

## تاثیر چاقی پدر بر وزن فرزند



دانشگاهی در استرالیا تحقیقی درازمدت درباره تاثیر وزن پدر بر وزن فرزند انجام داده است. نتیجه تحقیق این است که وزن پدر تاثیر بزرگی بر وزن فرزند دارد. حال آنکه وزن مادر در این باره نقشی ندارد.

جام جم آنلاین: دانشگاهی در استرالیا تحقیقی درازمدت درباره تاثیر وزن پدر بر وزن فرزند انجام داده است. نتیجه تحقیق این است که وزن پدر تاثیر بزرگی بر وزن فرزند دارد. حال آنکه وزن مادر در این باره نقشی ندارد. به گزارش جام جم آنلاین به نقل از دویچه وله، محققان دانشگاه نیوکاسل واقع در شمال شهر سیدنی استرالیا، در تحقیقی جدید اضافه وزن کودکان و نوجوانان را مورد بررسی قرار داده‌اند. آن‌ها در این تحقیق وزن کودکان از ۳۰۰۰ خانواده مختلف و همچنین والدین آن‌ها را هر چهار سال یک بار، در سال‌های ۲۰۰۴ و ۲۰۰۸ اندازه‌گیری و سپس نتایج مربوطه را ارزیابی کرده‌اند. کودکان مورد نظر در این سالها چهار و هشت ساله بودند.

بی تاثیر بودن وزن مادر بر فرزند

بر اساس نتایج این تحقیق اگر پدر چاق باشد، فرزند او نیز چاق می‌شود؛ حتی اگر مادر بچه وزن مناسبی داشته باشد. افزون بر این، تحقیق نشان داد که رابطه بالعکس آن وجود ندارد؛ به این معنا که اگر مادر چاق باشد و پدر باریک اندام، امکان اینکه فرزند هم اضافه وزن داشته باشد، کم خواهد بود.

فیلیپ مورگان پروفیسور رشته فعالیت فیزیکی و تغذیه از دانشگاه نیوکاسل در این باره می‌گوید: [#171](#); این داده‌ها بسیار آموزنده هستند. پدران می‌توانند تاثیر بزرگی بر وزن کودکانشان داشته باشند. تحقیق ما نخستین تحقیقی است که این را نشان می‌دهد: [raquo](#).

تغییر نقش پدر در خانواده

حال سوال این است که چرا وزن پدر بر وزن کودک تاثیر می‌گذارد، اما وزن مادر نه؟ به گفته فیلیپ مورگان این پدیده نشات گرفته از تحولات اجتماعی است. او می‌گوید: [#171](#); زمانه عوض شده است. امروزه معمولا هم پدر شاغل است و هم مادر. پدرها با فرزندانشان بیشتر وقت می‌گذرانند و به همین خاطر تاثیر بیشتری بر تغذیه کودکان خود دارند. همچنین پدرهای فعال کودکان را وادار به حرکت می‌کنند؛ کاری که پدرهای غیر فعال نمی‌توانند. من معتقدم که اگر این تحقیق را بیست سال پیش انجام می‌دادیم، نتایج دیگری کسب می‌کردیم: [raquo](#).

آموزش شیوه زندگی سالم

درست است که این تحقیق در کشور استرالیا انجام شده است، اما به عقیده فیلیپ مورگان می‌تواند اعتبار بین المللی داشته باشد. در همه جای دنیا این امر مهم است که پدرها به فرزندانشان شیوه زندگی سالم را تعلیم دهند.

در کشور استرالیا اکنون پروژه‌ای در این باره به راه افتاده است به نام "پدران سالم، فرزندان سالم". این پروژه که مخصوص پدرهایی با اضافه وزن است، آنها را مجبور می‌کند که در طول سه ماه ورزش‌هایی مربوط به بدنسازی انجام دهند. آنها علاوه بر این در طی این پروژه درباره تغذیه سالم نیز تعلیم داده می‌شوند.

به گفته فیلیپ مورگان این پروژه نتایج مطلوبی به بار آورده است، طوری که هم وزن پدرها کاهش پیدا کرده و هم اینکه فرزندانشان پس از آن تغذیه سالم‌تری داشته‌اند. فیلیپ مورگان می‌گوید: [#171](#); فعالیت بدنی پدر بر کل خانواده تاثیر می‌گذارد و می‌تواند کلیدی برای تحولات باشد: [raquo](#).

مورگان معتقد است که چنین پروژه‌هایی باید در کشورهای دیگر نیز به راه بیفتند. این بیشتر خانمها هستند که در کلاس‌های مربوط به کاهش وزن شرکت می‌کنند. مردها معمولا از این کلاس‌ها بهره‌برداری نمی‌کنند. تغییر این امر می‌تواند باعث کاهش اضافه وزن و چاقی در میان کودکان شود.