

[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](#)

Kobietom trudniej utyć, gdy wokół jest zieleń

Kobiety zamieszkujące w pobliżu terenów zielonych rzadziej mają nadwagę bądź są otyłe – informuje „International Journal of Hygiene and Environmental Health”.

Naukowcy z The Barcelona Institute of Global Health (ISGlobal) przeanalizowali dane dotyczące 2354 osób z siedmiu hiszpańskich prowincji (Asturia, Barcelona, Kantabria, Madryt, Murcja, Nawarra i Walencja). Dane te zebrane zostały podczas badania MCC-Spain.

Uczestniczące w badaniu osoby (w wieku od 20 do 85 lat) odpowiadały na pytania ankietowe dotyczące ich wcześniejszego miejsca zamieszkania, stylu życia (aktywność fizyczna, czas wolny itp.), masy ciała i wzrostu. Ponadto mierzono obwód bioder i talii oraz pobrano próbki krwi lub śliny. Aby ustalić, czy uczestnicy mieli nadwagę lub otyłość, naukowcy wykorzystali dwa markery, które są powszechnie stosowane w badaniach epidemiologicznych: wskaźnik masy ciała (BMI) i stosunek obwodu talii do obwodu bioder.

Jak się okazało, kobiety mieszkające w odległości mniejszej niż 300 metrów od terenów zielonych mogą być narażone na mniejsze ryzyko nadwagi lub otyłości.

Badanie wykazało silny związek pomiędzy nadwagą lub otyłością u kobiet a brakiem dostępu do miejskich terenów zielonych, takich jak parki i ogrody. Nie stwierdzono jednak takiego powiązania w przypadku mężczyzn. „Nie rozumiemy jasno biologicznych przyczyn obserwowanych różnic pomiędzy płciami” - skomentowała Cristina O`Callaghan-Gordo, autorka badania ISGlobal. - Prawdopodobnie istnieją tłumaczące to zjawisko czynniki społeczne, takie jak różnice w tym, jak mężczyźni i kobiety korzystają z terenów zielonych”.

Korzystając z badań próbek DNA pobranych ze śliny i krwi uczestników, naukowcy przeanalizowali rolę genetyki. Zaobserwowali wyraźniejsze zmniejszenie ryzyka otyłości u osób z genetycznymi predyspozycjami do tego schorzenia, które mieszkały do 300 metrów od terenów zielonych. "To odkrycie wskazuje na istnienie interakcji gen-środowisko, które mogą zapobiegać nadwadze - albo ją wyzwać" - dodaje O`Callaghan-Gordo.

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia w roku 2016 ponad 1,9 miliarda dorosłych miało nadwagę, z czego ponad 650 milionów było otyłych.

„Nadwaga jest ważnym czynnikiem ryzyka różnych chorób niezakaźnych, w tym chorób sercowo-naczyniowych, nerek i wątroby, cukrzycy, różnych zaburzeń układu mięśniowo-szkieletowego i niektórych rodzajów nowotworów” - skomentował Manolis Kogevinas z ISGlobal.

Tereny zielone w środowisku miejskim, przyczyniają się do poprawy zdrowia i dobrego samopoczucia poprzez zwiększenie poziomu aktywności fizycznej mieszkańców miast, zmniejszenie narażenia na hałas i zmniejszenie stresu, który jest ważnym czynnikiem przybierania na wadze. „Badanie to podkreśla ważny wpływ zieleni na ryzyko nadwagi i otyłości u hiszpańskich kobiet. Zrozumienie mechanizmów wyjaśniających to powiązanie jest kluczowe dla planowania skutecznych i udanych interwencji w zakresie zdrowia publicznego” - podsumował Kogevinas.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29340.html>



14-01-2025

[Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

[Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

[Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

[Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

[Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#)

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

[Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

[Głęboki sen oczyszcza mózg](#)

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients“.

Informacje dnia: [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Partnerzy