

Το ποδήλατο παρατείνει το προσδόκιμο ζωής

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Untitled 713-490x310

Το Πανεπιστήμιο της Ουτρέχτης στην Ολλανδία υποστηρίζει ότι όσοι οδηγούν ποδήλατο ζουν περισσότερο από αυτούς που δεν χρησιμοποιούν ποδήλατο

Η τακτική χρήση ποδηλάτου μπορεί να παρατείνει το προσδόκιμο ζωής κατά έξι μήνες.

Μια έρευνα που διεξήχθη στο Πανεπιστήμιο της Ουτρέχτης στην Ολλανδία, αποδεικνύει ότι όσοι χρησιμοποιούν τακτικά ποδήλατο, έχουν ευκαιρία να ζήσουν περισσότερο σε σύγκριση με αυτούς που δεν οδηγούν ποδήλατο.

Σύμφωνα με την έρευνα που πραγματοποιήθηκε με τη συμμετοχή 50.000 ατόμων και η οποία βασίζεται στα στοιχεία του Παγκοσμίου Οργανισμού Υγείας και της Κεντρικής Στατιστικής Υπηρεσίας της Ολλανδίας, χάρη στη χρήση ποδηλάτου κάθε χρόνο περίπου 11.000 άνθρωποι αποκτούν την ευκαιρία να ζήσουν περισσότερο στη χώρα.

Οι ερευνητές οι οποίοι αναφέρουν πως καθορίστηκε για πρώτη φορά η συμβολή της χρήσης του ποδηλάτου στην υγεία, τόνισαν ότι μετά από τα στοιχεία αυτά πρέπει να ενθαρρυνθεί η χρήση ποδηλάτου.

Στην Ολλανδία που είναι μεταξύ των χωρών όπου χρησιμοποιείται ευρέως ποδήλατο και η οποία έχει πληθυσμό 16 εκατομμυρίων ατόμων, βρίσκονται 18 εκατομμύρια ποδήλατα.

Πηγή: ikypros.com