

Az kilolular uzun yaşıyor

Administrator tarafından yazıldı.
Pazartesi, 01 Şubat 2010 00:50 -



Avustralya'da yapılan bir araştırmaya göre, biraz kilolu yaşlıların, kilosuna normal olanlardan daha uzun süre yaşama olasılığı bulunuyor.

Batı Avustralya Üniversitesi'nde yapılan ve Amerikan Yaşlılık Vakfı dergisinde yayımlanan araştırmaya göre, aşırı kilolu veya az kilolu olmak ise yaşamı kısaltıyor.

70 yaşının üzerinde 9 bin 200 denek üzerinde yapılan araştırmada, kilosuna dikkat etmeden, hareketsiz bir hayat süren özellikle kadınların yaşam sürelerinin de kısaldığı ortaya çıktı.

70-75 yaşlarındaki gönüllüler arasında 10 yılı aşkın ölüm oranını izleyen araştırmacılar, vücut kitle endeksine göre, kilolu olanların sadece daha az ölüm riskine sahip olmakla kalmayıp, kalp-damar hastalıkları, kanser ve kronik akciğer hastalığı gibi spesifik hastalıklardan ölüm risklerinin de daha düşük olduğunu gördüler.

Obez grup ile normal kilolu grubun ölüm oranlarının aynı olduğunu tespit eden araştırmacılara göre, ancak çok aşırı kilolu olan yaşlıların 10 yıllık sürede ölüm riski daha fazla bulunuyor.

Araştırmanın sonuç bölümünde, kilolu olmanın yaşlı insanlar için daha az zararlı olabileceği ve bunun da bu alanda daha önce yapılan araştırmalardaki bulgularla uyduğu kaydedildi.

Az kilolular uzun yaşıyor

Administrator tarafından yazıldı.
Pazartesi, 01 Şubat 2010 00:50 -

Araştırmada yer alan doktorlar, yaşlılar için vücut kitle endeksi sınıflandırmasının gözden geçirilmesinin zamanının geldiğini ifade ettiler.