

Огни большого города способствуют появлению лишнего веса? | Les lumières de la grande ville nous font grossir?

Автор: Татьяна Гирко, [Женева-Лозанна](#) , 11.01.2016.



© 2016 EPFL

Урбанизация может оказаться причиной лишнего веса жителей некоторых лозаннских кварталов, считают авторы исследования CoLaus, проведенного Федеральной политехнической школой Лозанны (EPFL), Университетским

госпитальным центром кантона Во (CHUV) и Университетским госпиталем Женевы (HUG).

L'urbanisme pourrait être en cause du surpoids des résidents de certains quartiers lausannois, estiment les auteurs de l'étude CoLaus menée par l'EPFL, le CHUV et les HUG. Les lumières de la grande ville nous font grossir?

Давно известно, что риск ожирения не для всех одинаков. Кто-то не может представить себе жизнь без мучного и сладкого, «балуюсь плюшками» при каждом удобном случае и сохраняя при этом осиную талию, другие же без конца изнуряют себя все более экзотическими диетами, так и не достигая желаемого результата. Медики считают, что основную роль в склонности к лишнему весу играют генетическая предрасположенность, а также причины социального характера, связанные с несбалансированным питанием или низким уровнем физической активности.

Американские ученые установили, что проблема ожирения более актуальна среди населения с низким уровнем доходов, однако многолетние наблюдения их женевских и лозаннских коллег позволили выявить еще один фактор, который может свести к нулю все усилия желающих похудеть.

В исследовании CoLaus, которое проводилось в два этапа с шестилетним перерывом, принимали участие более 6 тысяч добровольцев, проживающих в Лозанне. Вооружившись информацией об индексе массы тела (ИМТ), общем состоянии здоровья, уровню доходов, социальном статусе и другими характеристиками своих подопечных, авторы исследования составили карту распределения уровня «полноты» населения по территории водуазской столицы и ее окрестностей. В результате в «рабочих» западных кварталах появились явно выраженные кластеры красного цвета, обозначающего избыточный ИМТ, в то время как «буржуазная» восточная окраина окрасилась синим – признаком преобладания нормального веса у проживающих там участников исследования.

«Мы корректируем данные ИМТ, принимая в расчет все известные факторы, которые могут оказать влияние на вес – уровень дохода, образования, возраст и другие показатели. Обычно после такой манипуляции окрашенные области исчезают», – объясняют авторы исследования. Однако на этот раз западные кварталы остались мерцать тревожно красным. «Это означает, что есть другие факторы, о существовании которых нам неизвестно, или механизм взаимодействия между ними сложнее, чем нам представлялось», – пришли к выводу ученые.

Один из авторов исследования, Индрис Гессу, работающий эпидемиологом в CHUV и HUG, считает, что ключом к разгадке может стать урбанизация. «Похоже, городское окружение оказывает важное влияние, независимо от дохода и других факторов, которые обычно принимаются во внимание», – говорит он.

О чем конкретно идет речь? Имеет ли значение расстояние, отделяющее ваш дом от зеленых насаждений, сетей быстрого питания, магазинов, или в целом

географическая изоляция места проживания? Все эти гипотезы еще предстоит проверить ученым, чьи наблюдения были опубликованы в онлайн-издании British Medical Journal Open.

Еще одна особенность, которая может оказать влияние на риск появления лишнего веса, связана с тем, что люди начинают невольно подстраиваться под поведение своих соседей, отмечает Индрис Гессу. Таким образом, выбирая место проживания, внимательно присмотритесь к обитателям квартала: если дом расположен недалеко от парка, где в любую погоду можно встретить бегунов, а на лестничной клетке вам встречаются подтянутые и хорошо образованные молодые люди, скорее всего, вы попали в подходящую компанию.

«Мы не можем изменить ваш возраст, трудно что-то предпринять и в отношении образования, не говоря уже о том, какой утопией была бы мысль о равенстве доходов. Но мы можем действовать там, где речь идет об урбанизации. Как только станет понятно, в чем именно заключается феномен, мы сможем черпать идеи в образцовых кварталах для того, чтобы обустроить другие неблагополучные районы», – комментирует врач.

Таким образом, с уверенностью можно сказать лишь одно: если вам кажется, что все средства уже испробованы, а стрелка весов упорно не желает двигаться влево, не отчаивайтесь и помните, что ученым пока известны не все причины появления лишнего веса. И новое чудодейственное средство, возможно, уже на подходе.

[ожирение](#)

[борьба с ожирением в швейцарии](#)

Статьи по теме

[Как не остаться после праздников с набранным весом?](#)

[12 ошибок, мешающих постройнеть](#)

Source URL: <https://nashagazeta.ch/news/sante/20971>