

肥胖或影响青少年身心健康 代表:青少年体重管理需引起重视 建议推行“健康校园升级计划”

两会 关注

□ 记者 王葳然 陈颖婷

“肥胖不仅影响青少年的运动能力、骨骼发育和免疫功能，还通过慢病低龄化、心理问题等，威胁着青少年的身心健康与生活质量。”记者在市卫健委此前发布的一组数据中了解到，上海6至18岁儿童青少年肥胖率超过34%，高于全国同年龄段平均肥胖率，且呈现出持续上升的趋势。市人大代表何少华也关注到了这一现象，在今年两会期间，他带来了一份关于加强本市青少年体重管理干预的建议。

何少华代表在调研中发现，当前青少年体重管理干预的精准度还不够，干预措施呈现点状化的特征。“体重管理不能仅关注体育课，因为健康行为的养成需要膳食、运动、理念的协同支持，在这方面还是比较缺乏的。”何少华代表告诉记者，“我通过问卷统计发现，睡眠不足、饮食结构失衡、静态行为时间过长、健康意识薄弱等，都制约着青少年的体重管理。”

何少华在接受采访时告诉记者一组数据：78.1%的学生未达到教育部要求的睡眠时长，长期睡眠不足会导致激素紊乱，加剧肥胖风险；14.1%的学生几乎每天摄入高糖零食，56.1%的学生每周摄入3到4次，健康膳食习惯并未养成；同时，近半数学生每日坐姿超过4小时，近三分之一超6小时。

为此，何少华代表认为，加强对青少年体重的干预还需要进一步加强机制创新，建立学生体质健康动态数据库。“建议政府牵头制定区域性的学生体重健康管理行动计划，推行‘健康校园升级计划’，将体重管理、体态纠正、合理膳食、心理健康等内容纳入课程体系。”他提出，还应同步培育学生健康意识，引导家庭营造健康饮食和运动氛围。

“例如，优化成长过程激励体系方面，可以依托智能设备与健康管理平台，采集BMI体重指数、腰围、运动习惯、心理评估等多维数据，通过AI分析生成个性化健康报告与运动处方。”何少华建议，要打破“以年龄为唯一标准”的传统评价方式，建立基于运动能力分层的个性化体系，“每个人的运动能力都是不同的，应当给青少年建立个性化的锻炼安排表。”

两会侧记

上海两会劲吹务实清新风： 精简办会更高效 代表履职更“有料”

□ 记者 陈颖婷 王葳然

“会议更加繁忙，有时候就像打仗一样。”浦东代表团会风会纪监督员苏梅这样形容今年的上海两会节奏。尽管议程紧凑、任务未减，她却感到“比平常兴奋、充实”——因为代表们的心更齐、劲更足，履职建言也更务实高效。

今年上海两会期间，一股精简、务实、清新的会风扑面而来。从提前三个月的“需求投喂”到无纸化办公的PAD上会，从取消花哨装饰到文具按需配备，从严明会议纪律到夜间挑灯完善建议——细节之处，无不彰显着“节约裕民”的民生情怀和专注履职的务实作风。

监督更严：全过程全链条，风清气正贯穿始终

记者踏进世博中心，一股节俭办会的新风就扑面而来。大会会场没有大幅宣传横幅，取而代之的是电子屏滚动播放会风会纪七项规定，也未摆放鲜花。各驻地会议室里，只设桌椅和普通茶具。

闵行代表团会前成立临时党支部，通过多种途径加强会风会纪宣传教育，深入了解会风会纪主体责任、勤

俭节约办会、廉洁自律等规定落实情况。

浦东代表团则对会风会纪的七项规定进行了“小组深入学习”。苏梅认为：“正是一系列举措着力营造风清气正、规范有序的会议环境，确保与会代表专注参会、认真履职。”

会风更实：从“纸间”到“指尖”，精简不减质

走进普陀代表团分组审议现场，代表们手持PAD审阅材料、记录要点已成为一道新风景。“代表们都认为很好，既节约纸张绿色环保，又能将材料带到驻地进行提前审阅。”监督员龚顺美表示，这为后期精准发言和重点发言起到很大帮助。

闵行代表团则把功夫下在会前。早在大会开始前三个月，他们就面向区“一府两院”征求意见建议，汇总审核后交给市代表。“代表根据材料再开展调研，与相关委办局沟通，既了解居民所想，也知晓部门所虑。”监督员武斌介绍，这种“预热”让代表履职更精准、建议更扎实。

履职更专：白天全心审议，夜间挑灯完善

“大家的出勤率较高，例如我所在

的团组，没有人请假。”苏梅的话道出了许多代表团的状态。这种饱满的履职热情，与清新务实的会风相互促进、相得益彰。

白天，代表们心无旁骛开会，认真审议讨论；晚上，他们抓紧时间阅读资料、撰写发言提纲、修改完善议案建议。

建言更准：从“大而全”到“小而实”

闵行代表团的实践颇具代表性。会前，区人大组织市人大代表开恩、唐曙建、马明等进行实地调研，充分听取区交通委、大零号湾集团、颛桥镇等有关方面的情况介绍和周边群众诉求，为代表提好建议做好准备。这种深入一线的调研，让建议更具针对性和可操作性。

浦东代表团的讨论则聚焦具体问题。“例如去年我提到的老旧商品房综合整治的建议，今年有更多代表在寻找各种推进问题解决的方法以及意见。”苏梅说。

普陀代表团关注的热点“基本上都是上海公众比较关心的社会问题”，这些来自社区调研、百姓面对面的真问题，通过代表们的思考提炼，转化为一条条务实建议。

两会传真



▲ 首次参加上海两会的新委员、上海金融法院院长赵红在分组讨论会现场 记者 沈媛 摄
▶ 市政协十四届四次会议分组会议讨论市高级法院工作报告、市检察院工作报告时，现场氛围热烈 记者 沈媛 摄
◀ 市人大代表王海波在专题审议会上发言 记者 王湧 摄