重肥胖的快速上升和流行。

鉴于儿童青少年的身体、心理发育和社会适应的特殊性,超重肥胖对其健康的影响与成年人相比并不完全相同,其中最重要的长期后果是超重肥胖及其导致的相关健康危险可持续至成年期。虽然一些纵向研究表明,在成年后改善BMI可以减少发病和死亡的风险^[4],但儿童期超重肥胖对成年后健康确实会产生持久的影响^[5]。家庭对儿童超重肥胖也有着重要的影响,孩子通过“继承”家庭饮食习惯、身体活动等行为、社会经济地位等,超重肥胖的危险会从一代传给下一代,即产生代际效应。

关于儿童超重肥胖控制,国内外进行了多项研究,包括干预效果的研究、健康行为改变理论的应用研究及社区行为咨询干预研究等^[7]。然而,尽管有大量干预研究的证据,但干预效果并不尽如人意。由于儿童正处于生长发育期,超重肥胖干预的目的在于维持健康,而非减轻体重,因此如何进行有效的生理及心理行为矫正,还存在很多难点。

针对儿童超重肥胖问题,国际国内也出台了很

多应对策略与政策。2014 年在罗马召开的第二次国际营养大会,制定了“联合国营养问题行动十年(2016—2025)计划”并重新定义了营养不良,将超重肥胖纳入营养不良的范畴^[8],提出的 2025 年全球营养目标中很重要的一条就是“五岁以下超重儿童的数量保持零增长”。我国近几年也相继出台了一些营养改善策略和政策,如《中国食物与营养发展纲要(2014—2020 年)》中指出要“遏制城镇儿童青少年超重、肥胖增长态势”;《“健康中国 2030”规划纲要》指出要“引导合理膳食”;《全民健康生活方式行动方案(2017—2025 年)》倡导“三减三健”行动;《国民营养计划(2017—2030)》提出“到 2020 年,学生超重肥胖率上升趋势减缓……到 2030 年,学生肥胖率上升趋势得到有效控制”。

2004 年陈春明教授^[9]曾以“对儿童肥胖问题的防治不可坐失良机”为题阐述过防控儿童超重肥胖的几个要素。尽管十几年来各方面采取了相关的防控措施,但和儿童超重肥胖的增长速度相比,力度远远不够。要实现《国民营养计划(2017—2030)》提出的儿童超重肥胖率零增长的目标,还有很长、很艰难的路要走。毫无疑问,遏制儿童超重肥胖不论对个体还是整个社会都会带来健康效益和社会效益,而如何采取综合措施进行有效防控将成为未来研究的热点。在此,我们呼吁要将防控儿童超重肥胖作为一项紧迫的任务,并落实全社会的共同行动,这也是实现健康中国战略的重要支撑。

本期“关注儿童超重和肥胖”栏目刊出 5 篇论文^[10-14],希望该栏目文章的刊出,能对深入了解我国儿童青少年超重肥胖的流行现状有所帮助,能为儿童超重肥胖预防控制策略的制定和实施提供支持。

利益冲突 无

参 考 文 献

- [1] Abarca-Gómez L, Abdeen ZA, Hamid ZA, et al. Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128·9 million children, adolescents, and adults[J]. *Lancet*, 2017, 390(10113): 2627-2642. DOI: 10.1016/S0140-6736(17)32129-3.
- [2] 季成叶,孙军玲,陈天娇. 中国学龄儿童青少年 1985—2000 年超重、肥胖流行趋势动态分析[J]. *中华流行病学杂志*, 2004, 25(2): 103-108. DOI: 10.3760/j.issn.0254-6450.2004.02.004.
- [3] Ji CY, Sun JL, Chen TJ. Dynamic analysis on the prevalence of obesity and overweight school-age children and adolescents in recent 15 years in China[J]. *Chin J Epidemiol*, 2004, 25(2): 103-108. DOI: 10.3760/j.issn.0254-6450.2004.02.004.
- [4] Fryar CD, Carroll MD, Ogden CL. Prevalence of overweight and obesity among children and adolescents: united states, 1963-1965 through 2011-2012 [M/OL]. (2014-09-19) [2015-11-01]. https://www.cdc.gov/nchs/data/hestat/obesity_child_11_12/
- [5] obesity_child_11_12.html.
- [4] Tapp RJ, Venn A, Huynh QL, et al. Impact of adiposity on cardiac structure in adult life: the Childhood Determinants of Adult Health (CDAH) study[J]. *BMC Cardiovasc Disord*, 2014, 14: 79. DOI: 10.1186/1471-2261-14-79.
- [5] Kelsey MM, Zaepfel A, Bjornstad P, et al. Age-related consequences of childhood obesity[J]. *Gerontology*, 2014, 60(3): 222-228. DOI: 10.1159/000356023.
- [6] 翟凤英,王惠君,杜树发,等. 中国居民膳食结构与营养状况变迁追踪[J]. *医学研究杂志*, 2006, 35(4): 3-6. DOI: 10.3969/j.issn.1673-548X.2006.04.002.
- [6] Zhai FY, Wang HJ, Du SF, et al. A prospective study on nutrition transition in China[J]. *J Med Res*, 2006, 35(4): 3-6. DOI: 10.3969/j.issn.1673-548X.2006.04.002.
- [7] Martin J, Chater A, Lorencatto F. Effective behaviour change techniques in the prevention and management of childhood obesity[J]. *Int J Obes*, 2013, 37(10): 1287-1294. DOI: 10.1038/ijo.2013.107.
- [8] World Health Organization. 2016 global nutrition report [M/OL]. (2016-06-14) [2018-02-11]. <http://www.ifpri.org/blog/2016-global-nutrition-report>.
- [9] 陈春明. 对儿童肥胖问题的防治不可坐失良机[J]. *中华流行病学杂志*, 2004, 25(2): 95-96. DOI: 10.3760/j.issn.0254-6450.2004.02.002.
- [9] Chen CM. Timely actions on childhood obesity[J]. *Chin J Epidemiol*, 2004, 25(2): 95-96. DOI: 10.3760/j.issn.0254-6450.2004.02.002.
- [10] 于冬梅, 琚腊红, 赵丽云, 等. 中国 0~5 岁儿童超重肥胖分布特征[J]. *中华流行病学杂志*, 2018, 39(6): 710-714. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.003.
- [10] Yu DM, Ju LH, Zhao LY, et al. Prevalence and characteristics of overweight and obesity in Chinese children aged 0-5 years[J]. *Chin J Epidemiol*, 2018, 39(6): 710-714. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.003.
- [11] 房红芸, 翟屹, 赵丽云, 等. 中国 6~17 岁儿童青少年超重肥胖流行特征[J]. *中华流行病学杂志*, 2018, 39(6): 724-727. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.006.
- [11] Fang HY, Zhai Y, Zhao LY, et al. Epidemiological characteristics of overweight and obesity in Chinese children and adolescents aged 6-17 years[J]. *Chin J Epidemiol*, 2018, 39(6): 724-727. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.006.
- [12] 房红芸, 刘丹, 赵丽云, 等. 中国 6~17 岁儿童青少年腰围水平及中心性肥胖流行特征[J]. *中华流行病学杂志*, 2018, 39(6): 715-719. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.004.
- [12] Fang HY, Liu D, Zhao LY, et al. Epidemiological characteristics of waist circumference and abdominal obesity among Chinese children and adolescents aged 6-17 years[J]. *Chin J Epidemiol*, 2018, 39(6): 715-719. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.004.
- [13] 刘丹, 房红芸, 赵丽云, 等. 家庭相关因素与中国 6~17 岁儿童青少年超重肥胖关系的研究[J]. *中华流行病学杂志*, 2018, 39(6): 720-723. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.005.
- [13] Liu D, Fang HY, Zhao LY, et al. Study on the relationship between family-related factors and obesity of children and adolescents aged 6-17 years[J]. *Chin J Epidemiol*, 2018, 39(6): 720-723. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.005.
- [14] 李莹莹, 王赞, 谌丁艳, 等. 深圳市 2013—2017 年儿童青少年超重肥胖流行趋势分析[J]. *中华流行病学杂志*, 2018, 39(6): 728-731. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.007.
- [14] Li YY, Wang Y, Chen DY, et al. Prevalence and trends of overweight and obesity in children and adolescents from 2013 to 2017 in Shenzhen[J]. *Chin J Epidemiol*, 2018, 39(6): 728-731. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2018.06.007.

(收稿日期: 2018-02-11)

(本文编辑: 万玉立)