



SIARAN AKHBAR

KEMENTERIAN KESIHATAN

PERUTUSAN

YANG BERTHORMAT
DATO SERI SETIA DR HAJI MOHAMMAD ISHAM BIN HAJI JAAFAR
MENTERI KESIHATAN
SEMPENA HARI OBESITI SEDUNIA 2024

04 MAC 2024

TEMA:

“MARI BERBICARA TENTANG OBESITI DAN KANAK-KANAK”
(Let’s Talk About Obesity and Children)

1. Obesiti adalah salah satu faktor risiko utama bagi penyakit-penyakit tidak berjangkit seperti penyakit jantung, kencing manis, tekanan darah tinggi, dan beberapa jenis kanser. Obesiti juga dikategorikan sebagai salah satu isu kesihatan awam yang utama di seluruh dunia disebabkan kesan negatif terhadap kesihatan, produktiviti dan ekonomi negara.
2. Menurut laporan World Obesity Atlas 2023 daripada Persekutuan Obesiti Sedunia, kira-kira **2.6 billion (38%)** penduduk dunia mengalami berat badan berlebihan dan obesiti pada tahun 2020 dan jumlah ini dijangka akan meningkat kepada seramai **4 bilion (melebihi 50%)** penduduk dunia pada tahun 2035 jika tidak ada tindakan dan langkah pencegahan diambil untuk mengurangkan peningkatan kadar obesiti ini.

3. Oleh yang sedemikian, Hari Obesiti Sedunia disambut pada setiap 4 Mac untuk meningkatkan kesedaran dan pemahaman orang ramai tentang punca obesiti dan tindakan-tindakan yang perlu diambil bagi menangani obesiti. Tema sambutan Hari Obesiti Sedunia di Negara Brunei Darussalam pada tahun ini ialah: **“Mari Berbicara Mengenai Obesiti & Kanak-Kanak (Let’s Talk About Obesity & Children)”**. Tema ini menumpukan perhatian terhadap masalah obesiti di kalangan kanak-kanak termasuk para remaja.

4. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia, lebih daripada 340 juta kanak-kanak dan remaja mengalami berat badan berlebihan dan obesiti pada tahun 2016. Isu obesiti di kalangan kanak-kanak ini adalah salah satu cabaran kesihatan awam global yang paling serius, yang menjejaskan setiap negara. Di Negara Brunei Darussalam, Kaji selidik ‘Global School-based Health Survey (GSHS)’ 2019 menunjukkan kadar obesiti di kalangan remaja yang berumur 13 hingga 17 tahun adalah 18.1%, iaitu meningkat dari 17.4% pada tahun 2014. Kadar ini merupakan kadar yang tertinggi di kalangan negara-negara Asia Tenggara. Manakala, kadar berat badan berlebihan di kalangan remaja juga tinggi iaitu 35.6% pada tahun 2019, berbanding 35.2% pada tahun 2014. Saringan kesihatan yang dijalankan oleh Perkhidmatan Kesihatan Sekolah, Kementerian Kesihatan di kalangan pelajar-pelajar di seluruh Negara juga mendapati kadar berat badan berlebihan dan obesiti di kalangan pelajar-pelajar Tahun 1, 4 dan 7 dalam tempoh masa 5 tahun

kebelakangan adalah di antara 25% ke 30%.

5. Masalah obesiti di kalangan kanak-kanak ini sangat membimbangkan kerana ia boleh menjejaskan kesejahteraan emosi dan mental seperti mengalami perasaan kemurungan, tekanan (stress) yang tinggi, kebimbangan yang melampau dan perasaan terasing secara sosial. Masalah emosi dan mental tersebut boleh berterusan sehingga dewasa. Jika masalah obesiti ini tidak dibendung dari awal, tren ini akan terus meningkat dan kanak-kanak yang obes mempunyai risiko yang tinggi menjadi dewasa yang obes dan mengalami masalah kesihatan disebabkan oleh penyakit-penyakit tidak berjangkit.

6. Terdapat beberapa faktor yang boleh menyebabkan obesiti termasuk genetik, persekitaran, psikologi, budaya dan sosial, pemakananan yang tidak sihat dan seimbang, kurang kegiatan fizikal dan sesetengah ubat. Menurut kaji selidik GSHS 2019, sebanyak 78.7% remaja tidak mengamalkan pemakanan buah-buahan yang cukup (sekurang-kurangnya tiga hidangan sehari) dan sebanyak **86.8% remaja** tersebut tidak mengamalkan pengambilan sayur-sayuran yang cukup (sekurang-kurangnya dua hidangan sehari). Kajiselidik tersebut juga mendapati bahawa sebanyak **40% remaja** mengambil minuman berkarbonasi sekurang-kurangnya sekali setiap hari. Kajiselidik ini juga menunjukkan bahawa sebanyak 89% remaja tidak mengamalkan aktiviti fizikal seperti yang disarankan oleh WHO iaitu

sekurang-kurangnya 60 minit sehari. Kekurangan aktiviti fizikal dan amalan pemakanan yang kurang sihat dari peringkat awal adalah dipengaruhi oleh keadaan persekitaran kanak-kanak seperti amalan kebiasaan di rumah, penggunaan skrin atau gajet secara berlebihan, jadual persekolahan, pemasaran makanan dan minuman yang berkhasiat dan sebagainya.

7. Oleh yang sedemikian, Kementerian Kesihatan menitikberatkan tindakan-tindakan pencegahan di setiap peringkat kehidupan termasuk dari dalam kandungan dan peringkat kanak-kanak. Antara inisiatif-inisiatif yang telah diambil bagi pencegahan masalah obesiti di kalangan kanak-kanak adalah termasuk:

a. Mengukuhkan dasar-dasar dan garispandu yang berkaitan untuk mengutamakan persekitaran yang sihat seperti **Pemakanan Ibu, Anak Damit Dan Kanak-kanak Kecil** bagi menyokong, mempromosi dan melindungi amalan penyusuan susu ibu, **Kod Pemasaran Makanan Dan Minuman Yang Berhemah Kepada Kanak-Kanak** bagi melindungi kanak-kanak daripada kesan pengiklanan makanan dan minuman yang tidak berkhasiat dan cukai ke atas minuman yang mengandungi gula (*Sugar-Sweetened Beverages Tax*).

b. Bekerjasama dengan pelbagai sektor melalui tindakan-tindakan yang telah digariskan di dalam Brunei Darussalam National Multi-sectoral Action Plan on

Non-Communicable Diseases (BruMAP-NCD) 2021-2025, termasuk langkah-langkah untuk mewujudkan persekitaran pemakanan yang lebih sihat dan kondusif serta menyokong aktiviti fizikal dikalangan masyarakat. Antaranya ialah **Inisiatif Logo Pilihan Sihat**, dengan kerjasama industri makanan bagi membantu pengguna untuk membuat pilihan makanan yang lebih sihat dan **Program Brunei on the Move (BONTM)** bagi mempromosi dan mengalakkan masyarakat untuk sentiasa aktif melakukan kegiatan fizikal.

- c. Memberikan khidmat nasihat mengenai obesiti dan kaunseling pemakanan di Pusat-Pusat Kesihatan dan hospital-hospital kerajaan. Kementerian Kesihatan juga ada menyediakan perkhidmatan Klinik Obesiti (bagi dewasa) di Hospital Raja Isteri Pengiran Anak Saleha melalui rujukan dari Pusat-Pusat Kesihatan berdekatan.
 - d. Terus menjalankan kempen media massa dan aktiviti-aktiviti kesihatan untuk meningkatkan kesedaran dan pengetahuan mengenai obesiti dan kepentingan amalan gaya hidup sihat di pelbagai tempat seperti sekolah, pusat penjagaan kanak-kanak, komuniti dan sebagainya.
8. Pencegahan masalah obesiti di kalangan kanak-kanak memerlukan usaha, penglibatan dan komitmen dari semua pihak termasuk individu, ibu bapa, sekolah-sekolah, industri makanan dan

minuman dan sektor-sektor lain yang berkaitan bagi membentuk persekitaran kanak-kanak untuk menjadi lebih sihat. Oleh itu, masalah obesiti kanak-kanak adalah tanggungjawab bersama dan perlu diatasi dengan kerjasama dari semua pihak masyarakat di negara ini.

9. Bersempena Hari Obesiti Sedunia ini, marilah kita semua bergerak bersama mengamalkan gaya hidup yang sihat dan meningkatkan usaha untuk mempercepatkan tindakan-tindakan bagi pencegahan obesiti. Insha Allah, Kementerian Kesihatan dengan kerjasama pihak-pihak berkepentingan akan sentiasa dan terus komited dalam menangani masalah obesiti dengan meneliti dan melaksanakan dasar-dasar yang membolehkan persekitaran yang sihat untuk memastikan kualiti kehidupan kita dan anak-anak kita akan terus terjamin.

-TAMAT-