

Doktori kažu da gojaznost često dovodi do dodatnih zdravstvenih problema, kao što su dijabetes, visok krvni pritisak i rizik od srčanih oboljenja. Nedavna studija pokazuje da su šanse za preveliku debljinu također veće među ženama nego muškarcima.

Nije tajna da je gojaznost među djecom i tinejdžerima sve veći problem, čak i u manje razvijenim zemljama. Ali istražitelji potvrđuju ono što su mnogi do sada vjerovali, a to je da gojaznost kod adolescenata povećava rizik da oni budu uveliko predebeli kao odrasli.

Lauren Paynter sada nije gojazna. Ali ona zna kako je kada si predmet ismijavanja, jer je kao dijete bila gojazna. Ja sam bila debelo dijete, i zvali su me pogrdnim imenima zbog moje težine i fizičkog izgleda, priča Lauren.

Ona je odlučila da izmijeni svoj način ishrane i da više vježba. Prestala je piti gazirana pića, i počela je voziti bicikl i hodala je. I izgubila je gotovo 7 kilograma. To ne mora biti toliko teško. To ne morate uraditi sve odjednom, kaže ona.

Istražitelji na univerzitetu u Sjevernoj Karolini su u periodu od 13 godina proučavali više od 8 hiljada mladih u dobi od 12 do 21 godine. Oni su imali normalnu težinu, prekomjernu težinu ili su bili gojazni. Manje od 2% onih koji su imali normalnu težinu su kasnije u životu postali gojazni. Koautorica studije Penny Gordon Larsen kaže da je većina onih koji su već bili gojazni imala poteškoće kasnije u životu. 75% njih je i dalje bilo gojazno kada su postali odrasli, kaže gospođa Larsen.

Druga autorica studije, Natalie Tai, kaže da je kod tih mladih, dok su napunili 30 godina, i spol imao važnu ulogu. Gotovo 37% muških koji su kao adolescenti bili gojazni su postali uveliko gojazni kao odrasli. Gotovo 50% ženskih koje su kao adolescentkinje bile gojazne su postale pregojazne, kaže Natalie Tai.

U posljednjih 30 godina, broj djece koja su gojazna u Sjedinjenim državama se udvostručio, a broj adolescenata utrostručio. Međutim američka djeca i tinejdžeri nisu jedini koji dobijaju na težini. Svjetska zdravstvena organizacija navodi da je gojaznost djece epidemija, čak i u zemljama u razvoju.

Izvor: VoA News
www.lijek.ba
19.11.2010.