

## Το...παράδοξο της παχυσαρκίας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Πηγή: [hbnews.gr](#)

Οι παχύσαρκοι καρδιοπαθείς κινδυνεύουν λιγότερο να πεθάνουν πρόωρα.

Μια ακόμη επιστημονική έρευνα -με ελληνική συμμετοχή- έρχεται να αναδείξει το λεγόμενο «παράδοξο της παχυσαρκίας». Οι παχύσαρκοι καρδιοπαθείς κινδυνεύουν λιγότερο να πεθάνουν πρόωρα, σε σχέση με τους καρδιοπαθείς που έχουν φυσιολογικό βάρος, παρόλο που οι πρώτοι έχουν γενικά χειρότερη υγεία (π.χ. υψηλότερη χοληστερόλη ή πίεση) και συνήθως ακολουθούν λιγότερο υγιεινό τρόπο ζωής.

Οι ερευνητές Μαρκ Χάμερ και Εμμανουήλ Σταματάκης του Τμήματος Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας του University College του Λονδίνου, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό προληπτικής ιατρικής «Preventive Medicine», σύμφωνα με το BBC, εξέτασαν στοιχεία για πάνω από 4.400 ασθενείς και βρήκαν, όπως και προηγούμενες ανάλογες μελέτες, ότι όσοι πάσχουν από καρδιαγγειακή νόσο και, παράλληλα, είναι υπέρβαροι ή παχύσαρκοι, είναι λιγότερο πιθανό να πεθάνουν μέσα στην επόμενη επταετία σε σχέση με τους καρδιοπαθείς

που έχουν κανονικό βάρος.

Υπέρβαροι θεωρούνται όσοι έχουν δείκτη σωματικής μάζας 25 έως 30 και παχύσαρκοι όσοι έχουν δείκτη πάνω από 30. Ο δείκτης προκύπτει από τη διαίρεση του βάρους σε κιλά με το τετράγωνο του ύψους σε μέτρα (π.χ. 70 δια 1,65X1,65).

Μια πιθανή εξήγηση, σύμφωνα με τους βρετανούς ερευνητές, είναι ότι οι γιατροί ακολουθούν πιο επιθετική θεραπεία στην περίπτωση των υπέρβαρων/παχύσαρκων ασθενών, με αποτέλεσμα οι τελευταίοι να έχουν τελικά καλύτερο προσδόκιμο ζωής, παρόλο που το πάχος τους θεωρείται παράγων κινδύνου για την καρδιά.

Η μελέτη έδειξε ότι όσοι καρδιοπαθείς ασκούνται σωματικά τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα και δεν καπνίζουν, έχουν μικρότερη πιθανότητα πρόωρου θανάτου άσχετα με το βάρος τους. Όμως οι παχύσαρκοι ασθενείς που δεν ακολουθούν αυτές τις συμβουλές, κινδυνεύουν λιγότερο από πρόωρο θάνατο σε σχέση με τους καρδιοπαθείς φυσιολογικού βάρους που καπνίζουν και δεν ασκούνται σωματικά.

«Δεν κατανοούμε ακόμα αυτό το παράδοξο και σίγουρα δεν θα συνιστούσαμε στους ασθενείς να αυξήσουν το βάρος τους», είπε ο Χάμερ. «Μια από τις εύλογες εξηγήσεις είναι ότι όταν οι παχύσαρκοι ασθενείς πάνε στο γιατρό τους, αυτός τους δίνει πιο επιθετική θεραπεία, επειδή τους θεωρεί ως ομάδα πολύ υψηλού κινδύνου», πρόσθεσε.

Πέρα όμως από αυτήν την εξήγηση, μια προηγούμενη μελέτη των ίδιων ερευνητών έχει καταλήξει στο συμπέρασμα ότι ένα ποσοστό των παχύσαρκων ανθρώπων έχουν πολύ φυσιολογική υγεία και τελικά δεν αντιμετωπίζουν αυξημένο κίνδυνο για την καρδιά τους. «Ο δείκτης σωματικής μάζας είναι ένας αρκετά μέτριος δείκτης για το τι συμβαίνει», τόνισε ο Χάμερ.

**Πηγές:** ΑΜΠΕ- [portal.kathimerini.gr](http://portal.kathimerini.gr)