

## دراسة تكشف تأثير الزواج على زيادة الوزن بين الرجال والنساء... أيهما أكثر



تحدثت دراسة أجراها فريق من العلماء البولنديين في تأثير الزواج على الصحة البدنية، عن العلاقة بين الزواج والتغيرات في الوزن على الرجل والمرأة.

وحلل العلماء بيانات ما يقرب من 2500 شخص، حيث تمتع 35% منهم بوزن صحي، بينما عانى 38% من زيادة الوزن، وأصيب 26% بالسمنة.

ووجدت الدراسة أن الرجال المتزوجين أكثر عرضة للإصابة بالسمنة بمقدار 3.2 مرة مقارنة بغير المتزوجين، وفي المقابل، لم تجد الدراسة أي علاقة واضحة بين الزواج والسمنة لدى النساء، وهو ما أرجعه العلماء إلى "الاختلافات الثقافية" في النظرة إلى السمنة بين الجنسين.

وبيّنت النتائج أن "خطر الإصابة بالسمنة المفرطة يرتفع بنسبة 62% لدى الرجال المتزوجين، مقابل 39% لدى النساء المتزوجات".

كما أظهرت الدراسة أن كل عام من التقدم في العمر يزيد خطر السمنة بنسبة 6% لدى النساء، و4% لدى الرجال.

بدورها، أوضحت الدكتورة أليشا تشيتشا ميكولايتشيك، الباحثة الرئيسية في الدراسة من المعهد الوطني لأمراض القلب في وارسو، أن "العمر والحالة الاجتماعية يلعبان دوراً رئيسياً في زيادة الوزن أو

السمنة لدى البالغين، بغض النظر عن الجنس".

وتعد هذه الدراسة امتدادا لأبحاث سابقة كشفت أن الزواج قد يؤثر على وزن الأزواج، حيث وجد بحث صيني أجري العام الماضي أن المتزوجين يكتسبون وزنا إضافيا خلال السنوات الخمس الأولى من الزواج، بسبب استهلاكهم سرعات حرارية أعلى وانخفاض مستويات نشاطهم البدني. وتبين أن الرجال يكتسبون وزنا إضافيا بنسبة 5.2% بعد الزواج، مع زيادة في معدلات السمنة بنسبة 2.5%.

يذكر أن السمنة تشكل عامل خطر رئيسي للإصابة بأمراض خطيرة، مثل السرطان والسكتة الدماغية وأمراض القلب وداء السكري من النوع الثاني.