

### [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](#)

## 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>



23-12-2024

## **Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia**

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## **Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!**

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

## Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych](#)

[Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

## **Partnerzy**