

[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](#)

Otyłość to nie kwestia braku silnej woli

Osoby z nadmierną tuszą obwinia się często, że same są sobie winne. To jednak nieprawda, otyłość nie jest skutkiem braku silnej woli, zagadnienie jest znacznie bardziej skomplikowane. Ważną rolę odgrywają geny i środowisko społeczne, w jakim żyjemy - alarmują brytyjscy psychologowie.

BBC News informuje, że Brytyjskie Towarzystwo Psychologiczne (BPS) postanowiło zainicjować kampanię, by nie stygmatyzować ludzi borykających się z otyłością, bo takie postępowanie jedynie potęguję w nich stresy i jeszcze bardziej wpędza poczucie winy. W Wielkiej Brytanii co piąta osoba jest otyła, a dwie trzecie ma nadwagę.

Brytyjski aktor, komediant, scenarzysta, piosenkarz oraz producent filmowy James Corden zażartował, że gdyby wyśmiewanie się z ludzi otyłych było skuteczne, w szkołach nie byłoby otyłych dzieci. „Otyłość nie jest jedynie kwestią braku silnej woli” - przekonują eksperci BPS w raporcie opublikowanym na potrzeby kampanii.

„Otyłość najbardziej prawdopodobna jest u ludzi ze skłonnościami genetycznymi oraz u tych, którzy pod wpływem warunków w pracy, szkole i najbliższym otoczeniu odżywiają się nieprawidłowo i są mało aktywni” - przekonuje Brytyjskie Towarzystwo Psychologiczne. Ryzyko otyłości zwiększają nadmierne stresy, szczególnie te przeżywane w dzieciństwie. Z badań wynika, że prawie połowa osób otyłych, które próbowała się odchudzić z pomocą profesjonalisty, przeszła w okresie dorastania traumę.

Dr Angel Chater z University of Bedfordshire uważa, że w zmaganiach z otyłością mogą pomóc psychologowie. Ale przyznaje, że nie jest to takie proste i potrzebne są różnego typu działania. „Gdyby leczenie otyłości było proste, nie byłibyśmy tu, gdzie jesteśmy i nie opublikowalibyśmy tego raportu” - dodaje.

Specjaliści nie chcą jednak nazywać otyłości chorobą, gdyż wymaga ona przede wszystkim zmiany zachowań i przyzwyczajzeń, a nie tylko terapii. Nie należy jej zatem traktować tak, jak alkoholizmu uznawanego za chorobę.

Lepszym porównaniem jest palenie tytoniu i nikotynizm, który również jest silnym uzależnieniem. Jednak działania na różnych szczeblach oraz kampanie antynikotynowe doprowadziły do tego, że od wielu lat spada liczba palaczy papierosów w Europie i USA. W wielu krajach, w tym również w Wielkiej Brytanii, rozważa się wprowadzenie podatku od śmieciowego jedzenia, które w znacznym stopniu przyczynia się do epidemii otyłości.

Cancer Research UK alarmował niedawno, że nadwaga i otyłość w Wielkiej Brytanii są już częstszą przyczyną niektórych nowotworów niż palenie papierosów. Chodzi o takie nowotwory jak rak jelita grubego, wątroby, nerki i jajnika. Za około 25 lat, jeśli nic się nie zmieni, otyłość i nadwaga będą jeszcze częstszą przyczyną chorób nowotworowych i mogą wyprzedzić pod tym względem nikotynizm.

Podobnie jest w Polsce. Z danych przedstawionych podczas zainaugurowanej wiosną 2019 r. kampanii edukacyjnej „Otyłość kontra zdrowie” wynika, że otyłość występuje już u 25,2 proc. Polaków, a według prognoz w 2025 r. otyłych będzie w naszym kraju 30 proc. mężczyzn i 26 proc. kobiet. Jeszcze więcej Polaków ma nadwagę: aż 68 proc. mężczyzn i 53 proc. kobiet.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29209.html>



02-07-2024

Ekran dotykowy bez problematycznego indu

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

[Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#)

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

[Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Informuje "Nature".



02-07-2024

[Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji](#)

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

[Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR](#)

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy