



آیا کمربندهای لاغری تاثیری بر کاهش چربی‌های شکم دارند؟

یک متخصص تغذیه معتقد است: لاغری نتیجه مصرف انرژی مازاد انباشته شده است و استفاده از کمربندهای لاغری انرژی مصرف نمی‌کند.

یک متخصص تغذیه معتقد است: لاغری نتیجه مصرف انرژی مازاد انباشته شده است و استفاده از کمربندهای لاغری انرژی مصرف نمی‌کند.

ایسنا نوشت: دکتر ضیاءالدین مظهری گفت: کاهش سایز دور شکم با استفاده از کمربندهای حرارتی امکان‌پذیر است اما با توجه به دانش تغذیه، این کاهش سایز را لاغری نمی‌نامند چرا که دفع آب بدن به کاهش سایز منجر شده است و چربی اضافه همچنان در بدن وجود دارد.

وی به میزان بالای آب در بدن انسان اشاره کرد و گفت: در بدن افراد رشد یافته نزدیک به 60 درصد آب به شکل جاری و میان بافتی وجود دارد که نقش انتقال مواد مغذی به رگ‌ها و دفع مواد زائد از سلول‌ها را بر عهده دارد و لاغر شدن از طریق کمربندهای لاغری و امکانات این چنینی تنها تغییر مرئی در حجم آب در بدن افراد است.

مظهری ادامه داد: جریان الکتریسیته موجب انقباض و انبساط عضلات می‌شود که این موجب کاهش آب سلول‌ها در اندام‌های چاق بدن می‌شود و چربی‌ها به حال خود باقی می‌مانند.

این متخصص تغذیه در رابطه با تناسب بین میزان مصرف مواد غذایی و استفاده از آن، گفت: اگر این تناسب برقرار شود چاقی از بین خواهد رفت و اگر انرژی بیشتری استفاده شود، فرد انرژی‌های انباشته شده خود را از دست می‌دهد.

نایب رییس انجمن علمی پیشگیری از چاقی، به تبلیغات گسترده تولیدات تکنولوژی و لاغری اشاره کرد و گفت: این تبلیغات به دلیل استفاده تجاری شرکت‌ها از افراد بی‌حوصله است و اگر می‌توانست نقشی اساسی در لاغری داشته باشد، کشورهای غربی که در استفاده از تکنولوژی پیشرو هستند، از چاقی عمومی نجات پیدا می‌کردند.