

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Szczupły nie zawsze znaczy zdrowszy



Można być otyłym, ale mniej narażonym na zgon niż osoba o prawidłowej wadze, która ma brzuszek i zaburzenia metaboliczne - potwierdziły badania prezentowane na tegorocznym kongresie Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego w Amsterdamie.

W ostatniej dekadzie pojawiło się wiele prac, które wskazywały, że osoby z nadwagą i łagodną otyłością mogą być mniej narażone na zgon niż osoby bardzo szczupłe i te o prawidłowej wadze.

„Otyłość jest uważana za czynnik ryzyka chorób układu krążenia, jednak kilka badań wykazało, że osoby z niskim wskaźnikiem masy ciała (BMI) mają większe ryzyko zgonu z powodu tych schorzeń niż osoby z wyższym BMI, tj. nadwagą lub otyłością pierwszego stopnia” - przypomniał dr Takanori Nagahiro z Uniwersytetu Miasta Nagoja w Japonii. Zjawisko to określane jako „paradoks otyłości” było opisywane m.in. wśród pacjentów z niewydolnością serca, chorobą wieńcową, cukrzycą oraz po udarze mózgu.

Badania prezentowane na kongresie Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego (ESC) potwierdziły istnienie „paradoksu otyłości”.

Jedno z nich objęło ponad 260 tys. młodych kobiet duńskich w wieku rozrodczym, które nie miały w przeszłości problemów z układem krążenia.

Okazało się, że u kobiet, które nie miały zaburzeń metabolicznych, takich jak cukrzyca, nadciśnienie tętnicze czy wysoki poziom cholesterolu, nadwaga lub otyłość (oceniana na podstawie BMI) nie wiązały się z wyższym ryzykiem zawałów i udarów. Było ono podobne, jak w grupie ważącej prawidłowo.

Jednak panie z nadwagą lub otyłością, które miały zaburzenia metaboliczne były siedem razy bardziej narażone na zawał serca i cztery razy bardziej na udar mózgu. U kobiet o prawidłowej wadze występowanie co najmniej jednego zaburzenia metabolicznego zwiększało ryzyko tych zdarzeń około dwukrotnie.

„Nasze badania wskazują, że otyłość sama w sobie nie jest czymś najgorszym, jeśli młoda kobieta nie ma żadnego zaburzenia metabolicznego. Jednak ponieważ obserwacje te były prowadzone w stosunkowo krótkim okresie, a otyłość w miarę upływu czasu zwiększa ryzyko problemów metabolicznych, wysunęliśmy hipotezę, że może istnieć okienko, w którym zdrowa pod względem metabolicznym lecz otyła kobieta może spróbować schudnąć i zmienić styl życia, a w ten sposób poprawić swoje prognozy zdrowotne” - powiedziała prezentująca wyniki dr Miechelle Schmiegelow ze Szpitala Gentofte w Hellerup w Danii.

Badanie, które potwierdziło, że zdrowie metaboliczne jest ważniejsze niż zbędne kilogramy, zaprezentowała prof. Tabassome Simon ze Szpitala Św. Antoniego w Paryżu. Jej zespół analizował dane zebrane wśród ponad 3400 francuskich pacjentów, którzy opuścili szpital po ostrym zawale

serca pod koniec 2005 r.

W ciągu pięciu lat najwyższą śmiertelność stwierdzono w najszczuplejszej grupie (o BMI poniżej 22 kg/m², przy czym od 18,5 stwierdza się niedowagę), a w grupie najbardziej otyłej (BMI powyżej 35) ujawniła się ona po 3 latach obserwacji. Najmniej narażone na zgon były osoby z łagodną otyłością i nadwagą oraz o BMI od 22 do 25, czyli o prawidłowej wadze.

Gdy pod uwagę brano obwód w talii, największe ryzyko zgonu miały osoby najszersze w pasie - powyżej 100 cm u kobiet i powyżej 115 cm u panów. Natomiast gdy w analizie uwzględniono obydwie wskaźniki okazało się, że niezależnie od BMI pacjenci o największym obwodzie talii w swojej grupie (niekoniecznie powyżej 100 cm czy 115 cm) mieli największe ryzyko zgonu w ciągu pięciu lat. W porównaniu z osobami, których obwód w pasie był najmniejszy było ono wyższe średnio o 44 proc.

„Oznacza to, że najwyższe ryzyko zgonu u osób, które przeżyły zawał serca związane jest z małą oraz bardzo dużą masą ciała, a także dużym obwodem w pasie. Nie jest dobrze być zbyt szczupłym, zbyt otyłym, ale jest jeszcze gorzej, gdy mamy duży brzusek” - oceniła dr Simon.

„To badanie rodzi pytanie, dlaczego w ocenie ryzyka zgonu i chorób układu krążenia stosujemy ciągle BMI, skoro wiele innych badań wykazało, że nie jest to dostatecznie dobry parametr służący do tego celu” - powiedział dr Heinz Drexel z Uniwersytetu w Innsbrucku w Austrii.

Jego zdaniem zamiast tego powinno się raczej mierzyć obwód pasa, aby ocenić otyłość brzuszną, która jest lepszym wskaźnikiem występowania zespołu metabolicznego. Jest to zarazem najłatwiejsza metoda. BMI wylicza się dzieląc masę ciała w kilogramach przez wzrost w metrach podniesiony do kwadratu; do zmierzenia obwodu w talii wystarczy tylko centymetr.

Joanna Morga

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosc/19276.html>



27-03-2025

[Jak otworzyć laboratorium?](#)

Laboratorium może być dobrym pomysłem na biznes.



26-03-2025

Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo

Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nas.



26-03-2025

W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki

Trójwymiarowy druk może stać się z czasem jednym z filarów produkcji.



26-03-2025

Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w...

W aż puli 66 mln zł.



26-03-2025

Błonica - choroba groźna także dla dorosłych

Po 40. roku życia choroba staje się równie groźna.



26-03-2025

87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny

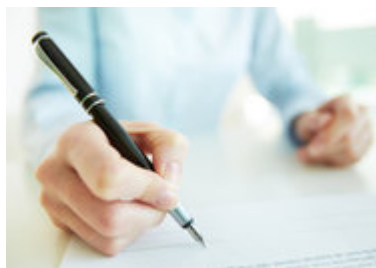
W 2024 roku z hejtem zetknęło się 45 proc. internautów.



26-03-2025

Nowe materiały do budowy okrętów wojskowych

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej pracują nad nimi.



26-03-2025

Mandimycyna - nowy potencjalny środek przeciwgrzybiczy

Zabija grzyby odporne na wiele leków.

Informacje dnia: [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

Partnerzy