3 Οκτωβρίου 2015

Τα κιλά αυξάνονται μαζί με την ηλικία, στην Ελλάδα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Υπέρβαρος ή παχύσαρκος είναι ένας στους δύο Έλληνες, ενώ όσο αυξάνει η ηλικία τόσο φαίνεται ότι αυξάνουν και τα κιλά. Παρά το γεγονός ότι οι άνδρες και οι γυναίκες ηλικίας άνω των 65 ετών υιοθετούν συχνότερα το πρότυπο της μεσογειακής διατροφής, με την κατανάλωση περισσότερων λαχανικών, φρούτων, οσπρίων και ψαριών, σε σχέση με τους νεότερούς τους, το 50% αυτών είναι παχύσαρκοι.

Αυτά είναι ορισμένα από τα αποτελέσματα της μελέτης για την υγεία και τη διατροφή του πληθυσμού στην Ελλάδα, η οποία διενεργήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος ΥΔΡΙΑ (υπεύθυνη προγράμματος η καθηγήτρια Αντωνία Τριχοπούλου) με τη μορφή προσωπικών συνεντεύξεων σε αντιπροσωπευτικό δείγμα 4.000 ατόμων από όλη τη χώρα. Ειδικότερα, η μελέτη, που θα παρουσιαστεί μεθαύριο Δευτέρα σε ημερίδα στο Εθνικό Ιδρυμα Μελετών (ώρα έναρξης 9 π.μ.), κατέδειξε, μεταξύ άλλων, ότι ένας στους δύο άνδρες και μία στις δύο γυναίκες είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι. Μάλιστα οι άνδρες είναι συχνότερα υπέρβαροι, ενώ οι γυναίκες είναι συχνότερα παχύσαρκες. Το υψηλότερο ποσοστό υπέρβαρων παρατηρήθηκε στις ηλικίες 50-64 ετών, ενώ στις μεγαλύτερες ηλικίες το ποσοστό των παχύσαρκων φτάνει το 50%. Περίπου το 7% όσων συμμετείχαν δήλωσαν ότι

πάσχουν ή έπασχαν από κατάθλιψη. Η κατά δήλωση χρόνια κατάθλιψη στις γυναίκες φτάνει το 10% και είναι περίπου τετραπλάσια εκείνης των ανδρών. Και για τα δύο φύλα αυξάνει με την πρόοδο της ηλικίας και αγγίζει το 17% στις ηλικιωμένες γυναίκες. Οι ερευνητές δεν βρήκαν ενδείξεις συσχέτισης της οικονομικο-κοινωνικής κατάστασης των ατόμων με την κατά δήλωση χρόνια κατάθλιψη.

ΠΕΝΝΥ ΜΠΟΥΛΟΥΤΖΑ

Πηγή: Έντυπη kathimerini.gr