

Mengenal Dampak Psikososial pada Anak yang Obesitas



PARIPURIA

PEMERINTAH KABUPATEN PEMALANG
RSUD dr. M. ASHARI

5 Dampak Psikososial Pada Anak yang Mengalami Obesitas

1. Gerakan pada tubuh akan menjadi lamban, sehingga dapat menyebabkan penurunan aktivitas.
2. Mengurangi rasa percaya diri pada anak
3. Memiliki penampilan yang kurang menarik
4. Akan menjadi bahan ejekan bagi teman disekitarnya
5. Dikhawatirkan akan menarik diri dari pergaulan

Terapkan Perilaku Hidup Sehat Pada Anak

1. Makan makanan yang memiliki gizi seimbang.
2. Rutin melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit perhari.
3. Menjaga siklus tidur pada anak.

Segera lakukan pemeriksaan atau konsultasi kepada dietisien atau ahli gizi spesialis program diet terdekat apabila orang tua membutuhkan arahan dan bimbingan untuk membuat program diet yang cocok untuk anak.

sumber : ayosehat.kemkes.go.id



Rumah Sakit Pilihan Utama Masyarakat Pemalang dan sekitarnya.

Customer Service
0284 321614

 rsudashariqml   RSUD dr. M. Ashari Pemalang  www.rsudashari.pemalangkab.go.id

#sekaranglebihbaik

Mengenal Dampak Psikososial pada Anak yang Obesitas

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang tidak hanya dapat menyerang kategori umur tertentu. Sehingga dengan demikian, baik lansia, dewasa, hingga anak-anak dapat berpeluang mengalami penyakit obesitas tersebut.

Pada kelompok usia anak sendiri, obesitas tidak hanya memiliki efek buruk bagi kesehatan seperti penyakit paru-paru dan kaki bengkok akibat penimbunan berat badan yang sangat masif, namun juga akan menyebabkan efek psikososial yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak tersebut.

5 Dampak Psikososial Pada Anak yang Mengalami Obesitas

Berikut ini adalah 5 dampak psikososial yang akan dirasakan oleh anak yang mengalami obesitas, diantaranya adalah:

1. Gerakan pada tubuh akan menjadi lamban, sehingga dapat menyebabkan penurunan aktivitas.
2. Mengurangi rasa percaya diri pada anak
3. Memiliki penampilan yang kurang menarik
4. Akan menjadi bahan ejekan bagi teman disekitarnya
5. Dikhawatirkan akan menarik diri dari pergaulan

Dengan memahami dampak psikososial yang akan dialami oleh anak yang mengalami obesitas, diharapkan para orangtua dapat mengarahkan buah hatinya untuk dapat menerapkan perilaku hidup sehat, seperti makan makanan yang memiliki gizi seimbang, rutin melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit perhari, hingga menjaga siklus tidur pada anak.

Segera lakukan pemeriksaan atau konsultasi kepada dietisien atau ahli gizi spesialis program diet terdekat apabila orang tua membutuhkan arahan dan bimbingan untuk membuat program diet yang cocok untuk anak.

sumber : ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-dampak-psikososial-pada-anak-yang-obesitas