



Instytut  
Żywności i Żywienia

## Warto walczyć z nadmierną masą ciała u dzieci i młodzieży (im wcześniej, tym lepiej)

NADWAGA LECZONA	Wiek (lata)	Ryzyko cukrzycy w dorosłości
	7–13	Nie zwiększa się
13–18	↑ 3,5x*	

\* U osób otyłych wzrost 7x

## Warto walczyć z nadmierną masą ciała u dzieci i młodzieży (im wcześniej, tym lepiej)

