



השמנה בילדים בישראל | תמונת מצב ב- 2026

פרופ. זהר לנדאו | אחראית תחום אנדוקרינולוגיה וסוכרת בילדים | קופת חולים 'מאוחדת'



בריאות ורווחת הילד בקהילה
Community Child Health & Well Being
صحة ورعاية الطفل في المجتمع المحلي



המכון הלאומי לחקר שירותי הבריאות ומדיניות הבריאות (ע"ר)

השמנה בילדים בישראל: תמונת המצב ב - 2026

פרופ. זהר לנדאו

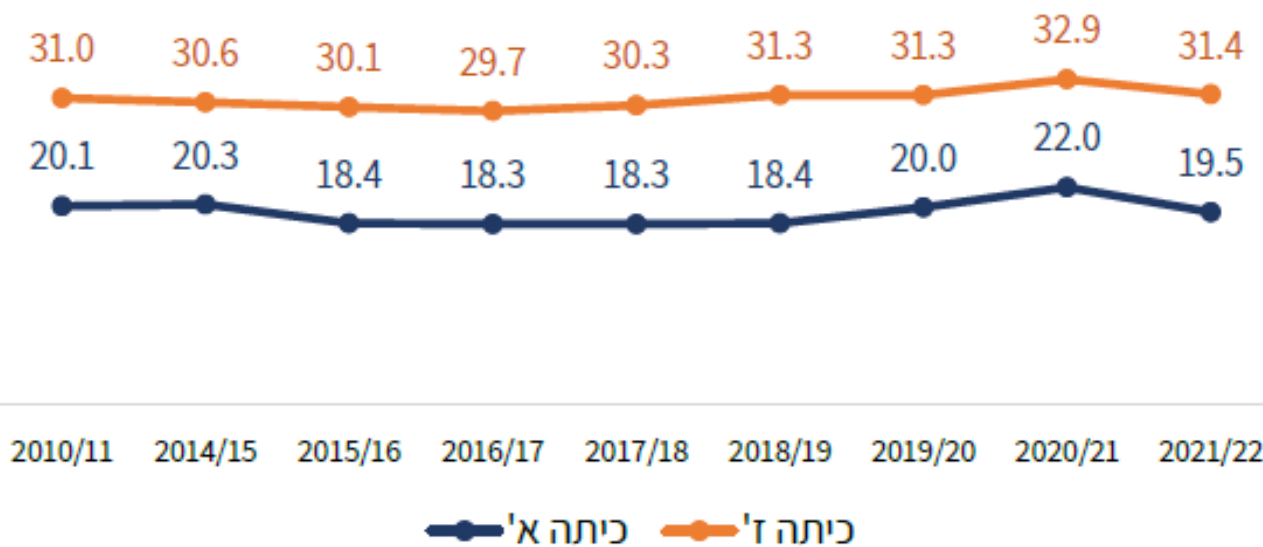
אחראית תחום אנדוקרינולוגיה וסוכרת בילדים

קופת חולים 'מאוחדת'

עודף משקל והשמנת יתר: רקע ונתונים, בדגש על ילדים ובני נוער

כתיבה: מריה רבינוביץ' וד"ר יסכה מוניקדם גבעון | אישור: יובל וורגן
תאריך: ד' באדר תשפ"ג, 26 בפברואר 2023

תרשים 4: שיעור תלמידי כיתות א' ו-ז' במשקל עודף ובהשמנת יתר, לפי כיתה תשע"א (2010/11) - תשפ"ב (2021/22)⁶⁹



- שיעורי עודף משקל והשמנת יתר בקרב ילדים עולים עם הגיל, והם גבוהים בקרב תלמידי כיתות ז' ביחס לתלמידי כיתות א';
- משנת 2010/11 ועד שנת 2017/18 ניתן לראות ירידה בשיעורי עודף משקל והשמנה בשתי שכבות הגיל.
- משנת 2018/19 ולתוך שנת 2019/20 (שנת מגפת הקורונה הראשונה) חלה עליה בשתי השכבות והיא נמשכת גם לשנת 2020/21
- בשנת 2021/22 - שנה בה הופסקו הסגרים ומערכת החינוך הפורמלית ובלתי פורמלית חזרו לפעילות כמעט שגרתית - שיעורי השמנה ועודף משקל ירדו.



World Obesity Atlas 2026

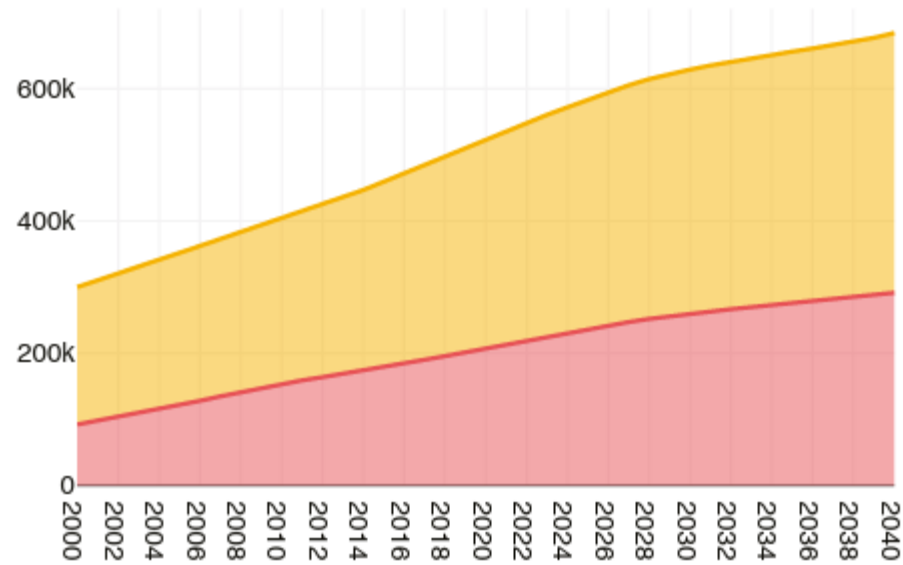
Childhood Obesity 2nd edition



Israel

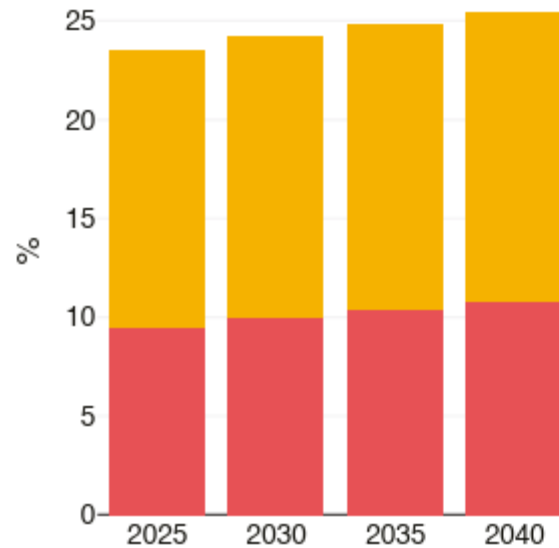
Children 5-19 years with overweight or obesity

Numbers of children



Overweight Obesity

Percentage of children



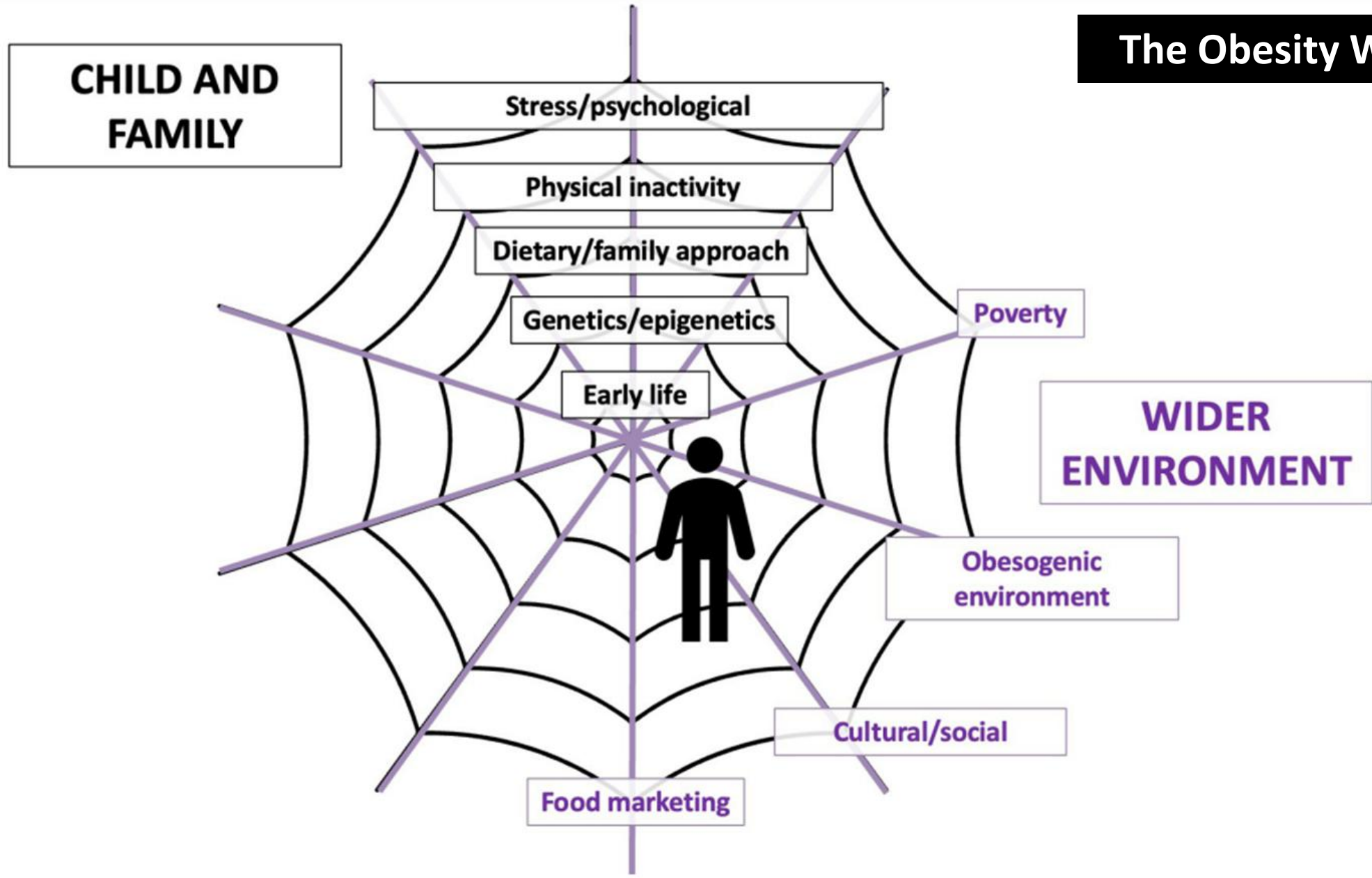
201,000

Children 5-9 years with overweight or obesity in 2025

382,000

Children 10-19 years with overweight or obesity in 2025

The Obesity Web



השמנה וקבוצת אוכלוסיה

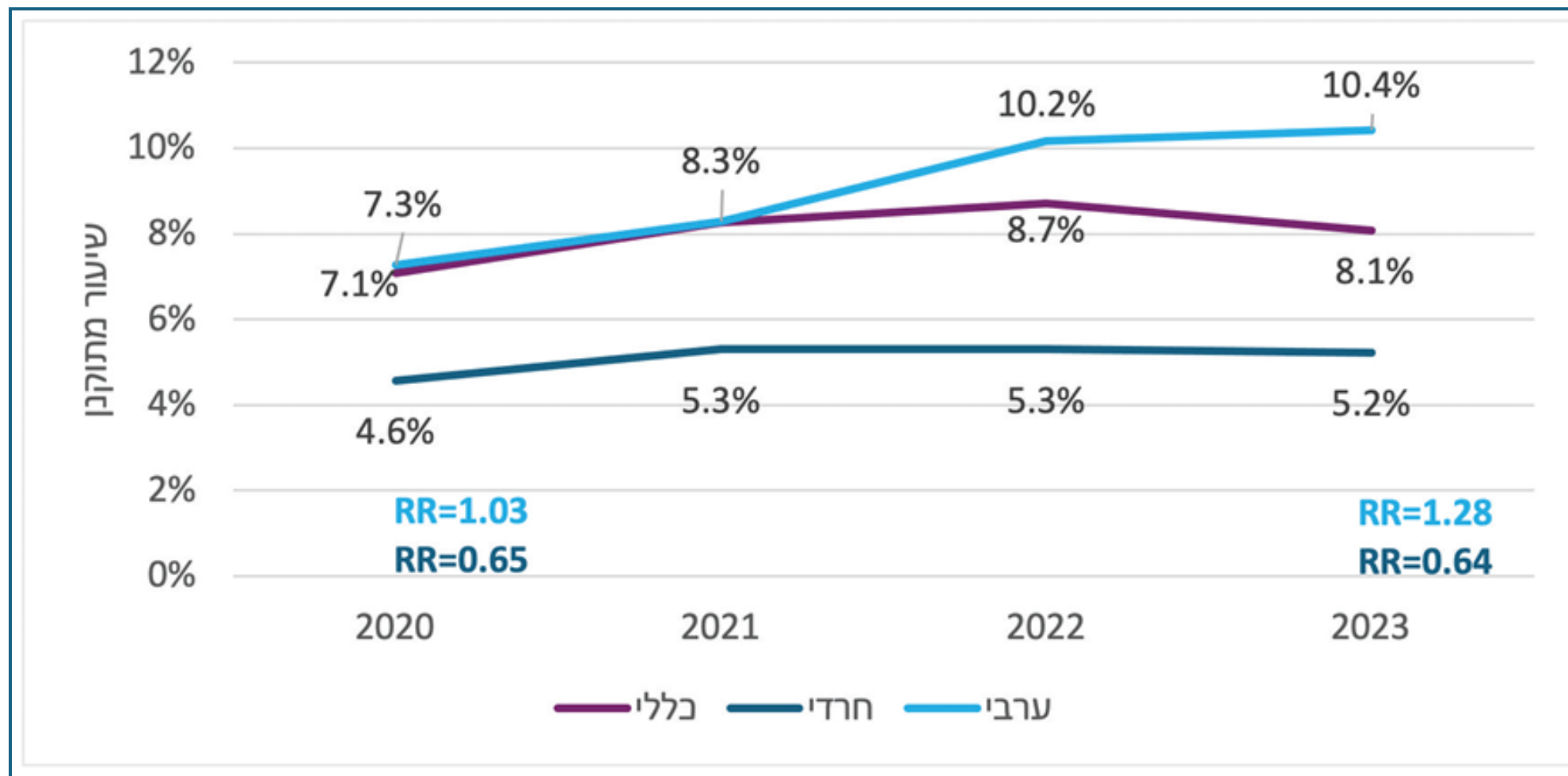


הקשר בין מצב חברתי-כלכלי והשמנה דווח ומוכר (13,14). באירופה למשל, כ-42% מהמבוגרים בעלי השכלה גבוהה הם בעלי עודף משקל או השמנת יתר בהשוואה ל-55% מקרב בעלי ההשכלה התיכונית ומטה (14). כיום, מחקרים מתייחסים למצבו החברתי-כלכלי של אדם כגורם סיכון העומד בפני עצמו (15,16). הוערך כי אדם בגיל 60 עלול לאבד 3-7 שנים של תפקוד תקין בגלל שייכות למצב חברתי-כלכלי ירוד לאחר תיקנון להשמנת יתר (15).

קשרים דומים בין שייכות למצב חברתי-כלכלי ירוד והשמנת יתר דווחו גם בילדים (3-19,17). דווח כי קיים קשר הפוך בין השמנת יתר בילדים והשכלת הורים (19), הכנסת הורים (17) ומגורים בשכונה מוחלשת מבחינה חברתית-כלכלית (20). בניתוח מרובד לפי השכלת ההורים בארה"ב, נמצא כי בעשור האחרון ישנה ירידה בשיעורי השמנת יתר בקרב מתבגרים להורים משכילים ועליה בקרב מתבגרים להורים עם השכלה תיכונית (20).

מניתוח הפריסה הגיאוגרפית מנתוני משרד הבריאות לשנים 2017-2018 של השמנת יתר בילדים ונוער עלה כי עשרת הישובים בהם שיעורי השמנת היתר הגבוהים ביותר בכיתה ז' הם ישובים ערביים (21). במחוזות חיפה והצפון נצפים שיעורי השמנת היתר הגבוהים ביותר אשר עומדים על 10% על 10% בכיתה א' ו-16% בכיתה ז', בהשוואה למחוז הנמוך ביותר 4% ו-8% (כיתה א' ו-ז' בהתאמה) ביהודה ושומרון (22).

שיעור ההימצאות של השמנת יתר בקרב ילדים בני 7 לפי קבוצת אוכלוסיה



השמנה ומצב חברתי-כלכלי





Coca-Cola PIZZA פיצה PIZZA פיצה Coca-Cola
08-99-59-665

פיצה פיצה
08 4454665

אשדוד
תק מכלל החופש הרגיל

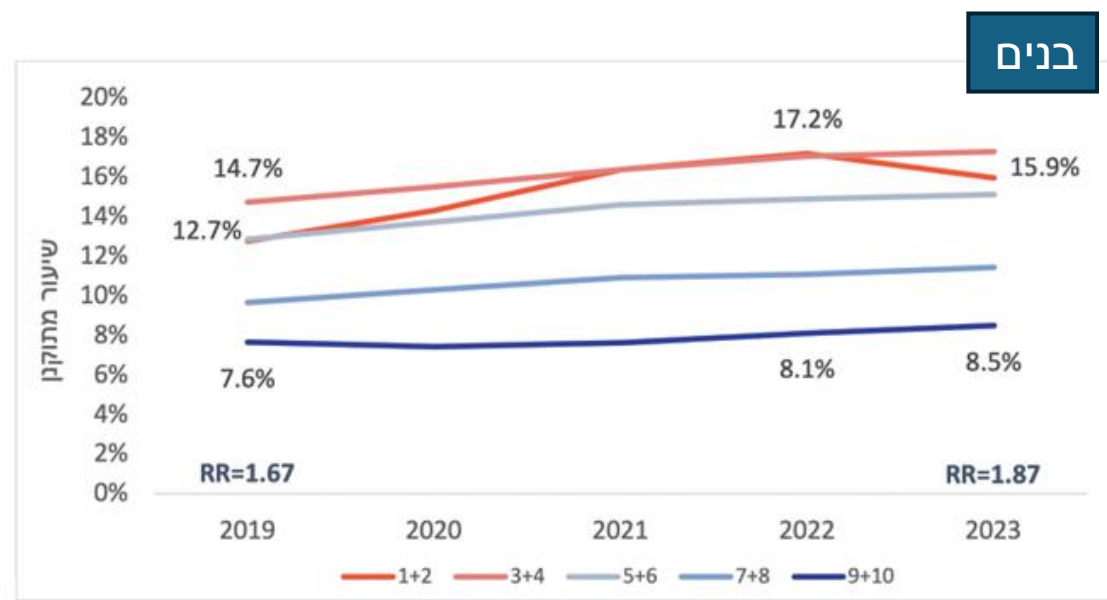
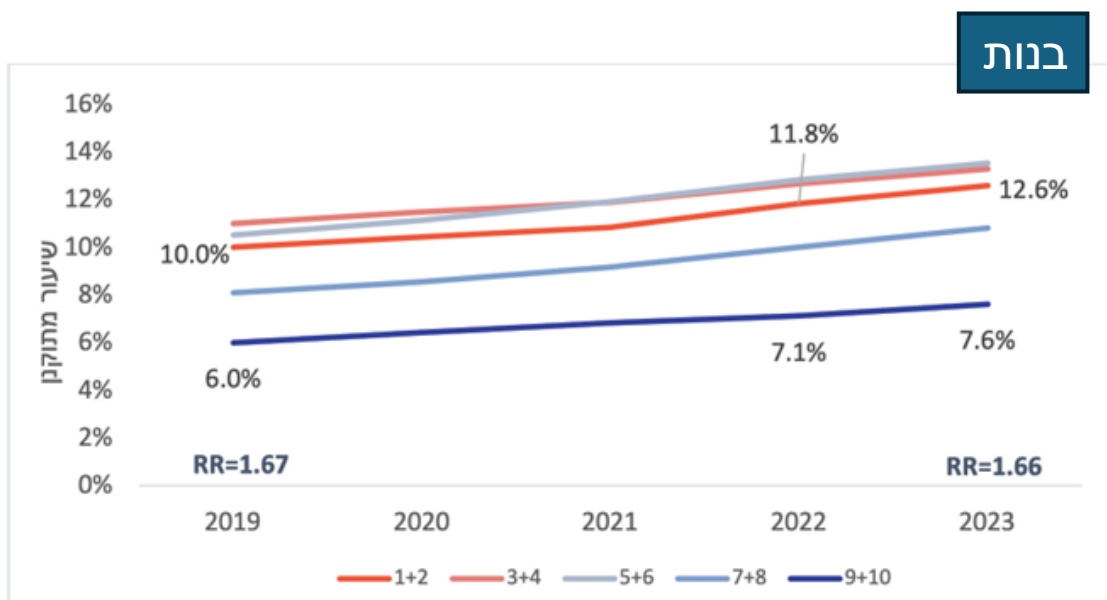
אין לך עין
תק מכלל החופש הרגיל

טוטורסקו

סוקו

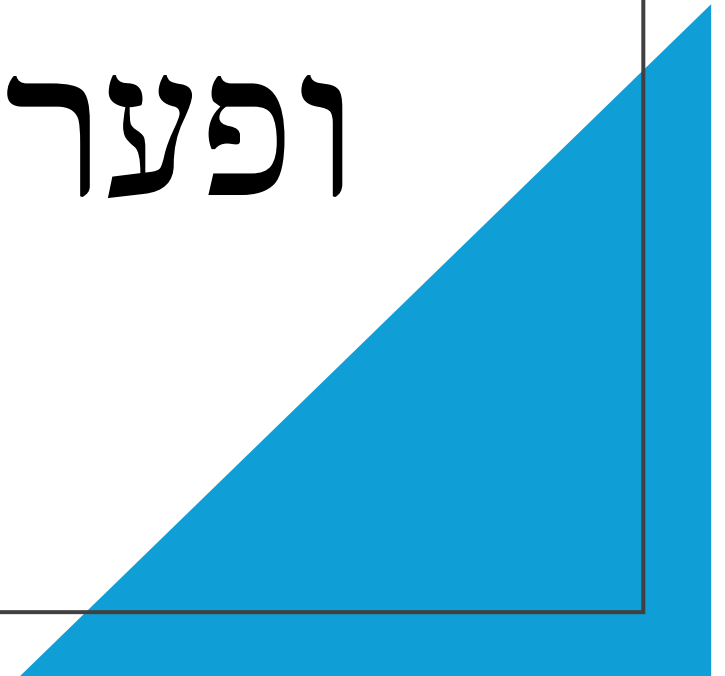
קוסק
משה ובנו

שיעור ההימצאות של השמנת יתר בקרב בנים ובנות בני 14 – 15 שנים לפי מצב חברתי-כלכלי

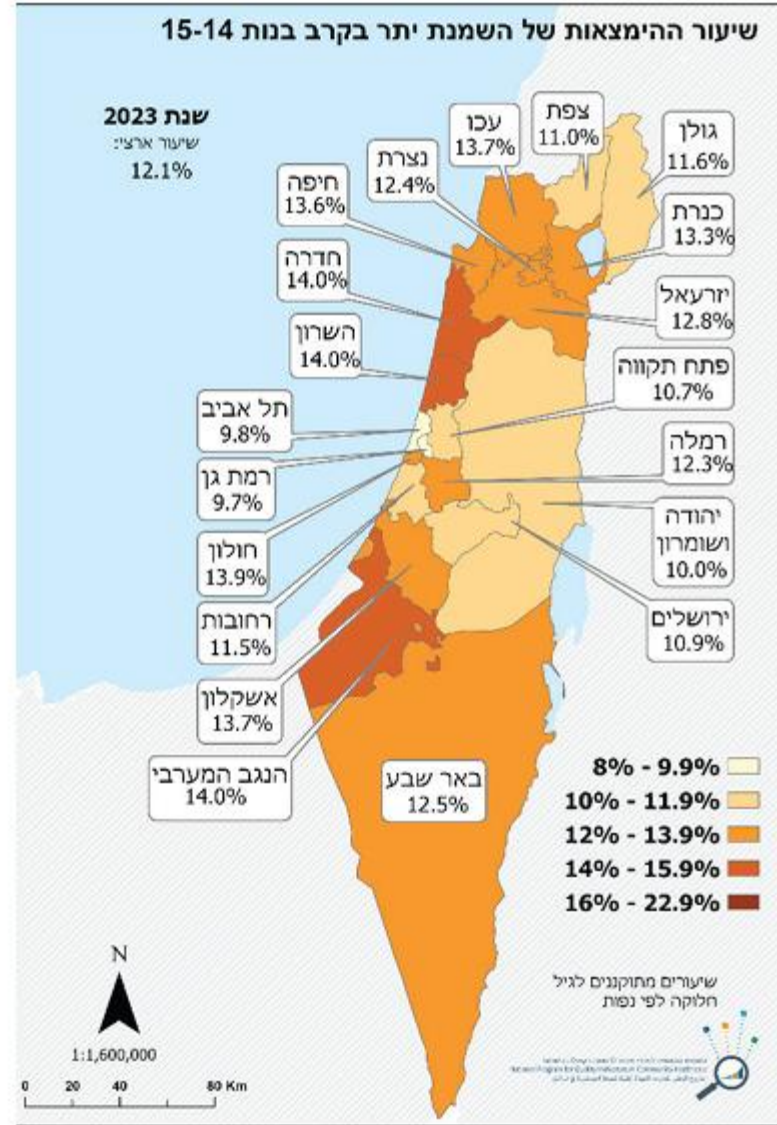
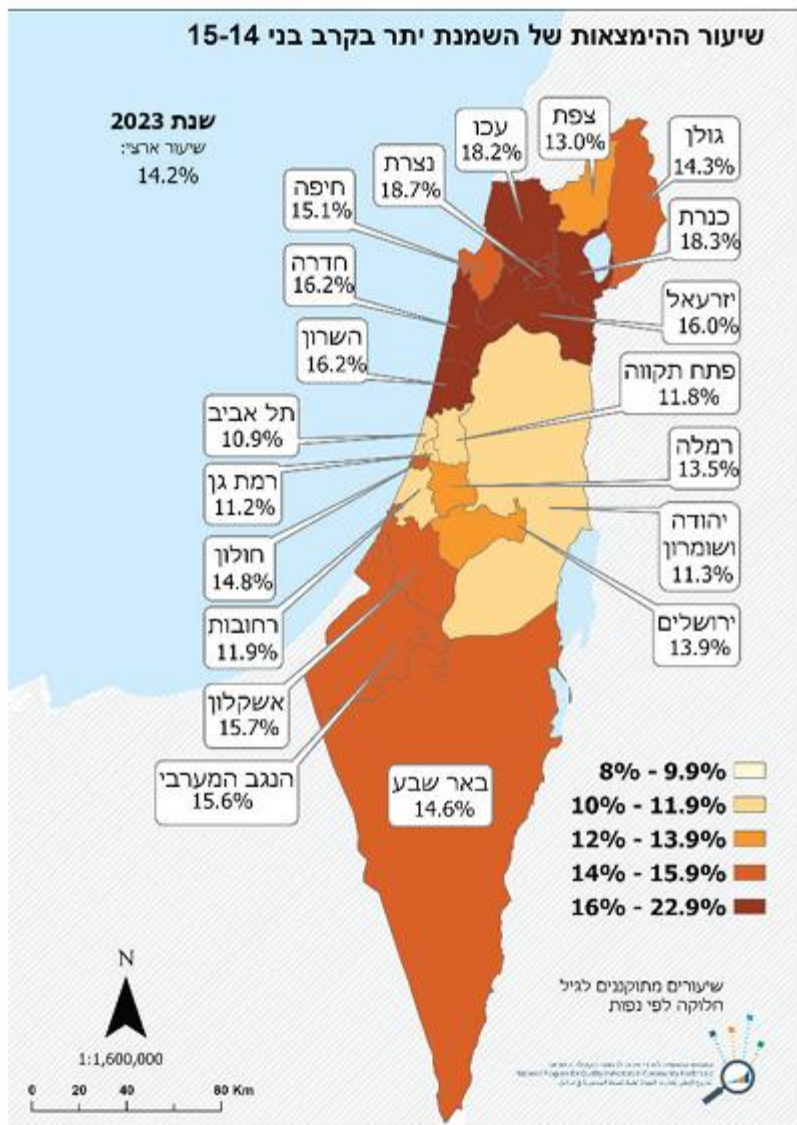


השמנה

ופעורים גאוגרפיים

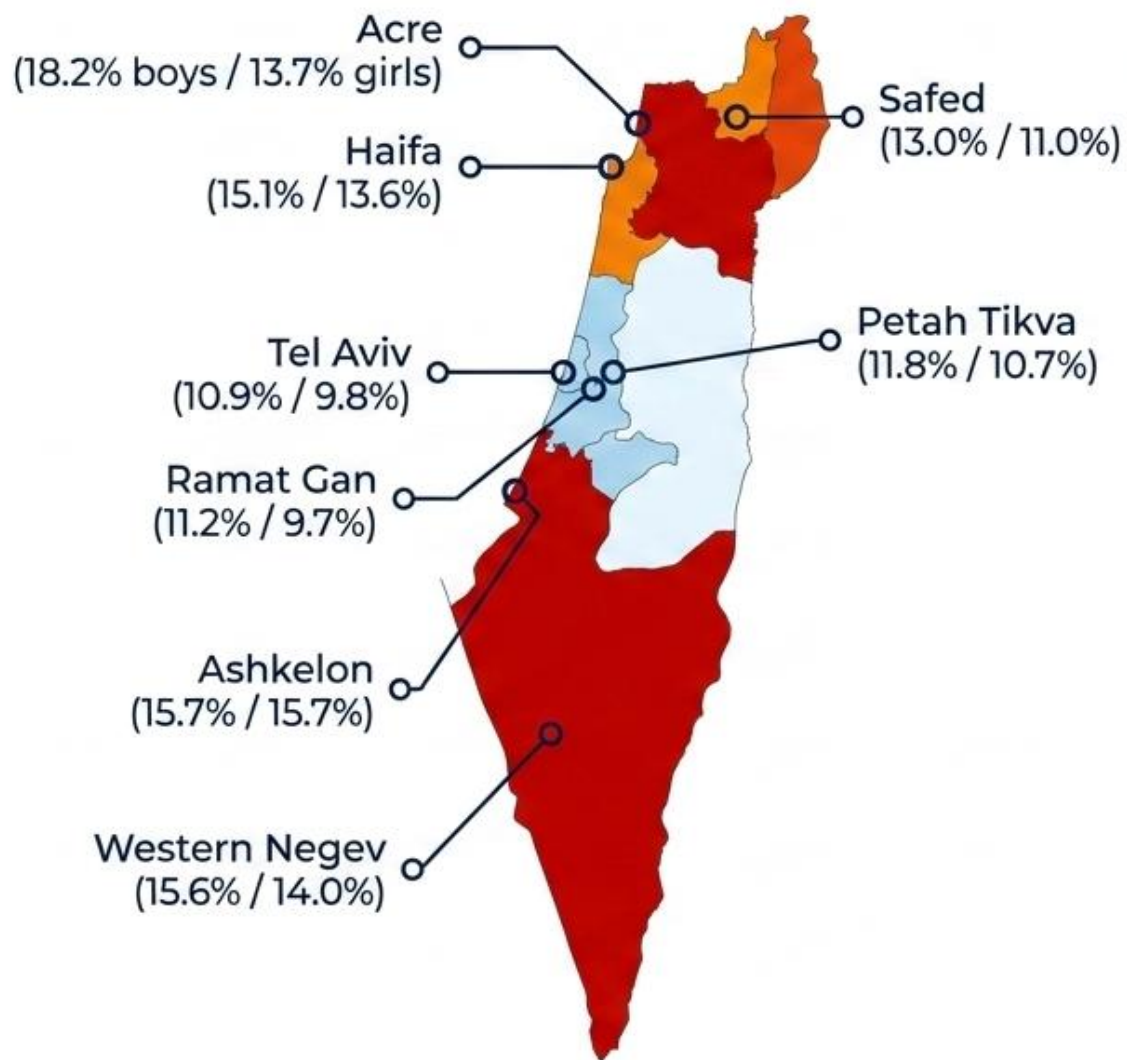


מפה 2: שיעור ההימצאות של השמנת יתר בקרב בני ובנות 14-15 לפי נפת מגורים

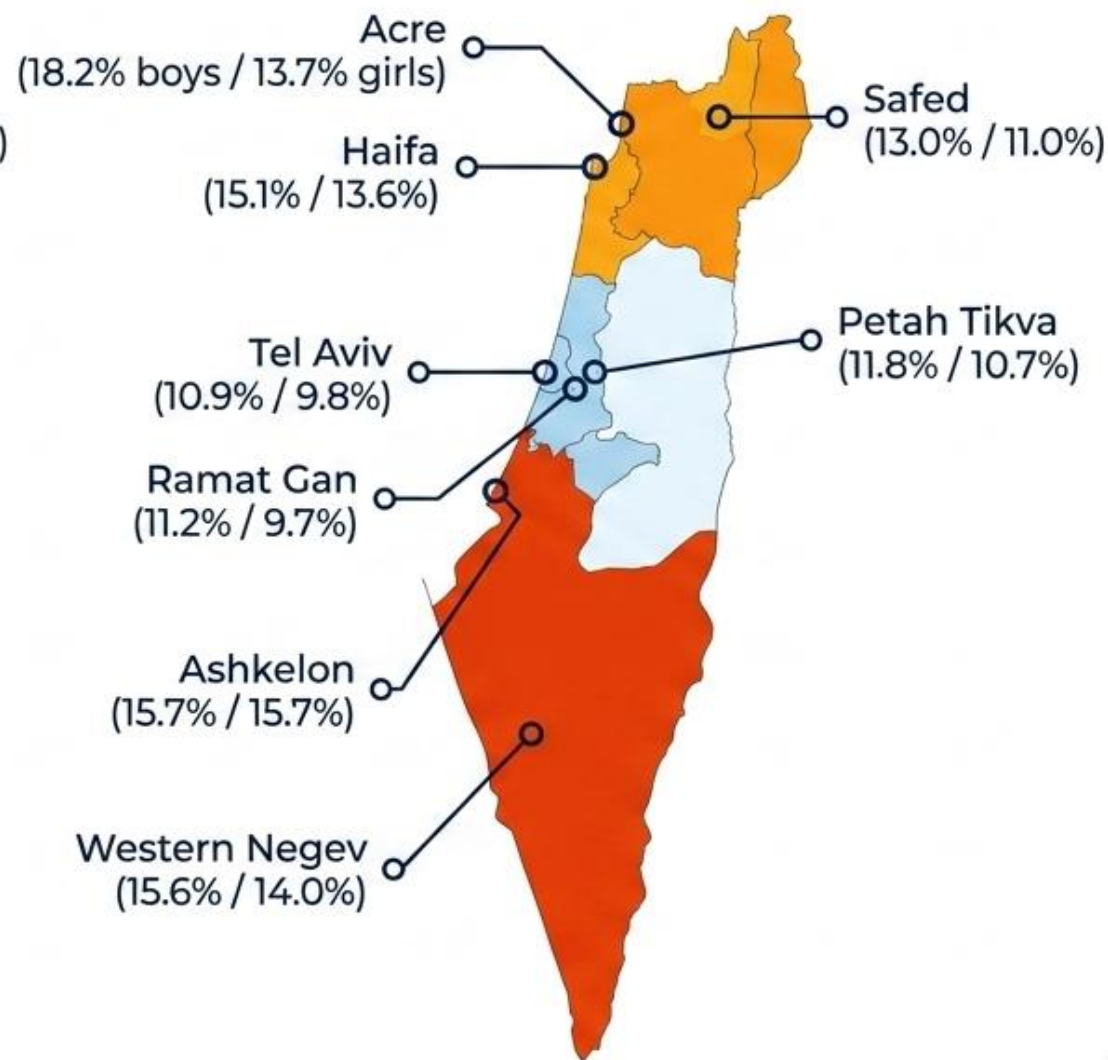


The Periphery Bears the Heaviest Burden

Boys aged 14-15



Girls aged 14-15



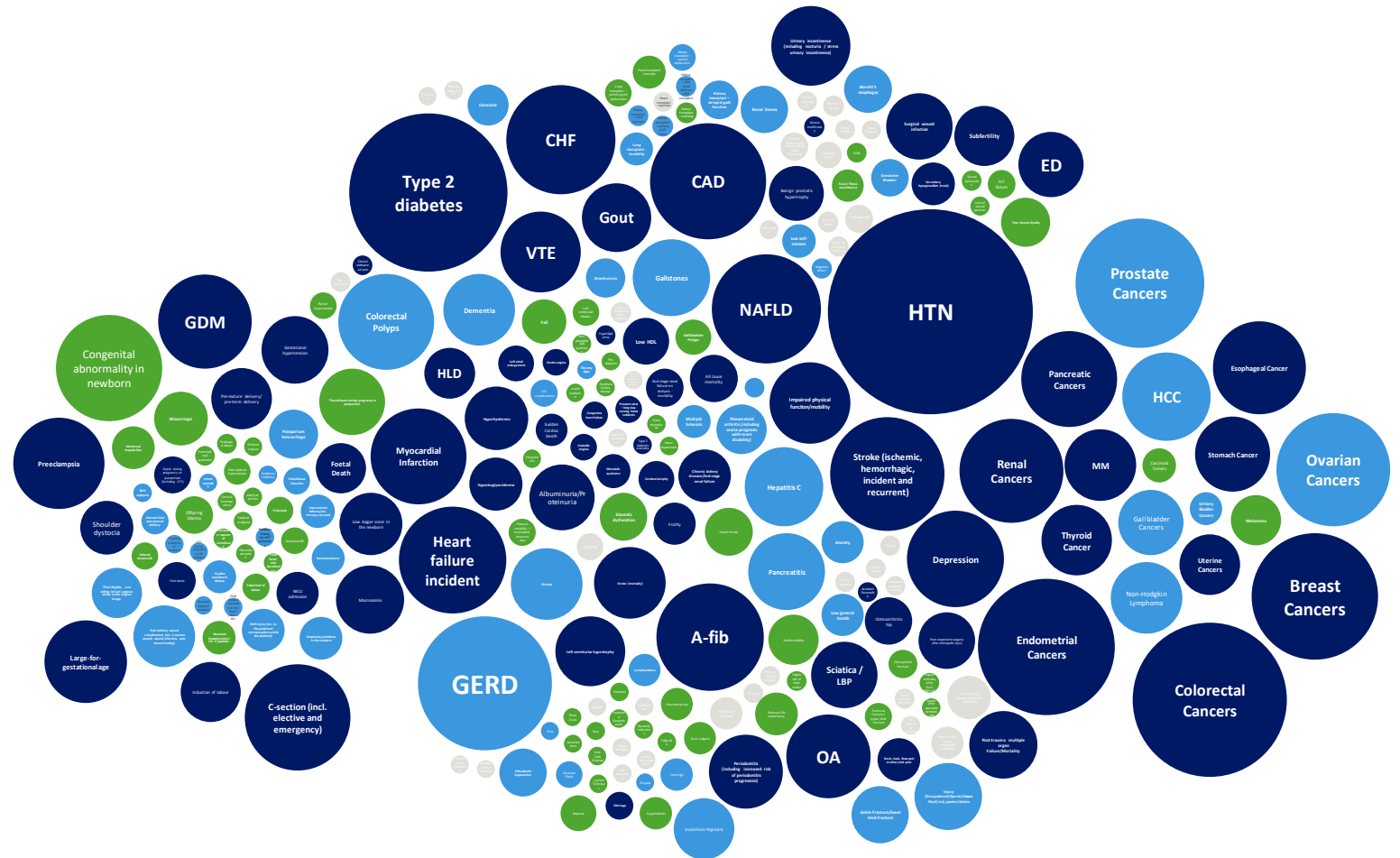
המשמעות של השמנה בגיל הילדות וההתבגרות

- גיל הילדות וההתבגרות
- מבוגרים צעירים
- המשך החיים

Obesity is associated with multiple complications

| GRADE | Strength of evidence |
|-------|----------------------|
| 4 | Very strong |
| 3 | Strong |
| 2 | Moderate |
| 1 | Weak |

Size of circle reflects number of articles



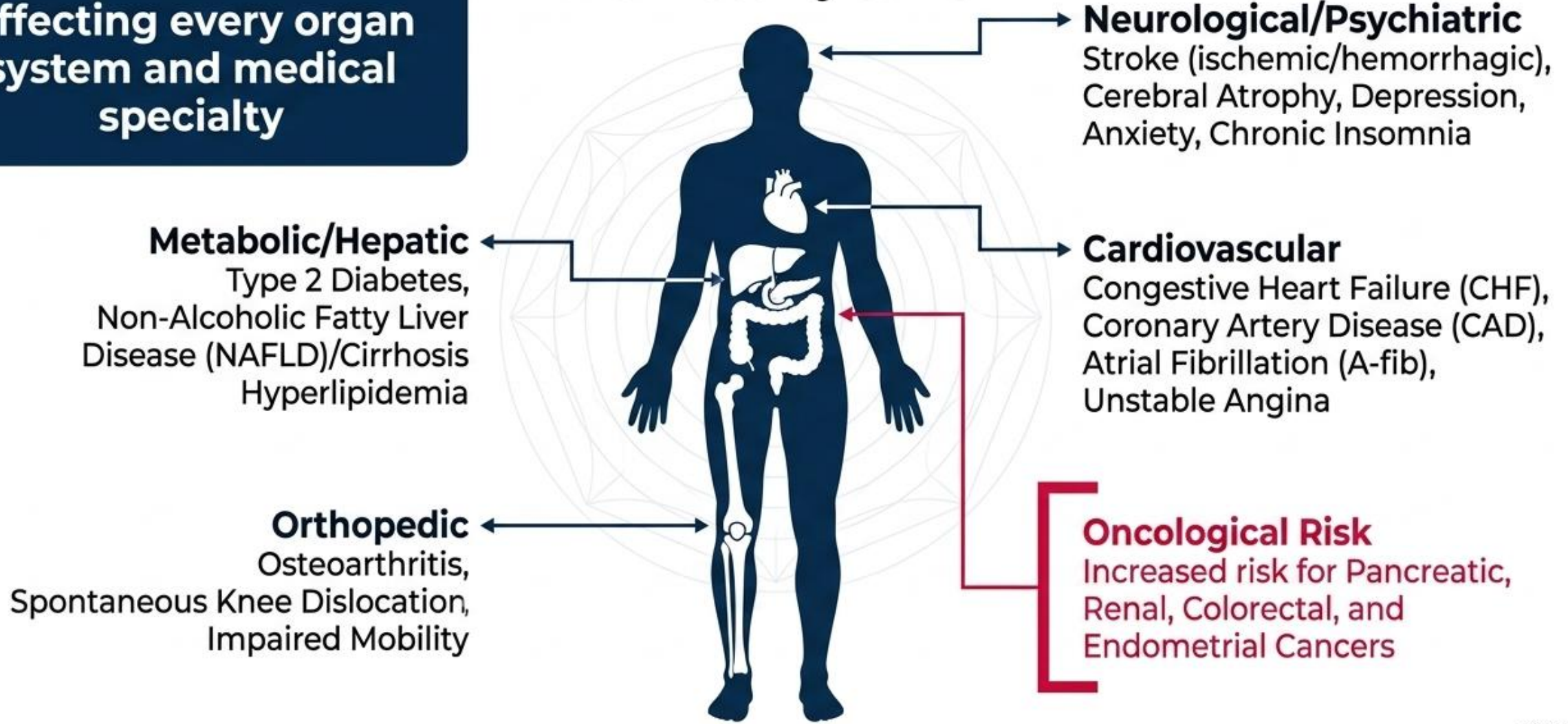
229+
 complications affecting
EVERY organ system
 and medical specialty

A-fib, atrial fibrillation; CAD, coronary artery disease; CHF, congestive heart failure; ED, erectile dysfunction; EOM, eosinophilic otitis media; GDM, gestational diabetes mellitus; GERD, gastroesophageal reflux disease; HCC, hepatocellular carcinoma; HTN, hypertension; HLD, hyperlipidemia; MM, multiple myeloma; NAFLD, non-alcoholic fatty liver disease; OA, osteoarthritis; VTE, venous thromboembolism.
 Horn et al. Postgrad Med 2022;134:359-75.

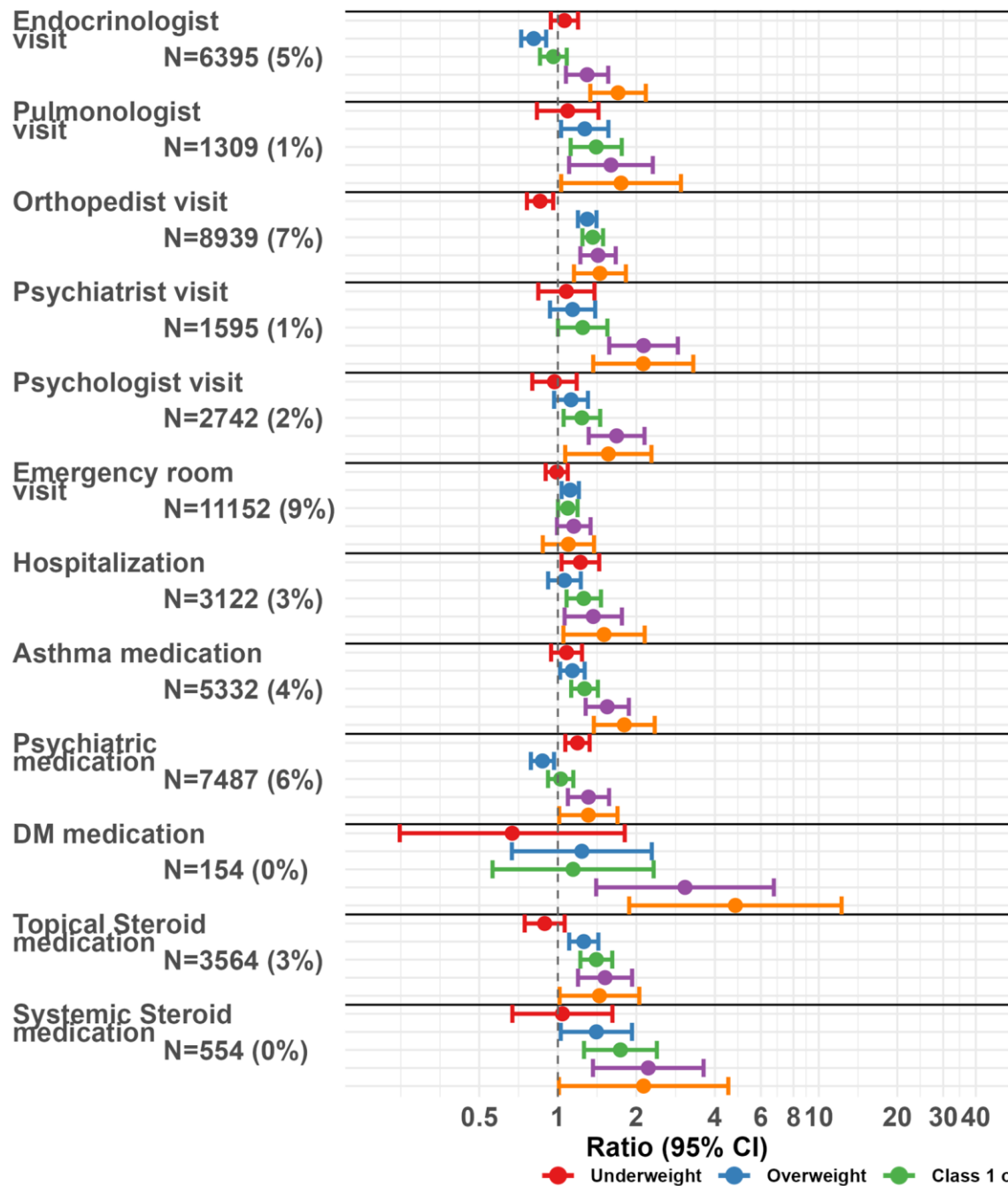
229+ Complications: Systemic Multi-Organ Failure

Affecting every organ system and medical specialty

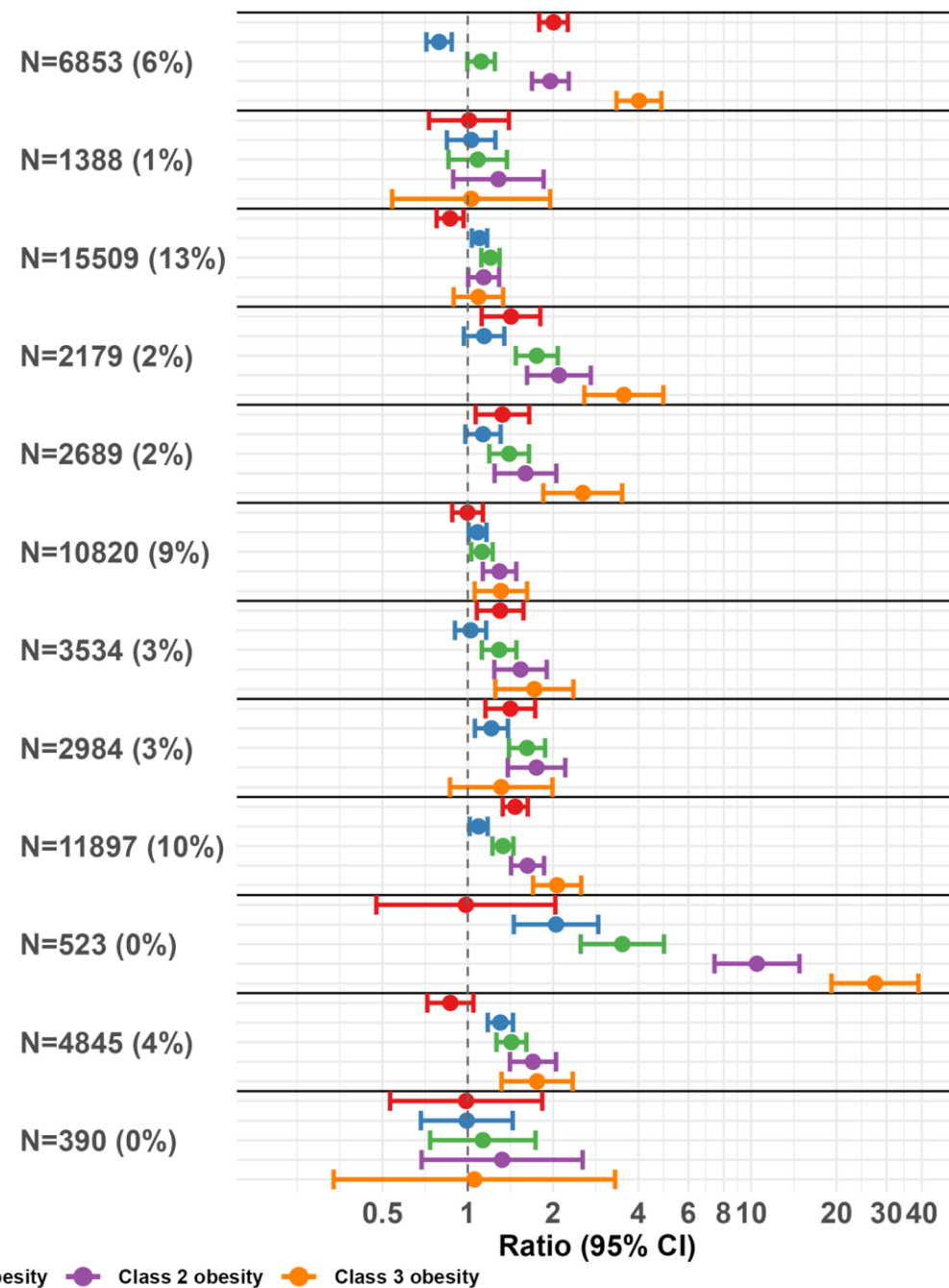
The Anatomy of Risk



Children 6-11 years old

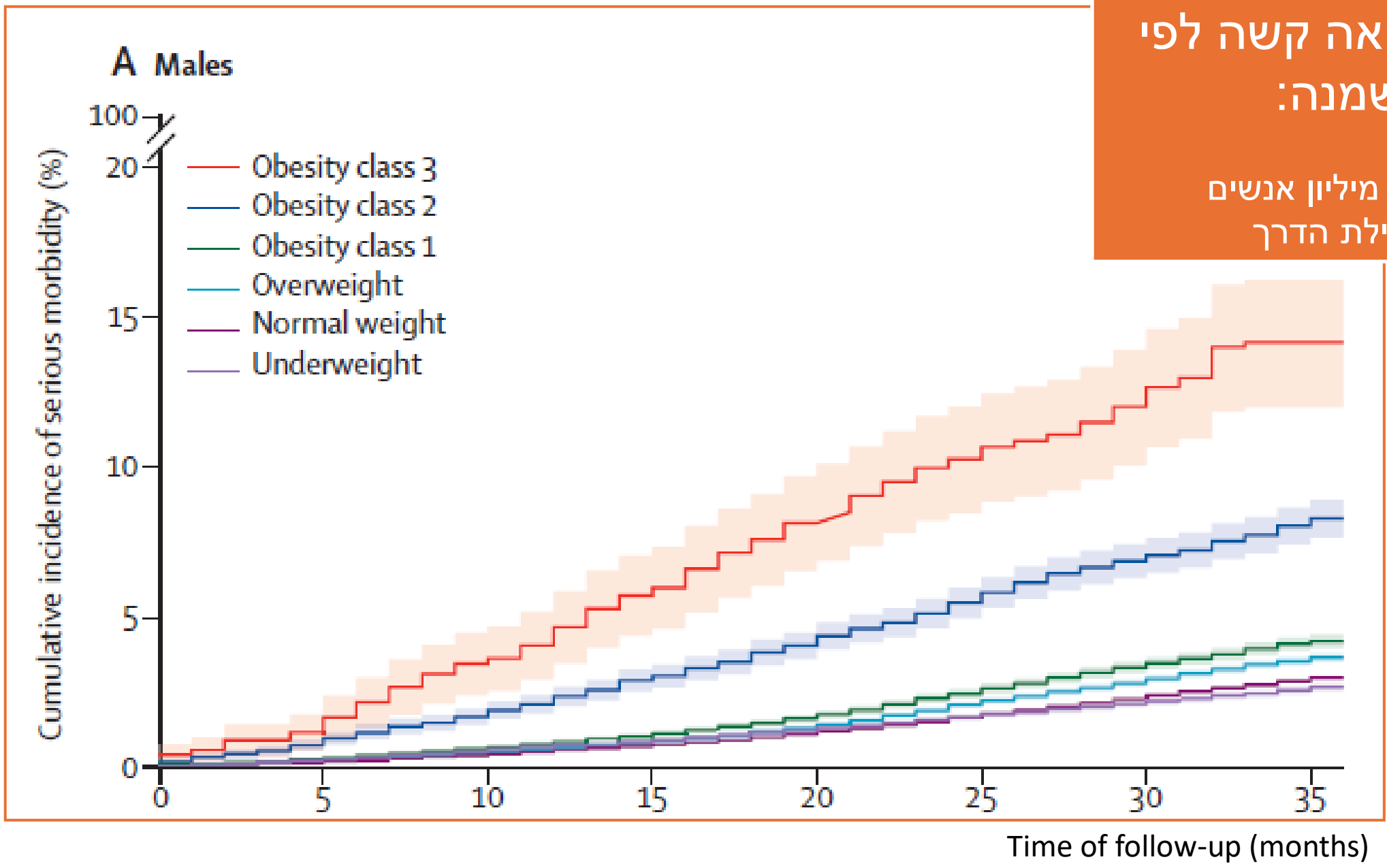


Adolescents 12-18 years old

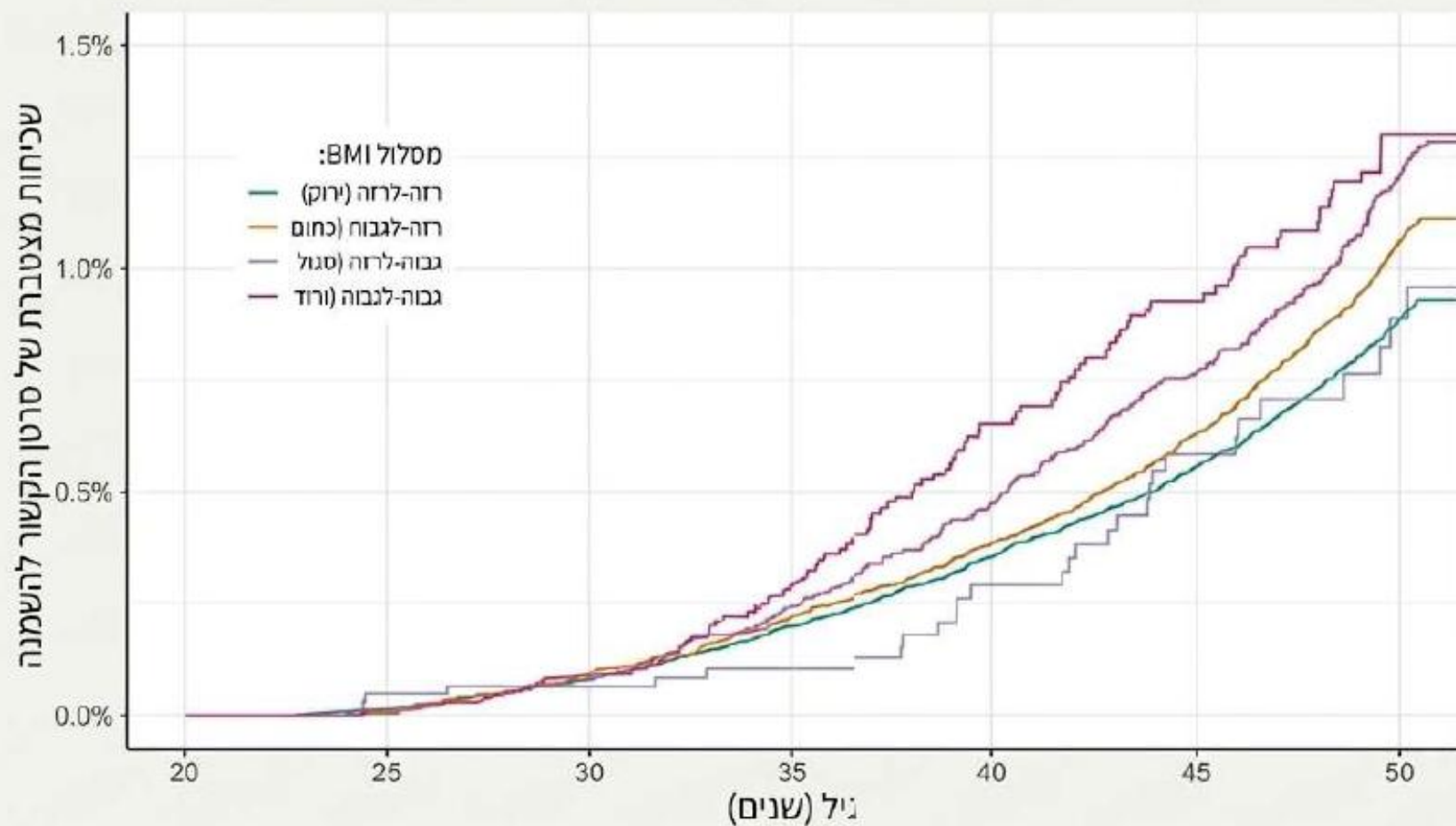


שיעור תחלואה קשה לפי חומרת ההשמנה:

- עד גיל 25
- מעל ל- 1.1 מיליון אנשים
- בריאים בתחילת הדרך

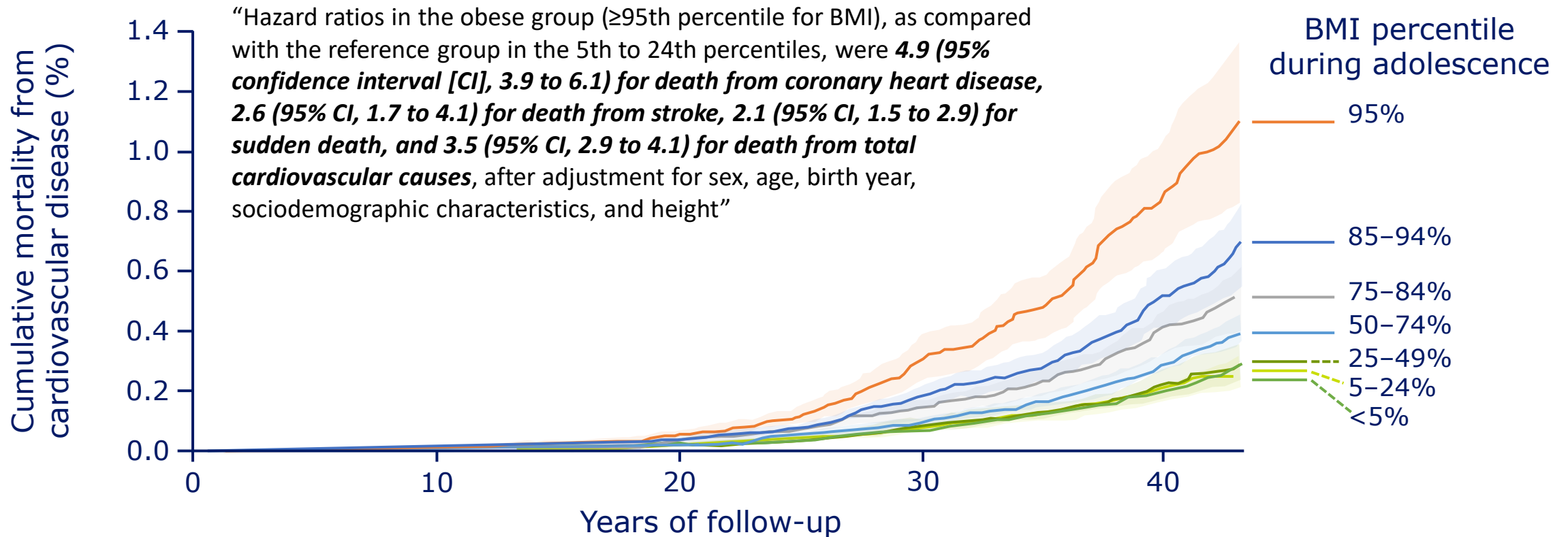


הסתעפות הגורלות: מסלול ה-BMI והסיכון המצטבר לסרטן



עקומות קפלן-מאייר מראות את ההיארעות המצטברת של סוגי סרטן הקשורים להשמנה להשמנה לאורך זמן. הקווים של קבוצות ה'רזה-לגבוה' וה'גבוה-לגבוה' נפרדים בבירור ועולים באופן תלול יותר, מה שמצביע על סיכון מוגבר.

Childhood obesity increases adult cardiovascular mortality



Based on a study of **2.3 million Israeli adolescents**. Weight classified according to age- and sex-specific percentiles from the CDC. Shown are rates of death from cardiovascular causes according to the percentile of BMI during adolescence, among 2,298,130 participants who were assessed between the ages of 16 and 19 years. After 42,297,007 person-years of follow-up, there were **2918 of 32,127 deaths (9.1%) due to CVD**. The shaded areas indicate 95% uncertainty intervals. CDC, Centres for Disease Control and Prevention; CVD, cardiovascular disease

The Lethal Legacy: Adult Cardiovascular Mortality

Based on a follow-up study of 2.3 million Israeli adolescents (42 million person-years).



4.9x

Hazard Ratio for Death from Coronary Heart Disease



3.5x

Hazard Ratio for Total Cardiovascular Death



2.6x

Hazard Ratio for Death from Stroke

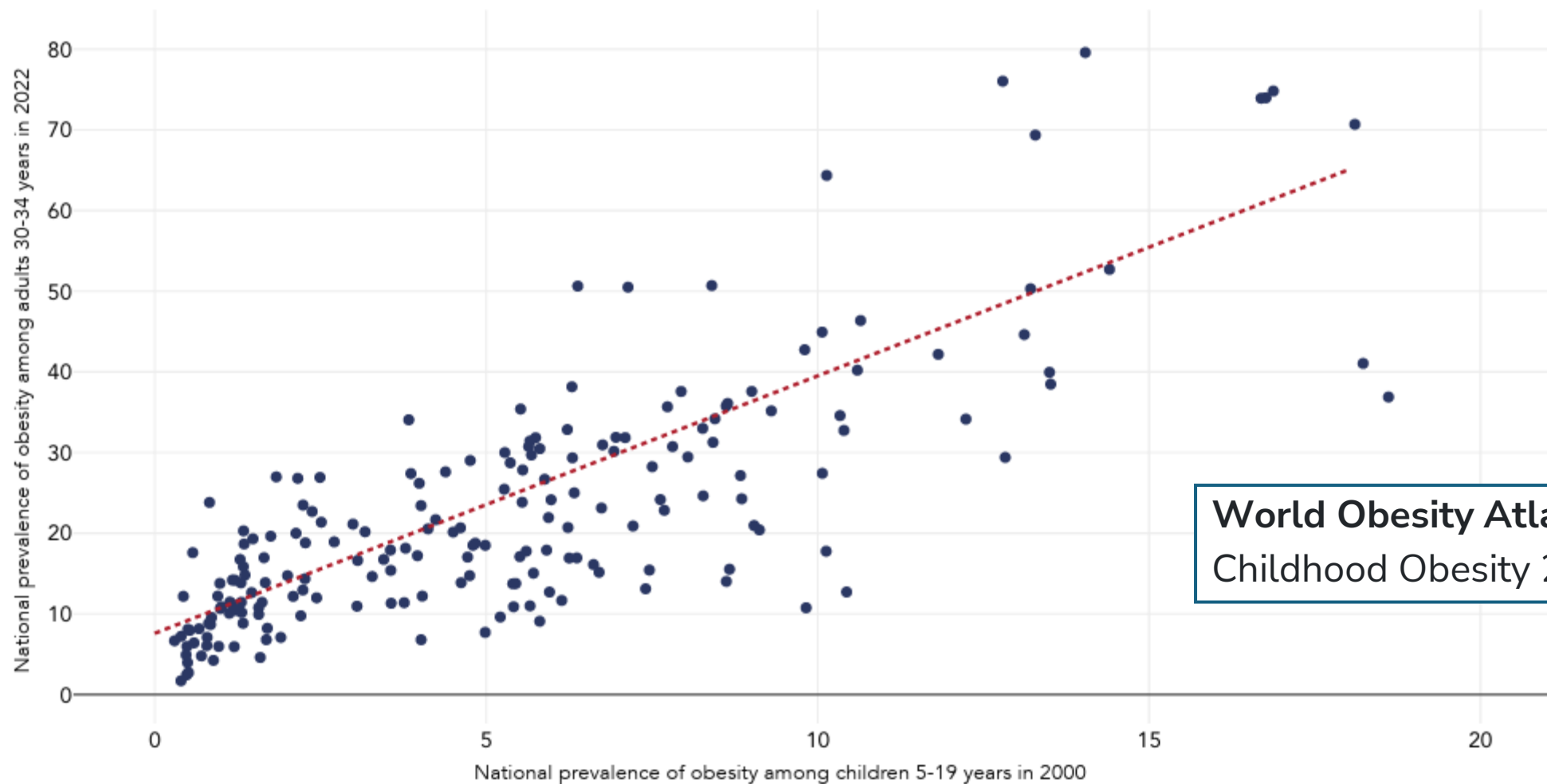


2.1x

Hazard Ratio for Sudden Cardiac Death

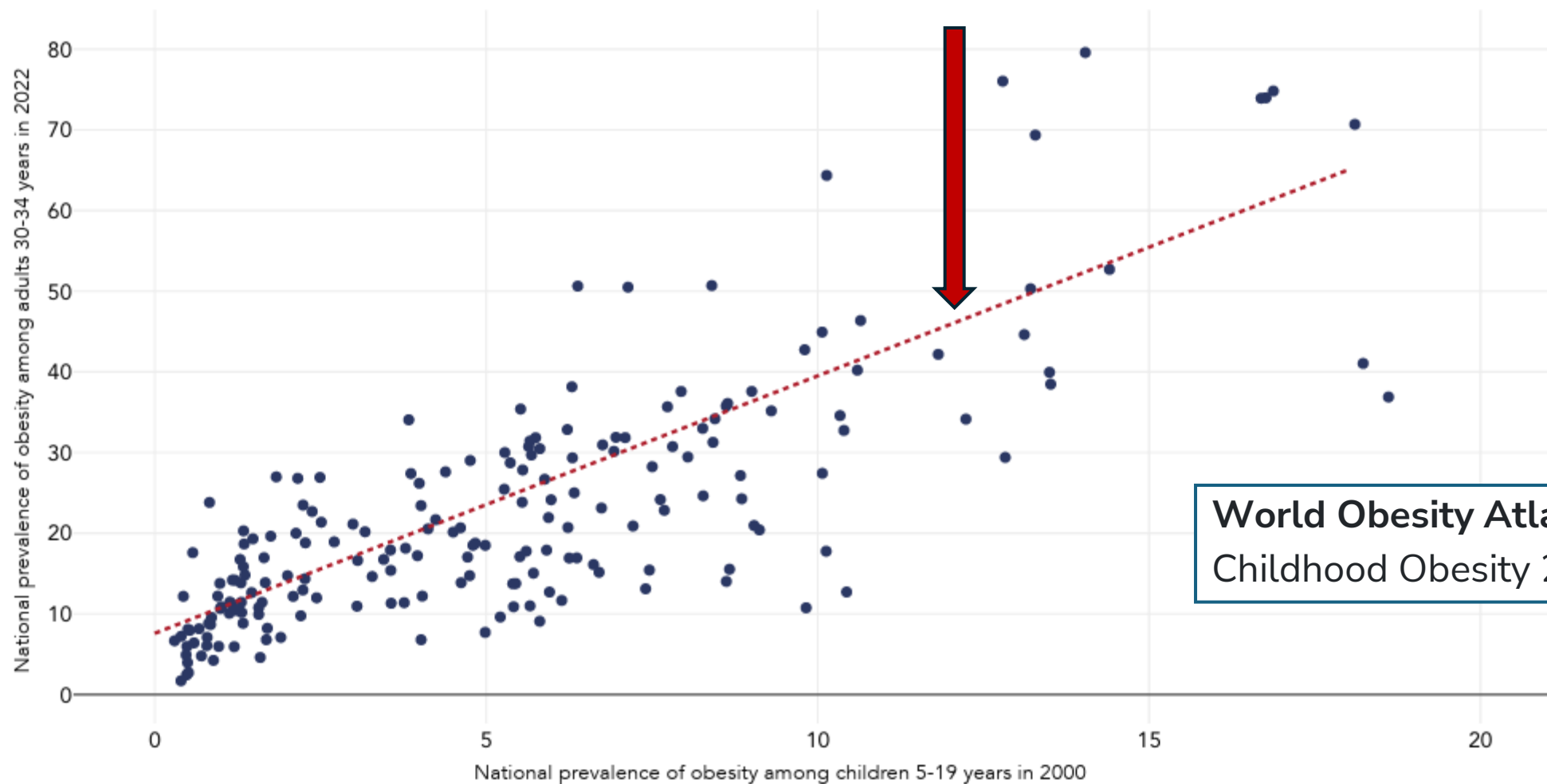
(Comparing BMI ≥95th percentile to 5th-24th percentile)

Figure 3.1: National prevalence of obesity in children 5-19 years in 2000 and obesity in adults 30-34 years in 2022



World Obesity Atlas 2026
Childhood Obesity 2nd Edition

Figure 3.1: National prevalence of obesity in children 5-19 years in 2000 and obesity in adults 30-34 years in 2022



World Obesity Atlas 2026
Childhood Obesity 2nd Edition

The 2040 Metabolic Pipeline

Projected number of children (5-19 years) developing BMI-attributed disease indicators.

| Disease Indicator | 2025 | 2040 |
|---|---------|---------|
| BMI-attributed MASLD (Metabolic dysfunction-associated steatotic liver disease) | 133,000 | 161,000 |
| BMI-attributed High Triglycerides | 65,000 | 77,000 |
| BMI-attributed Hypertension | 47,000 | 56,000 |
| BMI-attributed Hyperglycaemia | 20,000 | 24,000 |

לסיכום,

- אנו מתמודדים עם מגפה שפוגעת באופן לא שוויוני:
 - קשה יותר בפריפריה ובאוכלוסיות מוחלשות.
- ההשמנה אינה רק פוטנציאל לסיכון עתידי:
 - ההשמנה הינה מחלה פעילה המייצרת נטל רפואי, פיזי ונפשי כבד על הילדים שלנו **כבר עכשיו**, ומובילה לתחלואה קשה ותמותה מוקדמת בבגרותם.
- יש צורך במניעה והתערבות מוקדמת בגיל הילדות.