Gordewdra cynradd: Môn â'r cyfartaledd uchaf

Ynys Môn yw'r ardal sydd â'r gyfran fwyaf o blant sy'n ordew yng Nghymru, yn ôl arolwg gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC).

Hefyd mae'r cyfartaledd ar gyfer Cymru, 26%, yn uwch nag unrhyw ranbarth yn Lloegr.

Mae'r canlyniadau diweddaraf yn gweld Môn yn codi uwchben Merthyr yn nhabl y siroedd, o ran canran y plant sy'n rhy dew neu'n dioddef o ordewdra.

Mae Prif Weithredwr ICC yn dweud bod gordewdra yn "broblem gymhleth" sy'n gofyn am "atebion cydgysylltiedig".

32.4%

Cafodd dros 30,000 o blant eu pwyso ar gyfer yr arolwg blynyddol:

- Ym Môn roedd cyfanswm o 32.4% o blant pedair a phump oed yn dioddef o gyflwr gordewdra neu yn rhy dew.
- Merthyr Tudful, gyda 32%, oedd â'r ail ganran uchaf o blant gordew neu dros bwysau yng Nghymru.

- Y siroedd eraill â chanrannau uchel oedd Sir Benfro, Gwynedd, Wrecsam a Cheredigion - rhwng 31% a 28.7%.
- Caerdydd oedd ymhlith yr isaf o ran canran, gyda 22.6% o blant pedair a phump oed dros bwysau neu yn ordew.

Yn ôl y ffigyrau mae'r bwlch rhwng yr ardaloedd breintiedig a'r rhai mwyaf difreintiedig yn lleihau, a doedd yna fawr o wahaniaeth rhwng ardaloedd gwledig a dinesig.

Dywedodd llefarydd ar ran Iechyd Cyhoeddus Cymru, "Er gwaethaf hyn, mae yna lot fawr o waith yn dal angen ei wneud."

Astudiaeth Peilot

Dywed yr adroddiad fod astudiaeth peilot wedi ei chynnal yn ddiweddar yn ardal awdurdod iechyd Cwm Taf.

Yno, roedd dros 20% o blant oedd o bwysau iach yn bedair a phump oed, wedi mynd yn ordew neu dros bwysau erbyn eu bod yn wyth neu naw oed.

Dywedodd Tracey Cooper, Prif Weithredwr Iechyd Cyhoeddus Cymru, "Mae gordewdra yn broblem gymhleth sy'n gofyn am atebion cydgysylltiedig ar draws y gymdeithas gyfan.

"Mae angen atebion arnom sy'n gweithio ar draws rhwydwaith mawr a chymhleth o ffactorau. Ymysg y ffactorau hyn mae ein gwleidyddiaeth, ein diwylliant a'n hamgylchedd."

Dywedodd Prif Swyddog Meddygol Cymru, Dr Ruth Hussey, ei bod yn dda gweld bod y lefel o gynnydd wedi arafu ond ychwanegodd, "Mae yna lawer o waith dal i'w wneud."

"Ni all y gwasanaeth iechyd ar ben ei hun ddatrys y broblem. Mae yna lawer y gall rhieni ei wneud i sicrhau dechrau da i'w plant.

"Mae pobl ledled Cymru yn bwyta gormod o siwgr, a gallai hyn achosi cyflwr iechyd gwael, gordewdra, problemau deintyddol a diabetes math 2."

Ffynhonnell

http://www.bbc.co.uk/cymrufyw/32788188

Â chaniatâd BBC Cymru Fyw

Darllen

Wedi i chi ddarllen yr erthygl uchod, cwblhewch y canlynol.

1. Tanlinellwch yr ateb cywir.

(Adalw gwybodaeth)

Ceredigion yw'r ardal sydd â'r gyfran fwyaf o blant sy'n ordew yng Nghymru.
Caerdydd yw'r ardal sydd â'r gyfran fwyaf o blant sy'n ordew yng Nghymru.
Ynys Môn yw'r ardal sydd â'r gyfran fwyaf o blant sy'n ordew yng Nghymru.
Merthyr yw'r ardal sydd â'r gyfran fwyaf o blant sy'n ordew yng Nghymru.

2. Tanlinellwch yr ateb cywir.

(Adalw gwybodaeth)

Ym Môn roedd cyfanswm o 32.4% o blant pedair a phump oed yn dioddef o gyflwr gordewdra neu'n rhy dew.
Ym Merthyr Tudful roedd cyfanswm o 32.4% o blant pedair a phump oed yn dioddef o gyflwr gordewdra neu'n rhy dew.
Ym Môn roedd cyfanswm o 32% o blant pedair a phump oed yn dioddef o gyflwr gordewdra neu'n rhy dew.
Yn Sir Benfro roedd cyfanswm o 25% o blant pedair a phump oed yn dioddef o gyflwr gordewdra neu'n rhy dew.

3. Faint o blant gafodd eu pwyso ar gyfer yr arolwg blynyddol?

(Adalw gwybodaeth)

____

4. Gosodwch y rhain yn eu trefn o ran cyfraddau gordewdra, gan gychwyn gyda'r ardal ddaeth allan waethaf:

(Crynhoi)

Caerdydd   Sir Benfro   Merthyr Tudful   Ynys Môn   Gwynedd   Wrecsam   Ceredigion

____

____

5. Beth mae'r ffigyrau swyddogol wedi ei ddangos? Beth all fod yn effeithio ar hyn?

(Crynhoi)

6. Edrychwch ar y paragraff 'Astudiaeth Peilot'. Chwiliwch am dair ffaith am ordewdra:

Llafaredd

Ystyriwch a thrafodwch y datganiadau isod.

COFIWCH roi digon o gyfle i bob aelod o'r grŵp gyfrannu a rhannu syniadau. Cofiwch gadw at reolau gwaith grwp llwyddiannus – gwrando yn ogystal â chyfrannu!
COFIWCH y bydd angen i chi grynhoi'ch trafodaeth er mwyn adrodd yn ôl i weddill y dosbarth. Mae croeso i chi ysgrifennu nodiadau ar y byrddau gwyn bach os y teimlwch y byddant o gymorth i chi i wneud hyn.

7. Dychmygwch eich bod yn rhiant i blentyn sy'n bum mlwydd oed. Rydych yn byw ar Ynys Môn. Sut mae'r erthygl hon wedi gwneud i chi deimlo? Cofiwch roi rhesymau dros eich atebion.

8. Mewn ymateb i'r erthygl a oedd yn cyhoeddi bod gordewdra yng Nghymru yn waeth na Lloegr, rydych wedi cael eich cythruddo. Rydych fel grŵp yn penderfynu eich bod am roi cyflwyniad i'r ysgol mewn gwasanaeth boreol i fynegi'ch pryderon. Pa fath o bethau fyddech chi'n eu cynnwys yn eich cyflwyniad? Efallai y byddwch eisiau sôn am: y rhesymau posib dros hyn; pa mor ddibynadwy yw'r ymchwil sydd wedi arwain at yr erthygl; beth yn eich barn chi all gael ei wneud i geisio newid y sefyllfa; rôl yr ysgol yn hyn o beth.

Ysgrifennu

9. Mewn ymateb i'r erthygl, rydych yn penderfynu bod yn rhaid codi ymwybyddiaeth disgyblion cynradd yr ardal hon o'r problemau hyn.

   Ewch ati i lunio cyflwyniad pwerbwynt yn seiliedig ar y wybodaeth sydd yn yr erthygl. Cofiwch mai cynulleidfa o blant tua 6/7 oed fydd gennych. Gwnewch yn siŵr fod eich cyflwyniad yn addas ac yn ddealladwy ar eu cyfer. Efallai y byddwch eisiau defnyddio lluniau neu sain i atgyfnerthu'r neges sydd gennych ar eu cyfer.

10. Mae'n amlwg fod gordewdra yn gysylltiedig â thlodi mewn rhai ardaloedd yng Nghymru.

Ysgrifennwch lythyr at eich Aelod Cynulliad lleol yn gofyn iddo/iddi drafod y pwnc hwn fel mater o frys gyda'r Prif Weinidog ym Mae Caerdydd. Ceisiwch gynnig atebion iddo ar sut y dylid mynd i'r afael â'r broblem enfawr hon – cyn iddi fynd yn rhy hwyr! Cofiwch gynnwys ffeithiau i atgyfnerthu'ch syniadau a'ch barn.