

Bài 1 trang 23 vở bài tập Khoa Học lớp 4

Chọn các cụm từ trong khung để điền vào chỗ ... cho phù hợp (một cụm từ có thể được điền ở hai chỗ ...).

Cân nặng, lượng mỡ, chiều cao, tăng cân, gia đình, điều trị, chế độ ăn

Lời giải:

- Béo phì ở trẻ em được định nghĩa là sự tăng quá mức của lượng mỡ dự trữ dẫn đến tăng cân bất thường, quá mức so với cân nặng của trẻ em.

- Béo phì có thể phòng ngừa và điều trị được, tuy nhiên kết quả phụ thuộc rất nhiều vào gia đình. Nguyên tắc điều trị béo phì là giảm tốc độ tăng cân, điều chỉnh chế độ ăn theo tuổi, tăng hoạt động thể lực, điều trị vẫn phải đảm bảo được sự tăng trưởng chiều cao của trẻ.

Bài 2 trang 23 vở bài tập Khoa Học lớp 4

Viết chữ Đ vào ô trống trước câu trả lời đúng, chữ S vào ô trống trước câu trả lời sai.

Lời giải:

S Cha mẹ cho rằng con càng bụ bẫm càng khỏe nên thường khuyến khích hoặc thậm chí nài ép trẻ ăn thật nhiều thức ăn bổ dưỡng

Đ Trẻ em quá nhiều thức ăn bổ dưỡng kéo dài, nhưng hoạt động quá ít có thể dẫn đến béo phì

Đ Để phòng bệnh béo phì, hàng ngày cần thực hiện chế độ ăn uống hợp lí như ăn đủ chất đạm, bột đường, vi-ta-min, chất khoáng; tăng cường các hoạt động vận động

Bài 3 trang 23 vở bài tập Khoa Học lớp 4

Nêu ba tác hại của bệnh béo phì

Lời giải:

- Nguy cơ cao mắc bệnh tim mạch, tiểu đường, huyết áp.
- Mất thẩm mỹ.
- Chậm chạp, nặng nề, giảm hiệu suất lao động và sự lanh lợi trong sinh hoạt.