

[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 winny. 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.

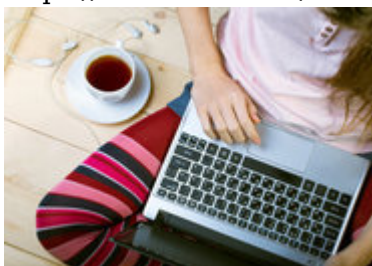
Lepszym porównaniem jest palenie tytoniu i nikotynizm, który również jest silnym uzależnieniem. Jednak działania na różnych szczeblach oraz kampanie antynikotynowe doprowadziły do tego, że od wielu lat spada liczba palaczy papierosów w Europie i USA. W wielu krajach, w tym również w Wielkiej Brytanii, 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

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



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

[Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na](#)

zaburzenia psychiczne

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy