

[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](#)

Połowie Amerykanów zagraża otyłość

Do 2030 roku blisko połowa (49,2 proc.) dorosłych Amerykanów będzie otyła - przewidują specjaliści w USA. Biją na alarm i uważają to za niebezpieczne zarówno dla zdrowia, jak i gospodarki.

Z badań przeprowadzonych przez ekspertów ds. zdrowia publicznego na Harvardzie i George Washington University wynika także, iż prawie jedna na cztery osoby będzie za dekadę poważnie otyła. Stanie się to tak powszechne, jak zwykła otyłość w latach 90. Oznacza to m.in. większą podatność na schorzenia, krótsze życie i wzrost wydatków na leczenie.

Według autorów opracowania władze niewiele robią, aby powstrzymać katastrofalne potencjalnie skutki otyłości. Fiaskiem kończą się np. usiłowania redukcji zużycia szczególnie szkodliwych dla zdrowia słodkich napojów gazowanych.

Przeciw wagą dla dysponujących niewielkimi budżetami wydziałów zdrowia jest wielki biznes. Skutecznie blokuje wysiłki w celu nałożenia na słodzone napoje podatku akcyzowego albo w rezultacie lobbyngu jest on ukierunkowany na osoby o niskich zarobkach.

„To, co ludzie zaoszczędziliby na kosztach opieki zdrowotnej, przewyższyłoby dodatkowe kwoty, płacone w podatkach od napojów słodzonych cukrem” – wyjaśniał w jednym z wywiadów Zachary J. Ward z Harvardu.

Zdaniem autorów raportu nieśmiałe próby nie zastąpią gruntownych przeobrażeń, mogących odwrócić destrukcyjny trend. Podkreślają, że społeczeństwo nie zawsze było tak otyłe jak teraz. Nie jest to zatem kwestia genów, lecz zmian w środowisku żywnościowym. W efekcie od roku 1990 otyłość w USA dwukrotnie wzrosła.

Eksperci obarczają za to winą m.in. łatwą dostępność do posiłków, przygotowywanych w restauracjach fast food, które można zamówić telefonicznie. Rozpowszechnił się zwyczaj podjadania, sięgania po przekąski przez cały dzień. Coraz więcej konsumuje się przetworzonej żywności, co sprzyja przybieraniu na wadze.

„Nie potrzeba wielu dodatkowych kalorii, aby spowodować przyrost masy ciała. (...) Dzięki marketingowi stale jesteśmy atakowani produktami, choć wcześniej nie wiedzieliśmy nawet, że mamy na nie ochotę” – uzasadniała współautorka opracowania profesor zdrowia publicznego na Harvardzie dr Sara Bleich.

Jak powiedział PAP mający własną przychodnię na Brooklynie dr Henryk Cioczek, na tle pogarszającego się trendu w USA sytuacja w środowisku polsko-amerykańskim wygląda zdecydowanie lepiej. Przypisywał to trzem czynnikom. Po pierwsze Polacy na ogół ciężiej pracują fizycznie niż Amerykanie. Po wtóre bardziej dbają o estetyczny wygląd. Ponadto młodzież polonijna systematycznie ćwiczy.

Polski lekarz nie krył zarazem obaw związanych z otyłością. Wypowiadał się na ten temat w różnym kontekście. „Tyle się mówi o globalnym ociepleniu, a wpływa na to znacznie także otyłość, nadmiar wagi. Ludzie zjadają dwa razy tyle, ile powinni, przez co dwukrotnie wzrasta produkcja zwierząt, ich hodowla i przetworzenie. Podobnie jest z roślinami, cukrem itp. Jest to epidemia strasznie niszcząca człowieka i matkę ziemię” – argumentował.

Nazwał otyłość chorobą cywilizacyjną, prowadzącą do wielu innych schorzeń. Wyliczył m.in. cukrzycę, miażdżycę, nadciśnienie, choroby krążenia i serca, w tym chorobę wieńcową, zawał serca, udar mózgu, podwyższony cholesterol i trójglicerydy, a także artretyzm oraz schorzenia kręgosłupa.

„Wszystkie klęski medyczne łączą się z otyłością i nadmiernym spożywaniem węglowodanów, cukrów, tłuszczów, mięsa czerwonego i przetworzonego” – przekonywał lekarz.

Dr Cioczek, który jest także specjalistą-onkologiem, z otyłością wiąże występowanie dziesięciu typów raka. Wymienił raka przełyku, tarczycy, piersi, trzustki, wątroby, woreczka żółciowego, jelita

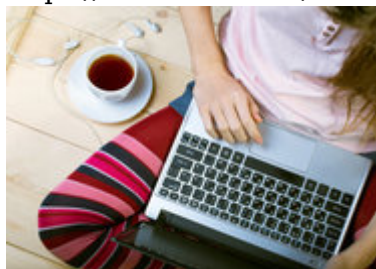
grubego, nerek, macicy i odbytnicy. Jedzenie przejść musi przez nadmiernie obciążony układ pokarmowy, tłumaczył, który nie potrafi się obronić.

Ostrzegł, że więcej typów raka łączy się z otyłością niż nawet z paleniem, które jest drugą z najczęstszych przyczyn tej choroby.

„Mniej się objadać, więcej ćwiczyć, więcej wydatkować energii. Ograniczyć tłuszcze, pokarmy zwierzęce, czerwone mięso, węglowodany, czyli skrobię, ziemniaki, ryż, spaghetti, pieczywo, ciasto, czekoladki, lody, cukierki” – postulował lekarz.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29469.html>



30-03-2026

[Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia](#)

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

[Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...](#)

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

Kierownik wyprawy polarnej

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

Bakteriofagi mogą chronić żywność przed

salmonellą

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy