

[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](#)

Niedowaga również niebezpieczna jak nadwaga



Wyniki niedawno przeprowadzonego badania wskazują, że niedowaga jest przyczyną zwiększonego ryzyka zgonu, tak samo jak czyni to nadwaga.

Związek pomiędzy niską masą ciała i zwiększonego ryzyka zgonu dotyczy zarówno osób dorosłych jak i płodów. Powyższe stwierdzenie jest prawdziwe nawet po uwzględnieniu takich czynników zakłócających jak palenie papierosów, picie alkoholu czy choroby płuc oraz wykluczeniu przypadków chorób przewlekłych czy stanów terminalnych.

Wyniki badania prowadzonego przez doktora Joela Raya, lekarza-badacza z St. Michael's Hospital oraz szpitalnego Li Ka Shing Knowledge Institute, opublikowane zostały w czasopiśmie *Journal of Epidemiology and Public Health*.

Przeprowadzona metaanaliza objęła wyniki 51 badań nad związkiem pomiędzy zgonem oraz wskaźnikiem BMI (ang. *body mass index*) oraz nad związkiem między masą urodzeniową płodu i liczbą żywych urodzeń.

Dr Joel Ray odkrył, że osoby dorosłe z niedowagą (czyli wskaźnikiem BMI wynoszącym mniej niż 18,5) miały o 1,8 razy większe ryzyko zgonu niż osoby z prawidłowym wskaźnikiem BMI (od 18,5 do 24,9).

Ryzyko zgonu w przypadku osób otyłych (ze wskaźnikiem BMI rzędu 30-34,9) wynosi 1,2, natomiast w przypadku osób z otyłością olbrzymią (BMI powyżej 35) wynosi 1,3.

Do analizy włączono tylko te badania, w ramach których badani obserwowani byli przez 5 lat lub dłużej, żeby móc wyłączyć z analizy osoby, których niedowaga spowodowana była chorobą nowotworową, przewlekłą chorobą płuc czy niewydolnością serca. Do najczęstszych przyczyn niedowagi należą: niedożywienie, nadużywanie alkoholu lub narkotyków, palenie papierosów, niski status ekonomiczny, choroba psychiczna lub samoopieka na niskim poziomie.

„Wskaźnik BMI odzwierciedla nie tylko zawartość tkanki tłuszczowej, ale także zawartość masy mięśniowej. Jeżeli chcemy wciąż używać tego wskaźnika w zakresie zdrowia publicznego czy opieki zdrowotnej, musimy brać pod uwagę, że osoba zdrowa to taka osoba, która ma odpowiednią ilość tkanki tłuszczowej, ale także wystarczającą masę kostną i mięśniową,” stwierdza dr Ray. „Jeżeli skupimy się bardziej na wpływie tkanki tłuszczowej na zdrowie człowieka, powinniśmy zastąpić wskaźnik BMI inną, odpowiednią miarą, np. obwodem brzucha.”

Dr Ray stwierdza także, że w miarę jak społeczeństwo dąży do ograniczenia epidemii otyłości,

„mamy obowiązek nie dopuścić do tego, żeby pojawiła się nowa epidemia - epidemia niedowagi. Jesteśmy zatem zobowiązani do stosowania odpowiedniego narzędzia pomiarowego.”

Autor tłumaczenia: Bartłomiej Taurogiński

Źródło: http://www.eurekalert.org/pub_releases/2014-03/smh-upa032614.php

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21091.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy