

[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](#)

Nadwaga i otyłość nasilają dolegliwości menopauzy



Otyłość nie łagodzi dokuczliwych objawów menopauzy, wręcz odwrotnie - jeszcze bardziej je nasila - wynika z najnowszych badań specjalistów brazylijskich opublikowanych przez pismo „Menopause”.

Przez wiele lat sądzono, że tkanka tłuszczowa może łagodzić u kobiet przekwitanie, ponieważ wspomaga wytwarzanie estrogenów, żeńskich hormonów płciowych. Wydawało się zatem, że kobiety otyłe lepiej znoszą menopauzę. Okazuje się jednak, że jest odwrotnie.

Wskazują na to badania przeprowadzone pod kierunkiem dr Lucii Costa-Paiva z Uniwersytetu Campinas w Sao Paulo. Objęto nimi 749 Brazylijek średnio w wieku 53 lat podzielonych na trzy grupy w zależności od wskaźnika BMI: na te z prawidłową masą ciała, nadwagą i otyłością.

Okazało się, że otyłość nasila wszystkie dolegliwości menopauzy, takie jak uderzenie gorąca i nocne poty, bóle mięśni i stawów oraz kłopoty z pęcherzem. „Uderzenia gorąca są nawet tym silniejsze, im wyższy jest wskaźnik masy ciała” - twierdzi dr Costa-Paiva.

Dolegliwości menopauzy najczęściej pojawiają się u kobiet w wieku od 45. do 55. roku życia. Uderzenia gorąca odczuwa 57 proc. przekwitających kobiet, 50 proc. narzeka na zaburzenia snu, 60 proc. ma dysfunkcje seksualne (związane np. z suchością w pochwie), a 62 proc. - bóle stawowo-mięśniowe.

Dr. Susan Davis z Monash University w Melbourne, która nie brała udziału w tych badaniach - twierdzi, że należy kobiety namawiać, by się odchudziły, choć nie ma jeszcze dowodów, że w ten sposób można złagodzić objawy przekwitania. Samo jednak zmniejszenie masy ciała obniża ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, cukrzycy oraz raka piersi.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/27326.html>



15-06-2026

[Stu najzdolniejszych naukowców dostanie](#)

ponad 3 mln zł

Fundacja na rzecz Nauki Polskiej (FNP) ogłosiła listę .



15-06-2026

Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki

Do 21 sierpnia trwa nabór na studia podyplomowe "Komunikacja naukowa i popularyzacja nauki".



15-06-2026

Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki

W polskim finale konkursu FameLab.



15-06-2026

Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność

Oraz wycofanie z relacji społecznych.



15-06-2026

Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku

Może skracać sen lub utrudniać zasypianie.



15-06-2026

Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków

Wskazał w rozmowie z PAP psycholog dr Michał Kosakowski z UAM.



15-06-2026

Nieufność wobec szczepień ma źródła psychologiczne

Szczepienia są jednym z najskuteczniejszych narzędzi ochrony zdrowia publicznego.



15-06-2026

[Prof. Agnieszka Chacińska z Nagrodą Polskiej Akademii Nauk](#)

Biolożka molekularna i dyrektorka Międzynarodowego Instytutu PAN

Informacje dnia: [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#)

Partnerzy