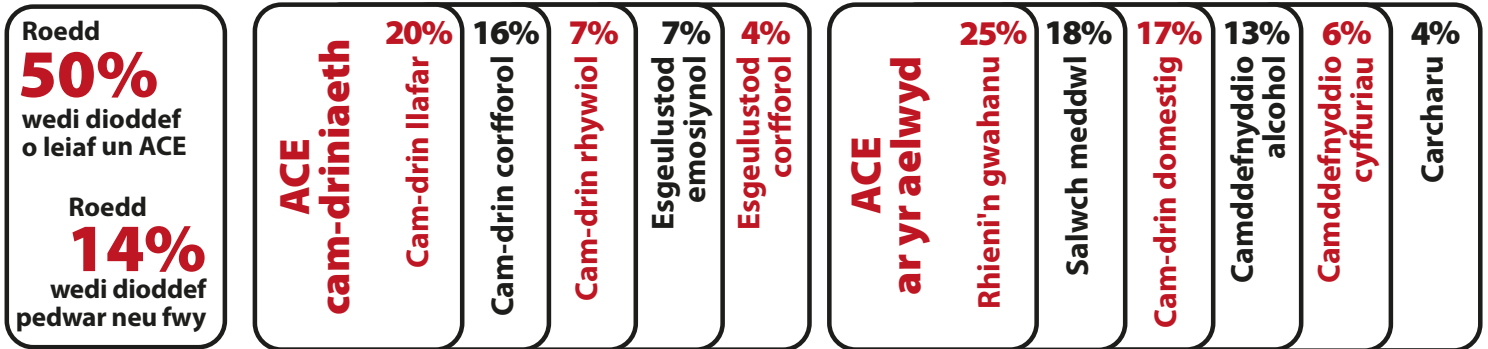


Profiadau Niweidiol yn Ystod Plentyndod (ACE) a Gwydnwch

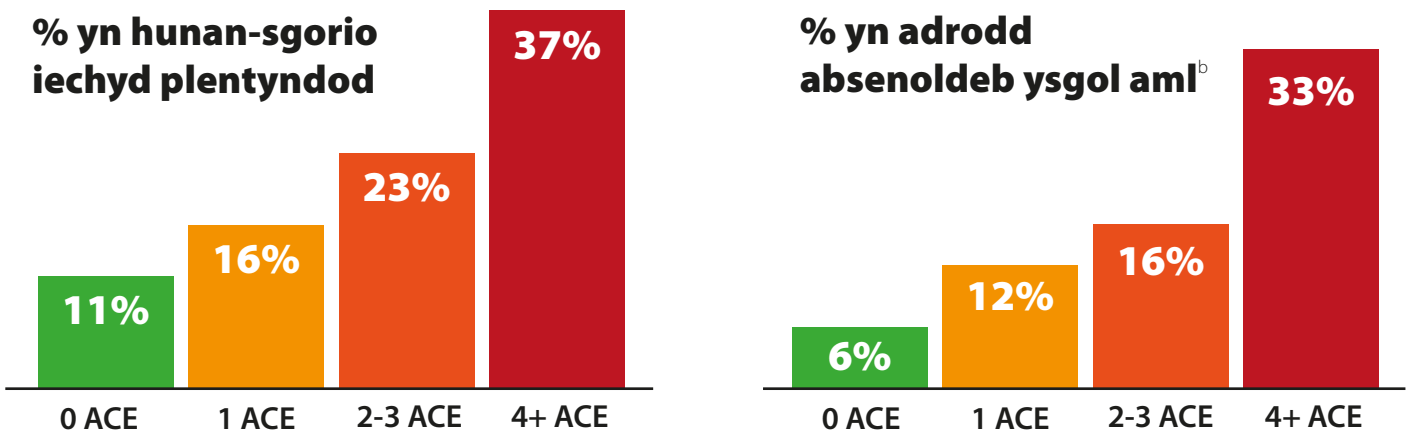
Perthynas ag iechyd plentyndod ac absenoldeb ysgol

Gofynnodd Astudiaeth ACE a Gwydnwch Cymru i oedolion am eu hamlygiad i 11 ACE yn eu plentyndod ac ystod o gwestiynau ar iechyd plentyndod, absenoldeb ysgol uwchradd ac asedau gwydnwch plentyndod y gymuned.

Faint o oedolion oedd wedi dioddef ACE?^a



Cynyddodd y gyfran o oedolion sy'n adrodd am iechyd plentyndod gwael ac absenoldeb ysgol aml gyda'r nifer o ACE oeddent wedi eu dioddef



O'i gymharu ag unigolion heb unrhyw ACE, roedd y rhai â phedwar ACE neu fwy yn:



2x yn fwy tebygol o gael **alergeddau plentyndod**



3x yn fwy tebygol o gael **cur pen plentyndod**



3x yn fwy tebygol o gael **asthma plentyndod**



4x yn fwy tebygol o gael **broblemau treulio**



5x yn fwy tebygol o adrodd am **iechyd plentyndod gwael**



7x yn fwy tebygol o adrodd am **absenoldeb ysgol aml^b**

Bu i Astudiaeth Cymru o Brofiadau Niweidiol yn Ystod Plentyndod (ACE) a Gwydnwch gyfsweld tua 2,500 o oedolion (rhwng 18 a 69 oed) yng Nghymru yn 2017. Rydym yn ddiolchgar i bawb a roddodd o'u hamser yn wirfoddol i gymryd rhan.

^a Wedi'i addasu i ddemograffeg poblogaeth. Yn seiliedig ar sampl lawn, gweler: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/94702>;

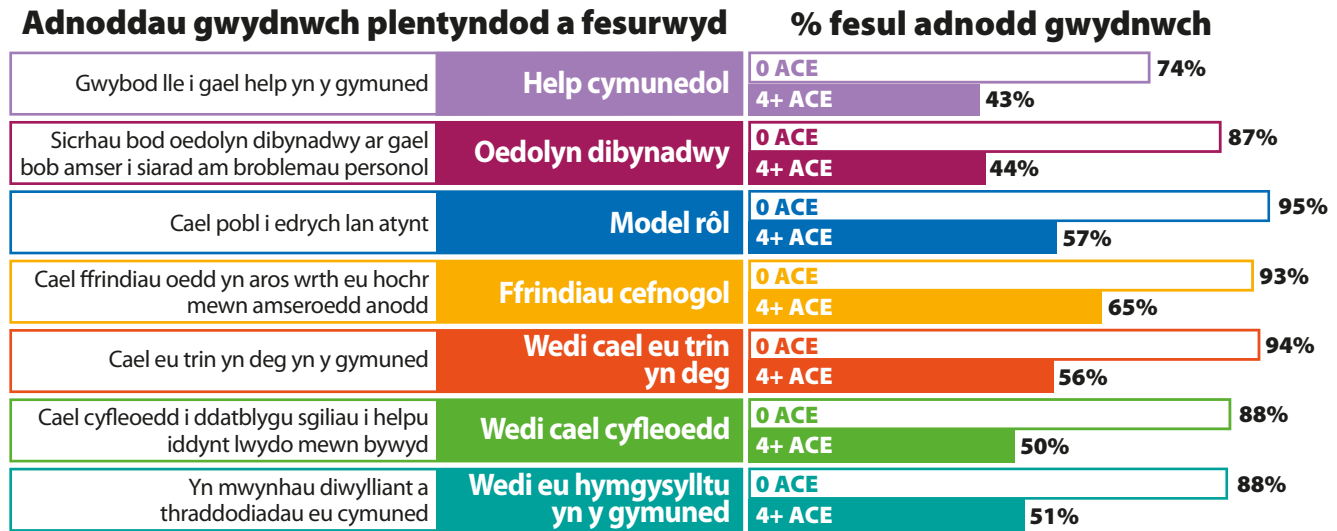
^b Yn colli > 20 diwrnod y flwyddyn yn ystod ysgol uwchradd.

Pwysigrwydd gwydnwch ym mywydau plant

Gwydnwch yw'r gallu i oresgyn caledi difrifol megis y rhai a gyflwynir gan ACE ac o ganlyniad osgoi rhai o'u heffeithiau niweidiol. Mae'r ffactorau sy'n helpu i adeiladu gwydnwch yn cynnwys: perthynas gadarnhaol, cefnogaeth gymunedol, cysylltiadau diwylliannol a sgiliau personol.

Yn yr astudiaeth hon, gwnaethom ganolbwyntio ar saith o adnoddau gwydnwch plentyndol cymunedol.

Adroddodd unigolion gydag ACE adnoddau gwydnwch plentyndod is^a



Roedd cael pob adnodd gwydnwch plentyndod yn gysylltiedig â lefelau is o absenoldeb ysgol^b a phroblemau iechyd plentyndod^c hyd yn oed yn y rheini ag ACE

Roedd adnoddau gwydnwch penodol yn gryf gysylltiedig â gostyngiadau mewn rhai canlyniadau:

Gyda'r rhai â 4+ ACE, mae cael yr adnoddau gwydnwch hyn yn gostwng lefelau:^d



Absenoldeb ysgol aml

WEDI CAEL EU TRIN YN DEG
WEDI CAEL CYFLEOEDD



Alergeddau

WEDI CAEL EU TRIN YN DEG



Cur pen

FFRINDIAU CEFNOGOL



Iechyd plentyndod gwael

MODEL RÔL
WEDI CAEL CYFLEOEDD
FFRINDIAU CEFNOGOL

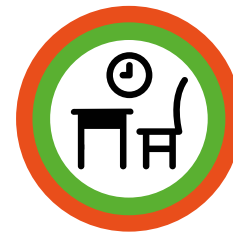


Problemau treulio

OEDOLYN DIBYNADWY

Absenoldeb ysgol aml^b

o **31%** heb adnodd gwydnwch



i **13%** gyda'r ddau adnodd gwydnwch

Iechyd plentyndod gwael

o **60%** heb unrhyw un o'r adnoddau gwydnwch hyn



i **21%** gyda'r tri adnodd gwydnwch

^aYn seiliedig ar sampl lawn, gweler: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/94702>; ^bYn colli > 20 diwrnod y flwyddyn yn ystod ysgol uwchradd; ^cNid oedd help cymunedol, oedolyn dibynadwy a wedi cael eu trin yn deg yn gysylltiedig ag asthma; nid oedd help cymunedol yn gysylltiedig â phroblemau treulio; ^dWedi'i addasu i ddemograffeg sampl.