

[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](#)

Niedowaga również niebezpieczna jak nadwaga



Wyniki niedawno przeprowadzonego badania wskazują, że niedowaga jest przyczyną zwiększonego ryzyka zgonu, tak samo jak czyni to nadwaga.

Związek pomiędzy niską masą ciała i zwiększonego ryzyka zgonu dotyczy zarówno osób dorosłych jak i płodów. Powyższe stwierdzenie jest prawdziwe nawet po uwzględnieniu takich czynników zakłócających jak palenie papierosów, picie alkoholu czy choroby płuc oraz wykluczeniu przypadków chorób przewlekłych czy stanów terminalnych.

Wyniki badania prowadzonego przez doktora Joela Raya, lekarza-badacza z St. Michael's Hospital oraz szpitalnego Li Ka Shing Knowledge Institute, opublikowane zostały w czasopiśmie *Journal of Epidemiology and Public Health*.

Przeprowadzona metaanaliza objęła wyniki 51 badań nad związkiem pomiędzy zgonem oraz wskaźnikiem BMI (ang. *body mass index*) oraz nad związkiem między masą urodzeniową płodu i liczbą żywych urodzeń.

Dr Joel Ray odkrył, że osoby dorosłe z niedowagą (czyli wskaźnikiem BMI wynoszącym mniej niż 18,5) miały o 1,8 razy większe ryzyko zgonu niż osoby z prawidłowym wskaźnikiem BMI (od 18,5 do 24,9).

Ryzyko zgonu w przypadku osób otyłych (ze wskaźnikiem BMI rzędu 30-34,9) wynosi 1,2, natomiast w przypadku osób z otyłością olbrzymią (BMI powyżej 35) wynosi 1,3.

Do analizy włączono tylko te badania, w ramach których badani obserwowani byli przez 5 lat lub dłużej, żeby móc wyłączyć z analizy osoby, których niedowaga spowodowana była chorobą nowotworową, przewlekłą chorobą płuc czy niewydolnością serca. Do najczęstszych przyczyn niedowagi należą: niedożywienie, nadużywanie alkoholu lub narkotyków, palenie papierosów, niski status ekonomiczny, choroba psychiczna lub samoopieka na niskim poziomie.

„Wskaźnik BMI odzwierciedla nie tylko zawartość tkanki tłuszczowej, ale także zawartość masy mięśniowej. Jeżeli chcemy wciąż używać tego wskaźnika w zakresie zdrowia publicznego czy opieki zdrowotnej, musimy brać pod uwagę, że osoba zdrowa to taka osoba, która ma odpowiednią ilość tkanki tłuszczowej, ale także wystarczającą masę kostną i mięśniową,” stwierdza dr Ray. „Jeżeli skupimy się bardziej na wpływie tkanki tłuszczowej na zdrowie człowieka, powinniśmy zastąpić wskaźnik BMI inną, odpowiednią miarą, np. obwodem brzucha.”

Dr Ray stwierdza także, że w miarę jak społeczeństwo dąży do ograniczenia epidemii otyłości,

„mamy obowiązek nie dopuścić do tego, żeby pojawiła się nowa epidemia - epidemia niedowagi. Jesteśmy zatem zobowiązani do stosowania odpowiedniego narzędzia pomiarowego.”

Autor tłumaczenia: Bartłomiej Taurogiński

Źródło: http://www.eurekalert.org/pub_releases/2014-03/smh-upa032614.php

<https://laboratoria.net/aktualnosci/21091.html>



23-06-2026

[Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#)

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

[Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#)

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezyjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy