

1. OBEZITA V MODERNÍ SPOLEČNOSTI

1.c Příčiny obezity

(Faktory ovlivňující výskyt obezity)

1. Věk populace: obézních přibývá s věkem a výskyt obezity vrcholí ve věku kolem 50 až 60 let. Obezita zkracuje život, a u starších jedinců se proto její výskyt snižuje.
2. Pohlaví: ženy jsou ve všech populacích více obézní než muži.
3. Etnické vlivy: srovnání různých zemí s různým životním stylem je obtížné. Etnické vlivy jsou nejnáze prokazatelné v USA, při životě v relativně stejných podmínkách - výskyt obezity je vyšší v černošských a mexických populacích a nižší v bělošských.
4. Vzdělání a vyšší příjem snižují výskyt obezity. Nižší vzdělání a nižší příjmy jsou provázány obezitou.
5. Vstup do manželství u mužů i u žen vede k vzestupu hmotnosti.
6. Mateřství: obvykle se předpokládá, že s počtem mateřství roste hmotnost. Nárůst je přibližně několik kilogramů na jedno těhotenství a v řadě studií může jít i o nepřímý vliv věku.
7. Genetika: výskyt obezity v rodině však obvykle ovlivňují i další rodinné zvyky (dědění kuchařky). Hlavním modelem pro studium genetických vlivů jsou studie s dvojčaty žijícími odděleně.
8. Dietní zvyklosti (národní kuchyně) mají značný vliv, zejména pak příjem tuku.
9. Alkohol: příjem alkoholu vede k vzestupu hmotnosti, zejména díváme-li se na celou populaci.
10. Fyzická aktivita: s omezením fyzické aktivity stoupá výskyt obezity.

Všechny uvedené faktory ovlivňují výskyt obezity. Jejich různě vyvážené vlivy vedou ke konkrétnímu výskytu obezity v různých populacích světa.

Podíl genetických (vnitřních, resp. zděděných) a vnějších faktorů je přibližně 1:1. K vnějším faktorům řadíme např. psychologické vlivy, stres, vzdělání, přejídání, omezení pohybu apod. U vnějších faktorů je třeba posoudit výše uvedené vlivy u konkrétního člověka. Pro posouzení genetického vlivu na obezitu je vhodné znát výskyt obezity a cukrovky v rodině. Cukrovka 2. typu je více dědičné onemocnění než obezita.

Obezita je tedy onemocnění s částečně nejasnými příčinami, kam patří jak vlivy prostředí, tak vlivy genetické. Genetické vlivy byly zkoumány zejména ve studiích s adoptovanými dvojčaty. Jak již bylo uvedeno, je podíl genetických vlivů přibližně 50 procent. Značná část obézních tedy za své onemocnění nemůže. To však neznamená, že by se takový jedinec neměl léčit!

Posud'te

Subjektivní a objektivní příznaky a jejich možné příčiny

Přidružená onemocnění a zdravotní rizika

Životní styl – stravu a fyzickou aktivitu

Chování spojené s jídlem

Deprese a poruchy nálady

Chronický psychosociální stres

Vyhlídky na zlepšení zdraví po redukci

Motivace a překážky hubnutí