

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

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

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

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: 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](#)