



Promotion santé Valais Gesundheitsförderung Wallis

Surpoids

L'excès de poids devient un problème si l'écart entre le poids et la taille s'accroît chaque année. Si on observe qu'un enfant devient plus rond et qu'il faut souvent changer de taille d'habits, il s'agit peut-être d'un signe de surpoids. Si celui-ci devient trop important, on parle alors d'obésité.



L'obésité peut entraîner des complications comme des maladies cardiovasculaires, du diabète, une mauvaise image de soi, un sentiment d'exclusion ou de solitude.

En savoir plus ?

- Plaisir au quotidien, bouger et manger rendent la vie belle
- Manger avec plaisir : truc et astuces
- Le guide pratique pour les parents d'enfants en surpoids
- Offre de sport facultatif au sein des communes
- Le programme Contrepoids de l'hôpital du Valais