



因，肥胖被定义为体液过剩。而他也是第一个意识到肥胖会导致不孕和早期死亡的人。此外，他还记录了斯巴达人排斥肥胖，以及苏格拉底每日清晨跳舞以保持身材。

在我国古代，唐朝成了“胖胖们”的天堂，一方面可能因为受到胡人审美的影响，另一方面盛唐时代有了较为丰厚的物质条件。但早在战国时期，《黄帝内经》中就曾提及“膏粱之疾”，隐含对儿童饮食过度的警示。

18至19世纪，随着营养学和代谢研究的出现，部分医生开始关注儿童健康问题。当时，大多数人对于肥胖的质疑仍然并非因为健康。例如，胖的小孩在19世纪可能被看作“邪恶的”，但是不会被看作不健康的。

一直到19世纪末20世纪初，工业革命使得白糖、精白面粉等加工食物更易获取，包装、冷藏、烹饪等技术使得食物资源进一步丰富；同时，高度机械化大大降低了人力能耗，交通便捷增加久坐的时间，城市化发展使得活动范围和运动有限。

这一时期，科学研究逐渐开始探索如何生活更健康。

德裔美国精神病学家和儿科医生希尔德·布鲁赫（Hilde Bruch）被认为是现代儿童肥胖研究的重要奠基人。他于1939

年发表论文《儿童期肥胖》，首次系统分析了儿童肥胖的心理和生理因素，指出肥胖不仅是代谢问题，还与家庭环境、情绪行为相关，并提出“情绪性进食”概念，强调社会文化对儿童饮食行为的影响，推动了儿童肥胖从单纯生理问题向多学科综合研究的转变。

20世纪中后期，慢性病研究的兴起促使儿童肥胖成为全球议题。

高热量食品养胖了小孩

全球疾病负担研究组开展了上述刊登在《柳叶刀》上的研究。该研究指出，1990年至2021年这短短30年间，全球成人和儿童的超重与肥胖率增长了一倍多。2021年，全球已有21.1亿成年人和4.93亿儿童及青少年受到超重或肥胖的影响。若现行趋势持续，2050年全球将有超半数（38亿）成年人和1/3（7.46亿）青少年儿童面临体重超标困扰，其中儿童肥胖率可能激增121%，达到3.6亿人。

该研究预测，2021年至2050年期间，儿童和青少年的超重率将趋于稳定，因为全球所有地区都有更多的人由超重转为肥胖，这一比例预计在2022年至2030年间将显著增

加，并在2031年至2050年持续增加。

在地区上，该研究显示，预计北非和中东、拉丁美洲和加勒比地区的肥胖率将增长最快，到2050年，这些地区将生活着全球约三分之一的肥胖儿童和青少年（1.3亿）。一些大洋洲国家（如库克群岛、瑙鲁、汤加）也预计将经历转变为肥胖主导的趋势，其2050年肥胖率可能达到60%—70%。

此外，人口众多的国家，如尼日利亚（1810万）、印度（2640万）、巴西（1780万）、中国（3520万）和美国（2210万），青少年肥胖人数预计也将激增。

“如果我们现在采取行动，仍然有可能阻止儿童和青少年向全球性肥胖完全过渡。”共同领衔作者、澳大利亚默多克儿童研究所的Jessica Kerr博士表示，研究发现欧洲和南亚大部分地区的儿童和青少年处于肥胖状态，他们应该成为肥胖预防策略的目标人群，“而在北美洲、大洋洲、北非和中东以及拉丁美洲，有大量人口，尤其是女性青少年，预计将进入肥胖主导状态，急需多方面的干预和治疗。这对于避免肥胖的代际传播，预防后代出现严重的健康问题以及可怕的经济和社会负担至关重要”。

据《环球时报》援引《印度