

## Νέα μελέτη συνδέει το οικογενειακό στρες με την παχυσαρκία στους εφήβους



παχυσαρκία στην εφηβική ηλικία αποτελεί ένα σοβαρό πρόβλημα, το οποίο εάν δεν αντιμετωπιστεί αποτελεσματικά, προδιαθέτει τα παιδιά για εμφάνιση σοβαρών προβλημάτων υγείας στην πορεία της ζωής τους. Νέα μελέτη, που πραγματοποιήθηκε στις ΗΠΑ, υποστηρίζει πως υπάρχει σχέση μεταξύ της μακροχρόνιας έκθεσης των παιδιών σε συγκεκριμένα στρεσογόνα ερεθίσματα εντός οικογένειας και του κινδύνου εμφάνισης παχυσαρκίας μέχρι την ηλικία των 18 ετών.

Η ερευνητική ομάδα χρησιμοποίησε δεδομένα από 4.700 εφήβους, τα οποία συλλέχθηκαν κατά το διάστημα 1975-1990, προκειμένου να εξετάσει την επίδραση τριών διαφορετικών στρεσογόνων καταστάσεων μέσα στην οικογένεια. Οι παράγοντες που συμπεριλήφθηκαν ήταν ή ύπαρξη διαταραγμένης οικογενειακής ζωής, το οικονομικό στρες και η κακή υγεία της μητέρας.

Τα αποτελέσματα της μελέτης, που δημοσιεύεται στο επιστημονικό περιοδικό Preventive Medicine, έδειξαν ότι η επανειλημμένη έκθεση σε στρεσογόνες καταστάσεις εντός οικογένειας -και ειδικότερα η διαταραγμένη οικογενειακή ζωή και το οικονομικό στρες-, σχετίστηκε με τον κίνδυνο εμφάνισης παχυσαρκίας στα κορίτσια στην ηλικία των 18 ετών. Επιπλέον, η κακή υγεία της μητέρας κατά τη διάρκεια των παιδικών χρόνων φάνηκε να σχετίζεται με τον κίνδυνο εμφάνισης παχυσαρκίας στα αγόρια μέχρι την ηλικία των 18 ετών.

Όπως σχολιάζει η επικεφαλής της ερευνητικής ομάδας, τα ευρήματα της μελέτης

δείχνουν πως η απόκριση στα στρεσογόνα ερεθίσματα είναι πιθανότατα διαφορετική ανάμεσα σε κορίτσια και αγόρια. Κλείνοντας, αναφέρει πως οι στρατηγικές αντιμετώπισης της παιδικής παχυσαρκίας θα πρέπει ενδεχομένως να ακολουθήσουν μια πιο ευρεία προσέγγιση, παρέχοντας συμβουλευτική σε οικογένειες που αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους στρεσογόνες καταστάσεις, κάτι που θα μπορούσε ίσως να συμβάλλει στη διατήρηση υγιούς σωματικού βάρους στα παιδιά.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)