

## [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](#)

# Epidemia samotności to większy problem niż otyłość

Samotność i izolacja społeczna mogą stanowić większe zagrożenie zdrowia publicznego niż otyłość społeczeństwa - wynika z analizy przeprowadzonej przez naukowców z Brigham Young University w USA. Swoje wnioski zaprezentowali podczas 125. zjazdu Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego, który odbywał się



w Waszyngtonie.

Ogólnonarodowa ankieta przeprowadzona przez American Association of Retired Persons (AARP) wykazała, że blisko 42,6 mln Amerykanów po 45. roku życia cierpi na przewlekłą samotność. Ponad jedna czwarta Amerykanów mieszka samotnie, a ponad połowa nie wstąpiła w związek małżeński, co przekłada się na spadek dzietności.

"Te wyniki sugerują, że Amerykanie stają się coraz mniej zintegrowani społecznie i częściej doświadczają samotności" - zauważa dr Julianne Holt-Lunstad, autorka raportu.

Badaczka zaprezentowała wyniki metaanalizy 148 badań, w których udział wzięło łącznie ponad 300 tys. uczestników. Wykazała ona, że silniejsze więzi społeczne przekładały się na zmniejszenie ryzyka przedwczesnego zgonu o 50 proc.

Podczas kolejnej analizy wzięto pod uwagę 70 badań, w których uczestniczyło łącznie ponad 3,4 mln osób (głównie z Ameryki Północnej, ale także z Europy, Azji i Australii). Okazało się wówczas, że ryzyko przedwczesnego zgonu było w równym stopniu związane z izolacją społeczną, samotnością i mieszkaniem samemu, przy czym ryzyko to było takie samo, a czasami większe niż w przypadku innych znanych czynników ryzyka, takich jak otyłość.

"Więzi społeczne stanowią jedną z podstawowych potrzeb człowieka, wpływających na jego dobrobyt i przetrwanie. Wraz ze starzeniem się społeczeństwa możemy spodziewać się zwiększenia wpływu samotności na zdrowie publiczne. Wiele krajów na świecie sugeruje, że mamy obecnie do czynienia z epidemią samotności. Musimy zastanowić się, co możemy zrobić, by tej epidemii zapobiegać" - zauważa dr Holt-Lunstad.

125. doroczny zjazd Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego odbywał się między 3 a 6 sierpnia br. w Waszyngtonie. (PAP)

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/27534.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**