



داشتن اضافه وزن آنقدرها هم برای بدن بد نیست!

داشتن اضافه وزن می تواند پیامدهای منفی برای سلامتی ما داشته باشد اما دو مطالعه جدید نشان می دهد که اضافه وزن می تواند از قلب در برابر بسیاری از خطرات محافظت کند.

داشتن اضافه وزن می تواند پیامدهای منفی برای سلامتی ما داشته باشد اما دو مطالعه جدید نشان می دهد که اضافه وزن می تواند از قلب در برابر بسیاری از خطرات محافظت کند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، با توجه به مراکز ایالات متحده برای کنترل و پیشگیری بیماری، 69٪ از افراد بالای 20 دچار اضافه وزن یا چاقی هستند و به طور خاص، اضافه وزن و چاقی با سیستم قلبی و عروقی مرتبط است.

آخرین مطالعات انجام شده که به تازگی در نشریه مایو کلینیک منتشر شده، از نظریه معروف به «تناقض چاقی» حمایت می کند و اعتقاد بر این است که اضافه وزن ممکن است در برابر شرایط پزشکی خاص از قلب محافظت کند و محققان دریافته اند که BMI بالاتر ممکن است اثرات محافظتی برای قلب داشته باشد.

با این حال، آنها دریافتند که بیماران چاق با کمترین خطر مرگ و میر قلبی روبرو هستند. افراد چاقی که (BMI از 30-35 kg/m² بودند در معرض خطر قلبی 27 درصد پایین تر از افراد لاغر و افرادی که با BMI نرمال (20-25 kg/m²) بودند با خطر بیماری قلبی بیشتری نسبت به افراد چاق روبرو بودند، در حالی که کسانی که به شدت چاق بودند (BMI بیش از 35 kg/m²) در معرض خطر 22 درصد پایین تر از تمام افرادی بودند که از تناسب اندام کافی برخوردار بودند.

اگر چه دلایل این یافته ها مشخص نیستند اما دکتر شارما معتقد است که بیمارانی که دچار اضافه وزن هستند به احتمال زیاد به داروهایی تجویز می شوند که از سلامت قلب و عروق محافظت می کند مثل مسدود کننده های بتا و استاتین ها که ممکن است نتایج مطلوب برای قلب داشته باشند.

محققان دریافتند که به طور کلی BMI بالاتر با مرگ و میر پایین تر همراه است و دانشمندان در حال انجام آزمایشات بیشتر برای کشف ارتباط بین چاقی و سلامت قلب هستند.