21 Ιουλίου 2016

Η παχυσαρκία πιο επικίνδυνη για τους άνδρες παρά για τις γυναίκες

Image not found or type unknown

8E163EAE6649683FB034DFBC419D61B3 Πιθανότερο να πεθάνουν πρόωρα

Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο
Η παχυσαρκία είναι τρεις φορές πιο θανατηφόρος για τους άνδρες παρά για τις γυναίκες, σύμφωνα με βρετανική μελέτη που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο The Lancet.

Ερευνητές του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης, με επικεφαλής τον Δρ Ρίτσαρντ Πέτο, μελέτησαν στοιχεία για 3,9 εκατομμύρια ενήλικες, 20-90 ετών, από 189 προηγούμενες μελέτες που είχαν γίνει στην Ευρώπη, την Βόρεια Αμερική και αλλού. Οι βρετανοί επιστήμονες επικεντρώθηκαν σε στοιχεία για άτομα που είχαν ζήσει τουλάχιστον επιπλέον πέντε χρόνια, καθώς κατά τη διάρκεια της έρευνας απεβίωσαν σχεδόν 400.000 άτομα.

Από την επεξεργασία των δεδομένων προέκυψε ότι ο κίνδυνος θανάτου πριν την ηλικία των 70 ετών ήταν 19% για τους άνδρες και 11% για τις γυναίκες με φυσιολογικό σωματικό βάρος.

Αλλά ο κίνδυνος αυξανόταν στο 30% και 15% αντίστοιχα, για τους παχύσαρκους άνδρες και γυναίκες. Δηλαδή, απόλυτη αύξηση κινδύνου 11% για τους άνδρες και 4% για τις γυναίκες.

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, 1,3 δισεκατομμύρια ενήλικες, παγκοσμίως, είναι υπέρβαροι και επιπλέον 600 εκατομμύρια παχύσαρκοι. Η παχυσαρκία έχει ήδη συσχετιστεί με την καρδιακή νόσο, τον διαβήτη και τον καρκίνο.

«Η παχυσαρκία είναι δεύτερη αιτία πρόωρου θανάτου μετά το κάπνισμα στην Αμερική. Αν μπορούν να χάσουν περίπου το 10% του βάρους οι γυναίκες μπορούν να μειώσουν και κατά 10% τον κίνδυνο θανάτου πριν από τα 70 έτη ζωής, ενώ ο άνδρας θα μειώσει κατά 20% τον κίνδυνο» εξηγεί ο Δρ Πετο.

Και ο Δρ Εμμανουελ Ντι Αντζελαντονιο, λέκτορας στο Πανεπιστήμιο του Κέιμπριτζ και συγγραφέας της μελέτης προσθέτει ότι «αν και η μελέτη δεν απαντά στο ερώτημα γιατί οι παχύσαρκοι άνδρες κινδυνεύουν περισσότερο από πρόωρο θάνατο εν συγκρίσει με τις γυναίκες, προηγούμενες μελέτες έχουν δείξει ότι οι παχύσαρκοι άνδρες μπορεί να έχουν μεγαλύτερη αντίσταση στην ινσουλίνη, επίσης υψηλότερα επίπεδα ηπατικού λίπους και κίνδυνο να νοσήσουν από διαβήτη, συγκριτικά με τις γυναίκες».

Μαίρη Μπιμπή
Πηγή:health.in.gr