



همه افراد چاق در معرض مشکلات بهداشتی قرار ندارند

دانشمندان آمریکایی در یک بررسی جدیدی ۳۳ فرد چاق را ترغیب کردند که برای چند ماه به میزان بیشتری فست فود بخورند، و دریافتند که حدود یک چهارم این افراد علیرغم وزن اضافی که به دست آوردند، در وضعیت مناسبی از لحاظ سلامت باقی ماندند.

همشهری آنلاین: دانشمندان آمریکایی در یک بررسی جدیدی ۳۳ فرد چاق را ترغیب کردند که برای چند ماه به میزان بیشتری فست فود بخورند، و دریافتند که حدود یک چهارم این افراد علیرغم وزن اضافی که به دست آوردند، در وضعیت مناسبی از لحاظ سلامت باقی ماندند.

نتایج این بررسی که در شماره ۲ ژانویه ژورنال Clinical Investigation منتشر شده است به وسیله گروهی از دانشمندان در دانشکده پزشکی دانشگاه واشنگتن در سنت لوئیس میسوری انجام شده است.

این افراد ترغیب شدند که روزانه ۱۰۰۰ کالری اضافی در روز، عمدتاً با رفتن بیشتر به رستوران‌های فست‌فود فروشی دریافت کنند، با این هدف که شش درصد به وزن بدن‌شان اضافه کنند.

الیزا فابرینی، نویسنده اصلی این مقاله که استادیار پزشکی در دانشگاه واشنگتن است، در این باره گفت: «انجام این کار آسان نبود. واداشتن افراد به افزودن وزن به همان اندازه واداشتن‌شان به کاستن از وزن کار مشکلی است.»

افرادی که در شروع این بررسی دچار بیماری‌های به طور معمول مربوط با چاقی - مانند مقاومت به انسولین، میزان بالای کلسترول، فشارخون بالا، و زیادی چربی در کبد نبودند - حتی پس از افزودن هفت کیلوگرم به بدن از پیش دچار اضافه وزن‌شان، باز هم دچار این مشکلات نشدند.

این نتایج با یافته‌های دانشمندان در جمعیت عمومی تطبیق دارد که حاکی از آن بوده است که ظاهراً یک چهارم از افراد چاق دچار عوارض متابولیک منجر به **حمله قلبی**، **دیابت** و **سکته مغزی** نمی‌شوند.

اما افرادی که پیش از شروع این بررسی دچار مشکلات متابولیک بودند، پس از اضافه وزن بیشتر وضعیت حتی بدتری پیدا کردند.

ژن‌های تنظیم‌کننده چربی

همه این افراد در این بررسی که روند اجرای آن در یک فیلم مستند در شبکه تلویزیونی HBO به نام Weight of the Nation به تصویر کشیده شد، بوسیله متخصصان رژیم غذایی یاری شدند تا اضافه‌وزن به دست‌آمده در طول این بررسی را کاهش دهند.

این پژوهشگران می‌گویند اکنون بهتر درک می‌کنند که چگونه میان افراد چاقی که بیشتر در معرض خطرات بهداشتی خواهند بود، و آنهایی که ممکن است در برابر این خطرات بیشتر در امان باشند، تمایز بگذارند.

برای مثال در این بررسی افرادی که متابولیسم غیرطبیعی داشتند، دچار تجمع چربی در کبد‌های‌شان شدند، اما افراد سالم‌تر حتی پس از آنکه اضافه وزن پیدا کردند، دچار این پدیده نشدند.

یک تفاوت دیگر به گفته این پژوهشگران مربوط به کارکرد ژن در بافت چربی می‌شد.

این بررسی نشان داد که افراد دارای اضافه وزن با متابولیسم طبیعی دارای ژن‌های تنظیم‌کننده چربی بیشتری هستند.

این بررسی نشان داد: «فعالیت این ژن‌ها هنگامی که افراد با متابولیسم طبیعی وزن اضافه می‌کردند، حتی بیشتر هم می‌شد. اما در افراد با متابولیسم غیرطبیعی چنین پدیده‌ای مشاهده نمی‌شد.»

از آنجایی که چاقی عامل شناخته‌شده دخیل در چندین مشکل بهداشتی است، پژوهش‌های بیشتری برای مشخص کردن علت استعداد خاص برخی افراد به مشکلات ناشی از چاقی لازم است.

ساموئل کلاین، پژوهشگر ارشد در این بررسی، و رئیس مرکز تغذیه انسانی دانشگاه واشنگتن گفت: «آیا این تفاوت به ژنتیک مربوط است، به رژیم‌های غذایی خاص، سبک زندگی جسمی فرد، سلامت عاطفی یا حتی میکروبیوم‌ها درون روده؟»

کلاین گفت: «ما به بررسی‌های بیشتری نیاز داریم تا درک کنیم که چرا چاقی در برخی افراد باعث ایجاد بیماری‌هایی معین می‌شود، و در برخی دیگر نه.»