

## Женское ожирение приходит со стрессом и после 50

Учёные выяснили, что женщины склонны набирать лишний вес после жизненных неприятностей и стресса. Особенно часто это случается после климакса.

Так утверждали исследователи из Калифорнийского университета в Сан-Франциско в своём докладе на недавней конференции Американского кардиологического общества.

Это интересно, так как принято считать, что долговременный или постоянный стресс, наоборот, приводит к увеличению метаболизма, то есть к сжиганию жиров, а, следовательно, к потере веса.

Но, согласно исследованию калифорнийских учёных, женщины, которые испытали травматические события, страдают ожирением чаще.

Для того, чтобы это выяснить, специалисты исследовали около 22000 женщин среднего и пожилого возраста. Среди них около 23% имели избыточный вес. И практически у всех них в прошлом случились большие жизненные проблемы: увольнение, серьёзная болезнь, трагические события.

Более того, ожирение коррелировало с количеством проблем: одно травматическое событие в жизни увеличивало риск развития ожирения на 11%; женщины, которые пережили четыре и более травматических события, на 36% чаще страдали ожирением.



Происходит это, вероятнее всего, из-за того, что стресс может стимулировать аппетит, повышать уровень гормона грелина (регулятора пищевого поведения, по-другому «гормон голода»), а также замедляет переработку жиров и другие метаболические процессы в организме.

*«Стресс порой сильно влияет на образ жизни, многие становятся вялыми, забывают следить за собой, начинают выпивать, у кого-то становится плохо со сном — а проблемы со сном напрямую связаны с излишним весом», - комментируют учёные.*

Они добавляют, что исследование проводилось только на женщинах постменструального возраста, скорее всего, у более молодых, которые имеют другой гормональный фон, нет таких проблем.

Также выяснено, что мужчины страдают от жизненных неприятностей в два раза реже.

Источник фото: [newsbuzz.ru](http://newsbuzz.ru)

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)



Автор текста: **iFox**,  
экологический обозреватель.

На сайте опубликовано **1923**  
текстов этого автора.

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

## **ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:**

---

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot\_bot

эл.почта: eqquatoria@gmail.com

## **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)