



Το πλεονάζον βάρος μπορεί να προσθέσει χρόνια στη ζωή ενός ατόμου, ισχυρίζονται αμερικανοί επιστήμονες. Οι άνθρωποι που έχουν μερικά κιλά παραπάνω από το κανονικό βάρος είναι λιγότερο πιθανό να πεθάνουν νωρίς, συγκριτικά με τους αδύνατους συνομηλικούς τους, διαπίστωσε μια πρόσφατη μελέτη τους.

Οι ερευνητές, δήλωσαν ότι ένας από τους αιτίες θα μπορούσε να είναι ότι οι παχύτεροι άνθρωποι είναι πιθανότερο να επισκέπτονται το γιατρό τους από τα άτομα που φαίνονται να έχουν καλύτερη υγεία.

## Μερικά κιλά παραπάνω μπορεί να σώσουν τη ζωή σας

Written by Σοφία Νέτα

---

Ωστόσο, η μελέτη, η οποία εξέτασε περιπτώσεις περίπου τριών εκατομμυρίων ενηλίκων, αποκάλυψε ότι η ευεργετική επίδραση δεν ισχυε για τους ανθρώπους που ήταν ιδιαίτερα παχύσαρκοι.

Η Δρ Κάθριν Flegal, του Εθνικού Κέντρου Στατιστικών Υγείας των ΗΠΑ, διαπίστωσε ότι οι άνθρωποι που είναι υπέρβαροι είχαν 6% χαμηλότερο κίνδυνο θανάτου από τους ανθρώπους κανονικού βάρους.

Ο κίνδυνος για τα άτομα με ΔΜΣ (δείκτη μάζας σώματος) μεταξύ 30 και 35 ήταν μειωμένος κατά 5%. Αλλά τα παχύσαρκα άτομα με ΔΜΣ πάνω από 35 είχαν 29% περισσότερες πιθανότητες να πεθάνουν από ό,τι οι αδύνατοι άνθρωποι της ίδιας ηλικίας.

Το μέγεθος του δείγματος αφορούσε περισσότερα από 2,88 εκατομμύρια άτομα και πάνω από 270.000 θανάτους στις ΗΠΑ, τον Καναδά, την Ευρώπη, την Αυστραλία, την Κίνα, την Ιαπωνία, τη Βραζιλία, το Ισραήλ, την Ινδία και το Μεξικό.

Τα ευρήματα αυτά συμφωνούν με παρατηρήσεις χαμηλότερης θνησιμότητας μεταξύ των υπέρβαρων και μέτρια παχύσαρκων ασθενών. Προηγούμενες μελέτες έχουν δείξει ότι οι παχύσαρκοι άνθρωποι που επιβιώνουν από καρδιακά επεισόδια τείνουν να ζουν περισσότερο από αυτούς που έχουν κανονικό βάρος.

Οι ερευνητές, γράφοντας στο περιοδικό του Αμερικανικού Ιατρικού Συλλόγου, δήλωσαν ότι στις πιθανές εξηγήσεις συμπεριλαμβάνονται η αυξημένη πιθανότητα να λαμβάνουν την κατάλληλη ιατρική θεραπεία και οι καρδιοπροστατευτικές μεταβολικές δράσεις του αυξημένου σωματικού λίπους.

Πηγή:telegraph