

## Υπέρβαροι όσοι μένουν σε παγωμένα σπίτια -Τί δείχνει νέα έρευνα από τη Βρετανία

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μπορεί το κρύο να συμβάλλει στο αδυνάτισμα, καθώς βοηθά τον οργανισμό να κάνει περισσότερες καύσεις, φαίνεται όμως ότι δεν ισχύει το ίδιο σε ότι αφορά τη θερμοκρασία στους εσωτερικούς χώρους. Επιστήμονες στη Βρετανία διαπίστωσαν ότι όσοι μένουν σε ζεστά σπίτια συνήθως έχουν φυσιολογικό βάρος, σε αντίθεση με εκείνους που κατοικούν σε χώρους με χαμηλή θερμοκρασία, οι οποίοι παρουσιάζουν μεγαλύτερο δείκτη σωματικής μάζας. Σύμφωνα με τον δρα Michael Daly, εκ των συντακτών της επιστημονικής έκθεσης, φαίνεται πως η ζέστη αποτρέπει την κατανάλωση μεγάλης ποσότητας φαγητού, κάτι που δεν συμβαίνει όταν το περιβάλλον είναι κρύο. Οπως αναφέρει η Espresso, τη μελέτη πραγματοποίησε το Κέντρο Επιστημών της Συμπεριφοράς του Πανεπιστημίου Stirling στη Σκωτία με τη συμμετοχή 100.000 ατόμων. Οι επιστήμονες έλαβαν υπόψη τους παράγοντες, όπως ο αριθμός των θερμίδων που παίρνει κανείς καθημερινά, η έλλειψη άσκησης, κ.ά, ωστόσο είναι η πρώτη που διερευνά τη σχέση της θερμοκρασίας εσωτερικών χώρων με τα επίπεδα του σωματικού βάρους.

Παλαιότερες μελέτες που είχαν διεξαχθεί σε Ευρώπη, ΗΠΑ και Καναδά είχαν δείξει ότι η υψηλή θερμοκρασία αυξάνει το σωματικό βάρος και πως το κρύο ενισχύει την παραγωγή του λεγόμενου καφέ λίπους, το οποίο αδυνατίζει.

Πηγή: [iefimerida.gr](http://iefimerida.gr)