

### [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](#)

## Trauma naraża kobiety na otyłość

**Kobiety, które miały więcej niż jedno traumatyczne wydarzenie w życiu lub kilka negatywnych zdarzeń w ostatnich kilku latach częściej są otyłe, niż panie, które nie doświadczyły tego typu stresów - wynika z badania, o którym informuje serwis Medical Xpress.**

Główna autorka pracy prof. Michelle A. Albert z University of California w San Francisco przypomina, że obecnie niewiele wiadomo na temat wpływu negatywnych czy wręcz traumatycznych wydarzeń życiowych na występowanie otyłości u kobiet. Znany jest jednak wpływ stresu na nasze zachowania, np. na to czy przejadamy się, czy niedojadamy, jaką żywność wybieramy. Poza tym, długotrwały stres ma związek z utrzymywaniem się w organizmie podwyższonego poziomu hormonu stresu - kortyzolu. A to - jak potwierdziły liczne badania - przyczynia się do tycia.

Prof. Albert i jej współpracownicy przeprowadzili badania wśród niemal 22 tys. kobiet w średnim i starszym wieku. Skoncentrowali się na związku między otyłością a dwoma rodzajami stresujących doświadczeń. Pierwszą grupę stanowiły traumatyczne wydarzenia mające miejsce na którymkolwiek etapie życia, w tym np. śmierć dziecka, czy doświadczenie przemocy fizycznej. Do drugiej grupy zaliczono negatywne zdarzenia życiowe, które miały miejsce w ostatnich pięciu latach przed badaniem. Zaliczono tu m.in.: problemy ze znalezieniem zatrudnienia przez czas dłuższy niż trzy miesiące czy włamanie do domu.

Okazało się, że niemal jedna czwarta (23 proc.) badanych kobiety była otyła (wskaźnik masy ciała - BMI - wyższy od 30 w górę). W grupie pań, które przeżyły więcej traumatycznych wydarzeń ryzyko otyłości było o 11 proc. większe niż wśród kobiet, które nie doświadczyły żadnej traumy w życiu. Również negatywne zdarzenia zwiększały prawdopodobieństwo tycia - im więcej kobieta ich przeżyła w ostatnich pięciu latach, tym bardziej była zagrożona otyłością. Panie, które miały co najmniej cztery stresujące doświadczenia życiowe miały o 36 proc. wyższe ryzyko otyłości, w porównaniu z grupą, która nie przeżyła tego typu zdarzeń.

Co ciekawe, u kobiet bardziej aktywnych fizycznie związek między silniejszym, akumulującym się stresem a otyłością był silniejszy. Naukowcy nie potrafią jednak wyjaśnić tej obserwacji.

“Wyniki naszych badań sugerują, że stres psychiczny, związany z traumatycznymi i negatywnymi przeżyciami, może być istotnym czynnikiem ryzyka zmian masy ciała i dlatego powinniśmy uwzględnić rozpoznawanie i leczenie stresu psychospołecznego, jako element strategii w walce z otyłością” - ocenia prof. Albert.

Jej zdaniem kolejne badania powinny skoncentrować się na śledzeniu zależności między stresującymi doświadczeniami a ryzykiem otyłości w dłuższej perspektywie czasowej.

Prof. Albert zwraca uwagę, że z punktu widzenia zdrowia publicznego praca jej zespołu jest niezwykle istotna. Obecnie na całym świecie, również w krajach rozwijających się, jak Chiny czy Indie, mamy do czynienia z epidemią otyłości, która jest uważana za jeden z najważniejszych czynników ryzyka chorób sercowo-naczyniowych (w tym zawału serca i udaru mózgu) oraz zaburzeń metabolicznych, w tym cukrzycy typu 2. A ponieważ kobiety żyją dłużej niż mężczyźni są bardziej narażone na rozwój przewlekłych schorzeń powiązanych z otyłością.

Prof. Albert i jej koledzy zaprezentowali swoje badania na kongresie Amerykańskiego Towarzystwa Kardiologicznego (AHA), który w połowie listopada odbywał się w Anaheim w Kalifornii.

*Autor: Joanna Morga*

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/27947.html>



12-05-2026

## [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## [Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## **Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...**

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## **Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością**

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## **Norowirusy - biegunka brudnych rąk**

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## **Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży**

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

### **Partnerzy**