

[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](#) [Szkozenia](#) [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](#)

Palacze mają w brzuchu więcej tłuszczu

Osoby palące mogą być szczuplejsze, ale mają zwykle więcej brzusznej tkanki tłuszczowej. To z kolei zwiększa ryzyko wielu chorób.

Palacze nierzadko tkwią w nikotynowym nałogu, tłumacząc się obawami o niekontrolowane przybranie wagi po jego rzuceniu. Tymczasem naukowcy z Uniwersytetu Kopenhaskiego pokazali, że już rozpoczęcie palenia, a także długotrwałe palenie może zwiększyć ilość tłuszczu brzuszego.

Chodzi głównie o ukryty głęboko tłuszcz trzewny, który zwiększa tymczasem ryzyko różnorodnych problemów zdrowotnych – chorób serca, udaru, cukrzycy czy demencji. Tkanka ta może się ukrywać w ciele nawet przy płaskim brzuchu – przestrzegają badacze.

Przeanalizowali oni obszerne dane odnośnie genów sprzyjających paleniu oraz odkładaniu się tłuszczu w różnych miejscach. Uwzględnili też informacje na temat innych czynników, takich jak picie alkoholu czy sytuacja ekonomiczna.

Korzystając z zaawansowanej metody statystycznej zwanej randomizacją mendlowską byli w stanie określić związki przyczynowo-skutkowe.

„Nasze badanie pokazało, że rozpoczęcie palenia oraz palenie tytoniu w ciągu całego życia może zwiększyć ilość tłuszczu brzuszego, którą można zmierzyć sprawdzając stosunek obwodu talii do obwodu bioder. W dalszej analizie odkryliśmy również, że rośnie głównie ilość tłuszczu trzewnego, a nie ukrytego pod skórą” – informuje dr Germán D. Carrasquilla, autor publikacji, która ukazała się w piśmie „[Addiction](#)”.

Jak tłumaczą naukowcy, wcześniejsze badania były podatne na działanie czynników dodatkowych. To sytuacja, w której niezależna zmienna wpływa na wynik.

Podejście oparte na analizie genetycznej sprawiło, że uzyskane wyniki były bardziej odporne na zmiennych pobocznych.

Wpływ palenia na tłuszcz brzuszny wydaje się niezależny od innych czynników, takich jak status społeczno-ekonomiczny, picie alkoholu, ADHD czy skłonność do ryzyka.

„Z punktu widzenia zdrowia publicznego, rezultaty te silnie wskazują potrzebę wprowadzenia na szeroką skalę działań zapobiegających i ograniczających palenie w ogólnej populacji. Może to pomóc także w zmniejszeniu ilości tłuszczu trzewnego i zredukowaniu ryzyka rozwoju związanych z nim chorób. Redukcja jednego ważnego czynnika ryzyka w populacji, pośrednio zmniejszy też inne zagrożenia” – dodaje ekspert.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32154.html>



21-05-2026

[Nowy wzór elektronicznej legitymacji](#)

studenckiej

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy