

### [Akceptuję](#)

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](#)

## Kobietom trudniej utyć, gdy wokół jest zieleń

Kobiety zamieszkujące w pobliżu terenów zielonych rzadziej mają nadwagę bądź są otyłe – informuje „International Journal of Hygiene and Environmental Health”.

Naukowcy z The Barcelona Institute of Global Health (ISGlobal) przeanalizowali dane dotyczące 2354 osób z siedmiu hiszpańskich prowincji (Asturia, Barcelona, Kantabria, Madryt, Murcja, Nawarra i Walencja). Dane te zebrane zostały podczas badania MCC-Spain.

Uczestniczące w badaniu osoby (w wieku od 20 do 85 lat) odpowiadały na pytania ankietowe dotyczące ich wcześniejszego miejsca zamieszkania, stylu życia (aktywność fizyczna, czas wolny itp.), masy ciała i wzrostu. Ponadto mierzono obwód bioder i talii oraz pobrano próbki krwi lub śliny. Aby ustalić, czy uczestnicy mieli nadwagę lub otyłość, naukowcy wykorzystali dwa markery, które są powszechnie stosowane w badaniach epidemiologicznych: wskaźnik masy ciała (BMI) i stosunek obwodu talii do obwodu bioder.

Jak się okazało, kobiety mieszkające w odległości mniejszej niż 300 metrów od terenów zielonych mogą być narażone na mniejsze ryzyko nadwagi lub otyłości.

Badanie wykazało silny związek pomiędzy nadwagą lub otyłością u kobiet a brakiem dostępu do miejskich terenów zielonych, takich jak parki i ogrody. Nie stwierdzono jednak takiego powiązania w przypadku mężczyzn. „Nie rozumiemy jasno biologicznych przyczyn obserwowanych różnic pomiędzy płciami” - skomentowała Cristina O`Callaghan-Gordo, autorka badania ISGlobal. - Prawdopodobnie istnieją tłumaczące to zjawisko czynniki społeczne, takie jak różnice w tym, jak mężczyźni i kobiety korzystają z terenów zielonych”.

Korzystając z badań próbek DNA pobranych ze śliny i krwi uczestników, naukowcy przeanalizowali rolę genetyki. Zaobserwowali wyraźniejsze zmniejszenie ryzyka otyłości u osób z genetycznymi predyspozycjami do tego schorzenia, które mieszkały do 300 metrów od terenów zielonych. "To odkrycie wskazuje na istnienie interakcji gen-środowisko, które mogą zapobiegać nadwadze - albo ją wyzwać" - dodaje O`Callaghan-Gordo.

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia w roku 2016 ponad 1,9 miliarda dorosłych miało nadwagę, z czego ponad 650 milionów było otyłych.

„Nadwaga jest ważnym czynnikiem ryzyka różnych chorób niezakaźnych, w tym chorób sercowo-naczyniowych, nerek i wątroby, cukrzycy, różnych zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego i niektórych rodzajów nowotworów” - skomentował Manolis Kogevinas z ISGlobal.

Tereny zielone w środowisku miejskim, przyczyniają się do poprawy zdrowia i dobrego samopoczucia poprzez zwiększenie poziomu aktywności fizycznej mieszkańców miast, zmniejszenie narażenia na hałas i zmniejszenie stresu, który jest ważnym czynnikiem przybierania na wadze. „Badanie to podkreśla ważny wpływ zieleni na ryzyko nadwagi i otyłości u hiszpańskich kobiet. Zrozumienie mechanizmów wyjaśniających to powiązanie jest kluczowe dla planowania skutecznych i udanych interwencji w zakresie zdrowia publicznego” - podsumował Kogevinas.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosc/29340.html>



23-12-2024

## Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

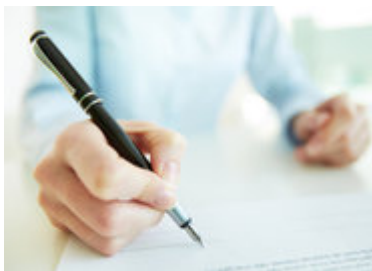
Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

## Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

**Partnerzy**