

[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](#)

Dieta i ruch kontra geny

W wyniku analizy badań, stwierdzono, iż geny są odpowiedzialne za wysokie ryzyko otyłości, czego nie można powiedzieć w przypadku niepowodzeń przy odchudzaniu.

Naukowcy podają, iż osoby będące nosicielami jednego wariantu genu FTO są z natury ciężsi o 3kg.

Inaczej jest w przypadku osób posiadających homozygoty z allelami mniejszego ryzyka, gdyż wówczas prawdopodobieństwo wystąpienia otyłości jest wyższe o 1,7 razy.

Na podstawie analizy badań około 9 tysięcy ludzi okazało się, iż bycie nosicielem wysokiego ryzyka otyłości bynajmniej nie przeszkadza w pozbyciu się kilogramów.

Przedstawiciel Uniwersytetu w Newcastle prof. John Mathers podkreśla, iż nie należy obwiniać genów. Człowiek jest w stanie schudnąć poprzez poprawnie dobraną dietę oraz aktywność fizyczną.

Autorzy z British Medical Journal przeanalizowali dane ponad 9 tysięcy ludzi z całego świata. Osoby te wzięły udział w randomizowanych badaniach utraty wagi. Sprawdzone, czy występowanie allelu FTO wpływa w jakikolwiek sposób na to, ile człowiek chudnie.

Okazało się, iż osoby z wysokim ryzykiem otyłości reagowali tak samo jak inni na zorientowane interwencje utraty wagi. Oznacza to, iż niekorzystny wpływ genu FTO na tycie nie przeszkadza w proponowanym terapiom przez pracowników służby zdrowia.

Zauważono podobne reakcje na odchudzanie dla kobiet i mężczyzn, osób młodych i starszych jak i również innych nacji u których występował genotyp FTO. W związku z tym, iż w badaniach brali udział przede wszystkim osoby rasy białej, dlatego w następnych badaniach należy skupić główną uwagę na osoby innych grup etnicznych. Należy również przeanalizować wpływ innych genów na odchudzanie.

Źródło: Newcastle University

<http://laboratoria.net/aktualnosci/26130.html>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

[Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#)

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

[Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#)

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

[Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

[Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

[System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...](#)

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i](#)

[udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji?](#) [Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy