

سريع غذا خوردن زنان عامل چاقی

زنان میانسالی که وعده‌های غذایی خود را سریع می‌خورند احتمال زیادی دارد که نسبت به زنانی که آهسته غذا می‌خورند به اضافه وزن یا چاقی مبتلا شوند.



زنان میانسالی که وعده‌های غذایی خود را سریع می‌خورند احتمال زیادی دارد که نسبت به زنانی که آهسته غذا می‌خورند به اضافه وزن یا چاقی مبتلا شوند.

در آنچه که آن‌ها ادعا می‌کردند که نخستین مورد از چنین مطالعه در سراسر کشور در هر نقطه، پژوهشگران دانشگاه اتاگو تجزیه و تحلیل رابطه بین خود سرعت غذا خوردن و شاخص توده بدن (BMI) در بیش از یک هزار و 500 زن نیوزیلندی در سن 40 تا 50، گروه سنی شناخته شده به در معرض خطر بالای افزایش وزن می‌شود.

بر اساس گزارش شینهوا، مطالعه توسط بخش تغذیه انسانی در دانشگاه می‌تواند به روش‌های جدید و موفق‌تر از درمان چاقی منجر شود، محققان می‌گویند.

مطالعه محقق اصلی دکتر کارولین گفت: «#171؛ پس از تعدیل عوامل مانند سن، قومیت، سیگار کشیدن، فعالیت بدنی و وضعیت یائسگی، محققان دریافتند که زنان سریع‌تر غذا خوردن، بالاتر BMI آن‌ها.»

نمایش نتایج: از 2 سال پیگیری در سال آینده منتشر شود انتظار می‌رود و اگر تجزیه و تحلیل یک رابطه علت و معلولی تایید، محققان مداخلات متمرکز است که در مورد تشویق زنان به خوردن آهسته‌تر تست.