

Berria egunkarian argitaratutako iritzi-artikulu bat daukazu ondoren

Egitekoa

Irakur ezazu hurrengo artikulua, eta ondorengo orrian aurkitu testutik kendutako zatiak. Idatz testuko zatien **letra** laukietan, adibidean egiten den bezala.

Umeen loditasuna arazo

Patxi Juaristi
Soziologoa

Azaroaren 8a elikaduraren eta sukaldaritza osasuntsuaren egun europarra izendatu dute. Horrekin, umeen artean elikatzeko modu osasuntsuak sustatu nahi dituzte, eta Europar Batasunean (EB) dauden ume lodien arazoari aurre egin.

	0-A	
--	-----	--

Are gehiago, urtero ume lodien kopurua 400.000 handitzen da. Etorkizuneko belaunaldien gehiegizko kiloak gero eta buruhauste handiagoa dira Batasunean eta, oro har,

	1	
--	---	--

osasunean egiten den gastua handitu eta gure gizartearen ekintzarako eta garapenerako gaitasuna murriztu. *Gosaldu, bazkaldu, askaldu eta afaldu, eta ogasuna galdu.*

Elikaduraren eta sukaldaritza osasuntsuaren egun europarra ospatzeko Bruselan egin zen ekitaldian, Markos Kyprianouk, EBko osasun-komisarioak, Batasuneko goi mailako hainbat sukaldariren laguntzarekin, osasuntsu jateko hainbat aholku eman zituen.

	2	
--	---	--

Alde batetik, kontuan hartu behar da mendebaldeko gizarte aberatsetan, jan dezakeguna baino elikagai gehiago ditugula gure etxeetan. Munduko beste toki batzuetako umeak ez bezala, gure umeak oparotasunean hazten ari dira. Loditu egiten dira, asko eta txarto jaten dutelako. *Gutxiegia eta larregia, beti kaltegarria.*

Bestetik, bizitza sedentarioa bultzatzen duten gizarteetan bizi gara.

	3	
--	---	--

Ezin dugu ahaztu, bestalde, bizi garen gizarteak umeen anomia, identitate galera eta autoestimua

baxua bultzatzen dituela, eta hori saihesteko, asko direla behar duten baino gehiago jaten dutenak; hain zuzen, urdaila beteta edukitzeak eguneroko arazoak ahazten laguntzen duelako.

Gauzak horrela, 2002an, *The Lancet* aldizkari ezagunak esan zuen XXI. mendeko *izurria* haurren gizentasuna dela. Ebbeling, Pawlak eta Ludwig ikerlariak aldizkarian argitaratu zuten txostenaren arabera, azken 30 urteetan haur gizenen kopurua zazpi aldiz biderkatu da mundu osoan.

	4	
--	---	--

Zenbait kalkuluren arabera, osasunean egiten den gastu guztiaren %5, eta %7 bitartean gizentasunarekin zerikusia duten gaixotasunekin loturik dago.

Koipedun produktuak deabrua egin ditugu, eta kolesterol baxuko galletak, inn osoko ogia eta esneki gaingabetuak jaten hasi gara. Gure umeak *light* kulturaren hazten ari dira, nahiz eta gero eta pisu handiagoa duten. Egia esan, ez nau harritzen gero eta ume lodi gehiago izateak, kontuan hartzen badugu kalorien aurkako gerra guztiz azalekoa eta interesatua dela.

	5	
--	---	--

Izan ere, esneki gabetuak edo azukrerik gabeko produktuak, azukredunak edo esneki gaindunak baino gehiago ordaintzera behartzen gaituzte, eta, gero, aurreztu duten azukrea eta esnegaina berriro saltzen digute, etekinak handituz.

Hala eta guztiz ere, ez da hori gure gizartearen paradoxarik handiena, baizik eta pisu handiegia duten milioika umeren alboan, gosez hiltzen diren umeak daudela. *Jan gabeak hiltzen, eta janegiak ere bai.*

Berria, 2007ko azaroaren 27a

A. Egia esan, zerbait egin beharra zegoen, modu sinbolikoan bada ere. Izan ere, Europako Batasuneko 22 milioi ume lodi daude, edo dagokien baino pisu gehiago dute.

B. Gehiago esango dut, askotan iruditzen zait multinazional handien etekinak handitzeko pentsatuta dagoela.

C. Dena dela, guztiok dakigu errezetak ematea baino zerbait gehiago beharko dela arazoa konpontzeko.

D. Nire ustez, ez zitzaion arrazoirik falta aldizkariari *izurri* hitza erabili zuenean. Kontuan hartu behar da gizentasuna osasun publikoko arazo larri bihurtzen ari dela herrialde aberats askotan, eta neurritz gainera kiloak zama astuna direla osasun zerbitzuentzat eta administrazioentzat.

E. Eta, ondorioz, gure umeek gero eta kaloria gutxiago erretzen dute. Are gehiago, kontuan hartu behar da umeak autoz eramaten ditugula toki guztietara, nahiz eta askotan oinez egiteko moduko distantziak izan.

F. Mendealdeko herri aberatsetan. Izan ere, gure umeen pisua gero eta handiagoa bada aurrerantzean, osasun arazoak ugaritu egingo dira,

Idatzi dagokion **letra** ondoko laukietan:

0. Adibidea: 0 = A

Hutsuneak	0	1	2	3	4	5
Testu zatiak	A					