

【生活评弹】

过度放大身材焦虑
不利于社会幸福和谐

□赵强

最近看到一些文章，对肥胖者百般讽刺调侃，以至于认为“胖”是一种罪名，肥胖者不该活着。还有一些人把“要么瘦，要么死”作为屏保，把胖人打入了冷宫。

看完这些文章，我也陷入了深思。的确，环顾周围，那些身体偏胖的人往往会陷入尴尬的局面。根据《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》的最新数据，目前我国的成人中已经有超过1/2的人超重或肥胖，成年居民(≥18岁)超重率为34.3%、肥胖率为16.4%。按照绝对的人口数来计算，全国已经有6亿人超重和肥胖。这个比例还是比较高的。

面对庞大的肥胖人群，一些社交媒体和商家，无限夸大了肥胖的焦虑，以至于各种减肥用品铺天盖地，各种减肥疗法适时而生，让众多的肥胖者产生了巨大的心理压力和身体压力。以至于我们时常看到，有人因为肥胖焦虑做抽脂手术而身亡的消息。

一些不法的商家摸准了当代人对于身材的焦虑，推出各种各样瘦身产品还有减脂方法。比如挑战10天瘦20斤、一周轻断食之类的，明显不适合人体的正常热量需求和新陈代谢，这根本就是既伤身又无脑的做法。按照专家总结出来的减肥误区，不吃早餐、抽脂、穿减肥紧身衣、局部运动、用电疗按摩器等，都是不可取的。

正如世界有形形色色的动植物一样，人类社会的芸芸众生，不可能都是一个形状出现，必然有高低胖瘦之别。如果这个世界上都是清一色的瘦子，那倒是整齐划一了，不过，也不符合人类社会的发展规律。就肥胖而言，很多人并不是后天一味地暴饮暴食、生活没有规律、偏好吃高热量食物造成的，还有的诸如遗传基因所导致。

没有人天生乐于大腹便便，没有人愿意在如今以瘦子为时尚标杆、健康标杆的现代社会中，要重新找回几百上千年前曾经的以胖为荣的风习。毕竟身体过胖，不但行动不便，也会造成身体损伤。就目前研究证实的有：内分泌失调、肠道菌群、睡眠剥夺和昼夜节律紊乱、心理压力、药物影响、饮食失当等，都会造成肥胖的加剧。

眼下，随着公众健康意识、保健意识的觉醒，对自身的健康管理和健康投入在逐渐加大，全民减肥成为了一种时尚。由肥胖引起的健康问题已逐渐成为社会关注的焦点。特别是随着我国“三高”人群的增多，人们开始意识到了日常生活的习惯对过度肥胖的影响。不过，随着社会舆论过分放大了肥胖的弊端，也深深影响着庞大的肥胖人群的认识和生活。在很多人看来，肥胖成为了丑陋、绝望、疾病的代名词。甚至有些胖人走在街上，也会遭遇鄙夷的目光。特别是是一些医美机构、减肥机构，炒作莫名其妙的审美伪概念，如高颅顶、直角肩、精灵耳、漫画腰、筷子腿，更有那些标准的A4腰的明星在舞台上搔首弄姿，颠覆着人们的审美认知。如此一来，身材发胖、体重超标的人，特别是偏胖的青少年，就成为众矢之的和非议的对象了。

笔者以为，在如今人们追求健康体重和健康的生活方式下，平时讲究生活的高质量无可厚非。即使列入发胖一族，也大可不必过分焦虑。要杜绝畸形的减肥心理，合理膳食、合理减肥，保持一定的生活规律。实在减不下去体重，也不可强求，不以胖瘦来定义人生是否成功，社会舆论应打造对胖人相对友好的社会氛围，不让身材焦虑成为一个严重的社会难题。

【图闻点评】 ■本期点评 其格

豪华月饼礼盒多用于送礼
甚至流向领导干部的餐桌

尽管近年来平价月饼成为主流，但调查发现，在一些星级酒店和电商平台上，仍在售卖标价千元以上的月饼，一些礼盒包装豪华，一小块月饼包装能有六层。豪华包装下的天价月饼，到底谁在买？谁在吃？有销售人员坦言，月饼礼盒多用于送礼，甚至流向领导干部的餐桌。

点评：送礼是人际交往中存在的一种客观现象，但若走向了过度包装和变相送礼行贿就失去了本真。为形成良好的社会风尚和环保意识，建议企业从源头简化包装，让赏月吃月饼回归本“味”。

社区老年餐桌、老年食堂
纳入食品安全监管范围

民政部、市场监管总局日前联合印发《关于强化养老服务领域食品安全管理的意见》，首次将社区老年餐桌、老年食堂等纳入监管范围。《意见》明确，社区老年餐桌、老年食堂应当依法取得食品生产经营许可证，保证食品安全。

点评：保障了老年人的饮食健康安全，为进一步促进养老服务机构健康有序发展奠定了基础。

化粪池勇救村民
派出所所长20小时后醒了

跳入化粪池营救两村民，昏迷20小时后，贵州贵阳开阳县公安局南江派出所所长刘天周醒了！9月17日13时许，刘天周在出警回所途中经过南江村谷坝坝时，得知有两村民跌落家中化粪池，他马上跳进化粪池进行营救，因吸入大量沼气昏迷在现场。

点评：让我们一起祝他早日康复！人民的好警察。

半年32次“疯狂网购”
买买买然后退退退

利用会员的退款机制购买商品后，在7天无理由退款途中将所购商品换成无用的商品，然后进行退款。孙某在半年时间内，相继在一家平台上32次购买衣服、皮包、鞋子等商品，收货后申请退货退款，并把家中的废弃旧物品退回给商家，累计金额达22466元。目前，孙某已被警方依法采取刑事强制措施，非法所得均已退还商家。

点评：在日常的购物当中，平台为提供了很多方便，是为广大市民服务的，消费者不能以此产生贪便宜的小心理，做出违法乱纪的事情。

恶意拨打报警电话两百余次
陕西一男子获刑八个月

近日，陕西安康旬阳市人民法院刑事审判庭对旬阳市人民检察院提起公诉的陈某亮寻衅滋事罪一案公开开庭进行了审理，被告人陈某亮恶意拨打报警电话两百余次，一审依法被判处有期徒刑八个月。

点评：虚假警情占用有限的公共资源，浪费警力，甚至可能让真正需要帮助的人失去获救机会，故意拨打110报警电话报假案或戏弄接警民警的，公安机关将视情况予以批评教育或依据有关条款处理，造成严重后果触犯刑律的，将追究刑事责任。