

[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

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29340.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