

Ancaman Obesitas Sudah Sampai pada Balita

Prevalensi obesitas anak 12,7 persen di antara anak usia dua hingga lima tahun.

JAKARTA (IM)-Dulu, kondisi obesitas biasa ditemui pada orang dewasa atau usia yang beranjak tua. Hal ini biasanya dikaitkan dengan melambatnya metabolisme seiring bertambahnya usia. Namun, kini obesitas tak lagi hanya milik manusia dewasa. Anak-anak juga mulai banyak ditemui mengalami kondisi obesitas, bahkan sejak usia balita.

Konsultan endokrinologi anak, Eka Hospital Cibubur, dr Dana Nur Prihadi, SpA (K) mengungkapkan, salah satu kondisi yang sering dikeluhkan pada anak usia muda adalah obesitas. Ini adalah kondisi di mana jumlah lemak yang didapatkan tidak sebanding dengan jumlahnya yang dibakar sehingga menyebabkan penumpukan lemak dan membuat anak menjadi kelebihan berat badan.

"Meski bisa menyerang siapa saja, ini tidak menutup bahwa banyak kasus obesitas juga berasal dari anak-anak, bahkan beberapanya masih berumur di bawah lima tahun," ujarnya.

Berdasarkan data WHO,

prevalensi dalam obesitas anak telah mencapai 12,7 persen di antara anak usia dua hingga lima tahun, 20,7 persen di antara anak usia enam hingga 11 tahun dan 22,2 persen di antara anak usia 12 hingga 19 tahun. Hal tersebut, menurut Dana, membuat obesitas kerap menjadi permasalahan yang serius untuk anak-anak.

Ditambah, kondisi ini sering kali dibiarkan tanda-tandanya karena kebanyakan dari anak-anak belum memahami apa itu obesitas sepenuhnya dan merasa tidak ada yang salah dari tubuhnya. Itulah mengapa peran orang tua sangat penting sebagai pendeteksi pertama, apakah mereka menunjukkan tanda-tanda yang bisa mengacu ke obesitas?

"Karena meski tidak terlihat, obesitas dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan pada kemudian hari," ujar Dana.

Obesitas memiliki ciri-ciri yang bervariasi dan tidak menentu, karena tidak semua anak yang kelebihan berat badan dikategorikan sebagai obesitas.

Kondisi tersebut baru bisa didiagnosis oleh dokter dengan menghitung body mass index atau indeks massa tubuh menggunakan rumus serta melihat usia dan kesehatan fisik anak.

Akan tetapi, sebaiknya Anda tidak mendiagnosis obesitas dengan menghitung indeks massa tubuh sendiri. Karena massa otot yang tinggi juga bisa menghasilkan indeks massa tubuh yang tinggi dan butuh pemeriksaan lanjut dengan dokter terkait.

Namun, anak-anak yang memiliki obesitas mungkin akan menunjukkan beberapa gejala yang bisa Anda waspadai, yaitu sesak napas, postur tubuh yang buruk, mendengkur saat tidur, sakit punggung, gampang lelah, dan mudah berkeringat.

Ada banyak faktor yang dapat meningkatkan risiko anak dalam obesitas, yaitu genetik.

"Jika Anda atau keluarga Anda memiliki riwayat obesitas, ada kemungkinan bahwa anak Anda juga akan mengalami obesitas, terutama jika keluarga Anda terbiasa dengan gaya hidup yang tidak sehat," kata Dana menjelaskan.

Selain itu, pola makan yang tidak teratur. Anak akan memiliki risiko yang lebih besar untuk mengalami obesitas jika

mereka memiliki pola makan yang tak teratur sejak dini. Makanan tinggi akan kalori, gula, hingga lemak dapat meningkatkan risiko anak dalam mengidap obesitas.

Faktor lainnya adalah kurangnya aktivitas fisik. Cara yang paling efektif untuk membakar kalori berlebih adalah dengan melakukan aktivitas fisik. Sehingga jika anak tidak terbiasa untuk melakukan aktivitas fisik, ini dapat meningkatkan risiko mereka untuk mengidap obesitas.

Faktor selanjutnya adalah pengaruh psikologis. Anak dengan kondisi psikologis yang terganggu bisa saja mengembangkan kebiasaan yang bisa menyebabkan obesitas. Penelitian mengungkap anak yang memiliki tingkat stres dan kecemasan tinggi bisa saja membuat mekanisme menenangkan diri dengan mengonsumsi makanan berlebih yang dapat meningkatkan risiko obesitas.

Obesitas banyak terjadi pada anak-anak dari berbagai rentang usia. Yang lebih memprihatinkan, beberapa di antaranya berusia di bawah lima tahun. Jika dibiarkan, apa dampak obesitas yang terjadi sejak masa anak-anak dan bagaimana mencegahnya?

Konsultan endokrinologi anak Eka Hospital Cibubur, dr Dana Nur Prihadi, SpA (K) menegaskan, obesitas sudah pasti dapat berisiko menyebabkan masalah kesehatan fisik pada anak. Beberapa gangguan kesehatan tersebut bahkan bisa mereka idap hingga mereka dewasa nanti, beberapa diantaranya asma, apnea tidur, diabetes tipe dua, darah tinggi (hipertensi), kolesterol tinggi, dan penyakit jantung. "Selain itu, obesitas juga memiliki risiko dalam terkena gangguan kesehatan mental, seperti bullying, rasa percaya diri yang rendah, hingga depresi," ujarnya.

Lalu, kapan harus pergi ke dokter? Menurut Dana, tidak semua anak yang kelebihan berat badan bisa dianggap obesitas. Tapi, sebagai orang tua, ada baiknya jika Anda terus memantau pertumbuhan berat badan si kecil.

Jika Anda merasa buah hati sudah mulai kelebihan berat badan dan berat badannya sudah mulai mengganggu kesehatannya, segera periksakan diri mereka ke dokter anak. "Semakin cepat bertindak, akan semakin mudah untuk buah hati memulai program penurunan berat badan," ujar Dana. ● tom

20 Persen Penduduk Indonesia Berpotensi Alami Gangguan Mental

JAKARTA (IM)- Kesehatan mental merupakan salah satu masalah yang kini cukup banyak diperbincangkan, pasca masa pandemi beberapa tahun belakang ini. Dilansir dari yankes.kemkes.go.id, 20 persen penduduk Indonesia bahkan berpotensi mengalami gangguan masalah mental ini.

Secara umum, masalah mental adalah suatu kondisi tidak baik dan bahkan bisa disebut juga sebagai penyakit yang mempengaruhi emosi, pola berpikir serta perilaku seseorang. Salah satu cara paling efektif dan mudah untuk mencegah masalah mental pada diri tersebut adalah dengan memiliki mental yupi.

Secara umum, masalah mental adalah suatu kondisi tidak baik dan bahkan bisa disebut juga sebagai penyakit yang mempengaruhi emosi, pola berpikir serta perilaku seseorang. Salah satu cara paling efektif dan mudah untuk mencegah masalah mental pada diri tersebut adalah dengan memiliki mental yupi.

Seseorang yang memiliki mental Yupi biasanya adalah orang yang hangat dan menyenangkan bagi lingkungannya. Orang yang demikian akan menyalurkan semangat positif, membangkitkan mood menjadi lebih

happy sehingga bisa bermanfaat juga bagi orang lain.

Semua filosofi mental kuat Yupi tersebut, menjadi pondasi dasar dari terciptanya kampanye #MentalYupi. Tekstur, bentuk dan warna dari produk permen Yupi merupakan perwujudan dari karakteristik mental yupi.

Kampanye mental Yupi ini diungkapkan oleh Juliwati Husman, Direktur Sales & Marketing PT YUPI INDO JELLY GUM, ia menjelaskan, Yupi Gummy bukan hanya sekedar permen yang memberikan rasa buah yang manis dan segar, tetapi banyak juga manfaat lainnya, seperti perasaan happy, mood booster, energi, dan manfaat bagi tubuh lainnya.

"Dengan istilah mental Yupi bagi pribadi yang bermental Kenyal dan Happy (bounce back, elastic heart, dan spread joys), Yupi Gummy akan membuat orang merasa bahagia, senang, dan bersemangat," ujarnya.

Pribadi dengan mental yang kenyal, kita akan segera bangkit kembali dan mampu meraih prestasi yang lebih baik lagi. Secara alami, pribadi yang demikian akan lebih berbahagia, dan kebahagiaan dapat menular dari satu orang ke orang lainnya. Jadi, Yupi Gummy adalah cara yang sederhana untuk menyebarluaskan kebahagiaan ini. ● tom

Ilmuwan Temukan Obat Penghancur Sel Kanker dalam Waktu 24 Jam

HOKKAIDO (IM) - Hidrogel, sejenis bahan lunak, yang dikembangkan di Universitas Hokkaido berhasil mengembalikan sel kanker kembali ke sel induk kanker dalam waktu 24 jam, pada enam jenis kanker manusia yang berbeda. Hal ini dapat mengarah pada pengembangan obat sel punca antikanker dan obat yang dipersonalisasi.

Dilansir di Eureka Alert-pencili di Universitas Hokkaido dan National Cancer Center Research Institute telah melaporkan dalam jurnal Nature Biomedical Engineering, sebuah hidrogel inovatif disebut gel jaringan ganda (DN) dapat dengan cepat memprogram ulang sel kanker yang berbeda menjadi sel induk kanker. Hidrogel dapat digunakan untuk membantu mengembangkan terapi kanker baru dan obat-obatan pribadi yang menargetkan sel punca kanker.

Salah satu alasannya adalah jaringan kanker mengandung sel punca kanker, yang kebal terhadap kemoterapi dan radioterapi. Sel-sel ini dapat bersembunyi sebagai akar atau beredat di dalam tubuh, menyebabkan kekambuhan kanker.

Sel punca kanker adalah target utama obat antikanker. "Namun insulit diidentifikasi karena jumlahnya sangat kecil di jaringan kanker," jelas Profesor Shinya Tanaka dari Fakultas Kedokteran Universitas Hokkaido.

Memahami mekanisme molekuler sel induk kanker sangat penting untuk mengembangkan pengobatan kanker yang lebih baik. Sel induk kanker membutuhkan lingkungan mikro yang sangat spesifik. Dalam studi ini, tim peneliti menyelidiki apakah gel DN mereka dapat menciptakan kembali kondisi yang tepat untuk menginduksi sel punca kanker. Gel DN terdiri dari jaringan dua bahan kimia dan menggabungkan volume air yang tinggi, memberikan karakteristik lembut dan basah yang menyerupai jaringan biologis.

Dalam studi tersebut, gel DN dengan cepat memprogram ulang sel kanker yang dibedakan menjadi sel induk kanker hanya dalam 24 jam dalam enam jalur sel kanker manusia yang berbeda, kanker otak, kanker rahim, kanker paru-paru, kanker usus besar, kanker kandung kemih, dan sarkoma.

Setelah sel kanker ditempatkan pada gel DN, mereka mulai membentuk struktur bulat dan menghasilkan molekul spesifik yang dikenal sebagai penanda sel punca kanker seperti SOX2 dan Oct3/4, alias faktor Yamanaka, dinamai menurut pemenang Hadiah Nobel, menunjukkan bahwa mereka diprogram ulang.

Para peneliti juga mengungkap beberapa mekanisme molekuler yang terlibat dalam pemrograman ulang sel kanker. Mereka menemukan bahwa reseptor saluran kalsium dan protein osteopontin sangat penting untuk induksi sel punca kanker. ● tom

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Bambang Suryo Sularso.
PENANGGUNG JAWAB: Prayan Purbia.
KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo.
REDAKSI: Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularso.
ARTISTIK: M Rifki, James Donald, Indra Saputra.
SIRKULASI-PROMOSI: A Susanto, Nurbayin, Ahyar, Ferry.
AGEN: SOLO (ABC), BELITUNG (Naskafa Tjen). **PANGKAL PINANG** (Yuliani, John Tanzil), **BALIKPAPAN** dan **SAMARINDA** (Cv Gama Abadi, Alian/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jemmy), **TARAKAN KALTIM** (Ali), **BALI** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **SURABAYA**, **MEDAN** dan **PONTIANAK**.
KEUANGAN/IKLAN: Citta.
BIRO BOGOR: Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman.
BIRO TANGERANG: Johan (Kepala Biro).
BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro).
BIRO SEMARANG: Tri Untoro.
BIRO BANDUNG: Lyster Marpaung.
BIRO BANTEN: Drs H Izul Jazuli (Kepala Biro), Stefano (Koordinator Berita Serang, Pandeglang dan Lebak).
BIRO LEBAK: Nofi Agustina (Kabiro).
BIRO JAMBI: Beni, Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.
HARGA ECERAN: Rp 2.500./eks (di luar kota Rp 3.000./eks), Harga Langganan Rp 50.000./bulan.
PERCETAKAN: PT. International Media Web Printing
ALAMAT: Jl. Kapuk Kamal Raya No. 40-A, Jakarta Barat. (isi di luar tanggung jawab percetakan).

Alamat Redaksi/Iklan : Gedung Guo Ji Ribao Lt 3
 Jalan Gunung Sahari XI No. 291 Jakarta Pusat 10720
 Tel : 021-6265566
 Twitter: International Media @redaksi_IM

SAMBUNGAN

Hasto usai acara konsolidasi PDIP DKI Jakarta di kawasan GBK, Jakarta Pusat, Minggu (4/6).

Hasto menegaskan hubungan antara Megawati dan Jokowi sejauh ini baik-baik saja. Hasto menyebut hubun-

gannya Megawati dengan Jokowi seperti ibu dan anak.

"Tapi di dalam praktiknya selama ini hubungan sangat baik, Jokowi juga ngomong kalau hubungannya dengan bu Mega ini seperti ibu dan anak. Kemudian mas Gibran, mas

Bobby juga nyaman bersama PDI Perjuangan all out," ujarnya.

Senada dengan Hasto, Bakal Calon Presiden (bacapres) PDIP Ganjar Pranowo, yang ditemui diacara yang sama, juga menepis isu keretakan di internal partai. Ganjar memastikan bahwa

PDIP makin solid."Tidak, kita kompak kita solid bahkan makin solid," kata Ganjar.

Ganjar mengatakan sejak dirinya dicalonkan menjadi bacapres, PDIP makin solid. Dia juga menyebut beberapa partai segera bergabung den-

DARI HAL 1

Hubungan Jokowi – Megawati...

Ucapkan Selamat Waisak, PKB: Terima Kasih...

ku Thudong mancanegara yang sudah melakukan perjalanan spiritual melintasi sejumlah negara sampai ke Borubudur. Itu membawa nama baik Indonesia dan memperkuat persaudaraan lintas agama, etnis dan bangsa," kata Daniel Johan.

Maka dari itu, Ketua DPP PKB ini pun mengapresiasi seluruh kekuatan masyarakat lintas agama maupun lintas etnis termasuk kepada Habib Lutfi,

para kyai, pastur, dan pendeta.

"Sambutan dan persaudaraan yang mereka tunjukkan secara alami, semua ini menjadi perhatian dunia dan dipuji banyak negara, bahwa Indonesia yang mayoritas muslim ternyata menjadi negara yang penuh rasa persaudaraan," ujarnya.

Persaudaraan yang ditunjukkan ini, kata Legislator asal Kalbar tersebut, menjadi otentiknya Indonesia. "Karena bukan hanya dalam pe-

nyambutan Bhikku Thudong, tetapi diberbagai tempat juga menunjukkan hal yang sama seperti di Kota Singkawang Kalimantan Barat yang menyelenggarakan karnaval Waisak," sebut Daniel.

Karnaval Waisak di Singkawang yang bergulir pada Sabtu (3/6) juga mendapat sambutan yang baik dari berbagai kalangan lapisan masyarakat. Sebelumnya, acara refleksi Waisak nasional PKB

yang digelar beberapa waktu lalu di DPR RI juga jadi contoh lainnya dimana keberagaman terjaga di Indonesia.

Refleksi Waisak di gedung DPR RI, lanjut Daniel, pun menjadi yang pertama kali dalam sejarah Buddhisme di Indonesia. "PKB juga berterima kasih kepada seluruh sesepuh Biku Sangha yang sudah berkenan hadir dan memberikan masukan penting bagi para pemimpin dan

wakil rakyat," katanya.

Pesan Biku Sangha, jelas Daniel, agar para pemimpin dan wakil rakyat memiliki kepekaan dan keberpihakan terhadap kemiskinan dan penderitaan rakyat. Para pemimpin dan wakil rakyat harus jadi solusi dan tidak menyingkalkan rakyatnya. "Atas nama PKB, kami mengucapkan terima kasih dan selamat Hari Waisak kepada seluruh umat Buddha di Indonesia," katanya. ● lus

Korban Tewas Kecelakaan...

Laporan awal menunjukkan bahwa kecelakaan itu akibat kegagalan sinyal, kata Anand.

"Coromandel Express seharusnya melakukan perjalanan di jalur utama, tetapi sebagai gantinya diberikan sinyal untuk jalur melingkar, dan kereta menabrak kereta barang yang sudah diparkir di sana. Gerbongnya kemudian jatuh ke rel di kedua sisi, juga tergelincir. Howrah Superfast Express," katanya. 16 Jul 2023

Rekaman video menunjukkan gerbong kereta yang tergelincir dan rel yang ru-

sak, dengan tim penyelamat mencari gerbong yang hancur untuk menarik korban keluar dan membawa mereka ke rumah sakit.

Mayat tergeletak di lantai berlumuran darah di lantai salah satu sekolah yang digunakan sebagai kamar mayat sementara, dan para polisi terlihat membantu kerabat mengidentifikasi mayat, ditutupi dengan kain putih dan ditempatkan di dalam tas yang dirantai.

Perdana Menteri Narendra Modi tiba di lokasi, berbicara dengan petugas

penyelamat dan memeriksa reruntuhan. Dia juga bertemu dengan para penyintas di rumah sakit.

"(Saya) memperhatikan situasi di lokasi tragedi di Odisha. Kata-kata tidak dapat mengungkapkan kesedihan saya yang mendalam. Kami berkomitmen untuk memberikan semua bantuan yang mungkin kepada mereka yang terkena dampak," kata Modi.

Seorang saksi yang terlibat dalam operasi penyelamatan mengatakan jeritan dan tangisan para korban luka dan

kerabat korban tewas membuat mereka merinding.

"Itu mengerikan dan menyayat hati," katanya.

Keluarga yang meninggal akan menerima 1 juta rupee (sekira Rp 180 juta), sedangkan yang terluka parah akan mendapatkan 200.000 rupee (sekira Rp36 juta), dengan 50.000 rupee (sekira Rp9 juta) untuk luka ringan, kata Menteri Perkeretaapian Ashwini Vaishnaw. Beberapa pemerintah negara bagian juga telah mengumumkan kompensasi.

"Ini kecelakaan besar dan

tragis," kata Vaishnaw kepada wartawan setelah memeriksa lokasi kecelakaan.

"Fokus penuh kami adalah pada operasi penyelamatan dan bantuan, dan kami berusaha memastikan bahwa mereka yang terluka mendapatkan perawatan terbaik."

Kecelakaan kereta api paling mematikan di India terjadi pada 1981 ketika sebuah kereta api jatuh dari jembatan ker sungai di negara bagian Bihar, menewaskan sekira 800 orang. ● mar

Elon Musk Orang Terkaya di Dunia...

Menurut data Eikon, hal ini terjadi setelah saham produsen mobil listrik ini naik sekitar 24% di bulan Mei. Musk memiliki sekitar 13% saham Tesla, menurut data FactSet.

Pada bulan Desember lalu, posisi Musk di posisi pertama

tergeser oleh CEO LVMH Bernard Arnault, saat saham Tesla jatuh setelah akuisisi Twitter senilai 44 miliar dolar AS. Di mana sebagian besar pundi-pundi kekayaan Musk terkait dengan saham Tesla.

Tak hanya itu, dia juga merupakan CEO produsen

roket SpaceX dan memiliki perusahaan media sosial Twitter.

Saat Musk meninggalkan Shanghai pada hari Kamis, setelah kunjungan dua hari yang sangat penting. Selama di Tiongkok, dia bertemu dengan menteri luar negeri Qin Gang dan pejabat Tiongkok

lainnya.

Kunjungan ini, dilakukannya di tengah-tengah ketegangan AS-Tiongkok yang memanas. Menurut para analis, ini merupakan pertanda bahwa Tiongkok merupakan pasar yang penting bagi Tesla.

Selama kunjungan terse-

but, Qin berusaha meyakinkan Musk bahwa Tiongkok terbuka untuk bisnis asing dan akan terus menawarkan lingkungan bisnis yang ramah kepada mereka. Musk juga dilaporkan mengisyaratkan ekspansi lebih lanjut di Tiongkok. ● osm

Ditemukan Mayat Manusia...

berapa mayat manusia di Zapopan bertepatan dengan ciri fisik beberapa anak muda yang sedang dicari," kata pernyataan itu, sebagaimana dilansir Reuters.

Pihak berwenang menemukan tas-tas berisi mayat itu di sebuah jurang di pinggiran ibu kota Jalisco, Guadalajara pada awal pekan ini. Penemuan itu merupakan

bagian dari pencarian tujuh pekerja call center berusia 20-an dan 30-an yang hilang.

Orang kedelapan, yang berpotensi terkait dengan grup, juga hilang.

Pada Selasa, (30/5) lalu, Menteri Keamanan Meksiko Rosa Icela Rodriguez mengatakan kepada wartawan, penyelidikan awal menun-

jukkan bahwa pekerja call center "melakukan beberapa jenis penipuan real estate dan beberapa jenis penerasan melalui telepon."

Pihak berwenang telah bekerja untuk menentukan berapa banyak individu yang terkait dengan jenazah di dalam tas, identitas mereka, dan bagaimana mereka meninggal.

Media lokal mengatakan jenazah itu milik pria dan wanita.

Kantor kejaksaan negara mengatakan dalam sebuah pernyataan bahwa penemuan itu datang setelah mendapat informasi.

Jaksa menambahkan bahwa medan yang sulit dan kurangnya sinar matahari mempersulit penyelidikan.

Menurut data pemerintah, lebih dari 100.000 orang saat ini hilang di Meksiko, di mana kejahatan terorganisir telah merusak sebagian negara tersebut.

Negara Bagian Jalisco khususnya adalah sarang bagi kartel besar, termasuk kartel Generasi Baru Jalisco (CJNG), dan saingan Nueva Plaza. ● osm