

SALUD DIA MUNDIAL DE L'OBESITAT

El 47% de persones obeses no es plantegen frenar el sedentarisme

Descarten passar menys hores asseguts malgrat els riscos

AGÈNCIES

LLEIDA | Un 47,6 per cent de les persones amb excés de pes no es plantegen passar menys hores assegudes, segons un estudi de l'Institut Universitari d'Investigació en Atenció Primària Jordi Gol (IDIAPJGol), que ha donat a conèixer amb motiu de la celebració ahir del Dia Mundial de l'Obesitat. L'estudi, que ha analitzat el perfil de 464 pacients amb sobrepès o obesitat i quin és el seu patró de comportament i la seua relació amb la salut, ha revelat que els homes passen més temps asseguts en general que les dones, especialment els més joves.

Segons l'estudi, la meitat de la població d'entre 25 i 65 anys amb sobrepès o obesitat

és sedentària, és a dir, passa més de 6 hores asseguda al dia i el 47,6 per cent no ha pensat a aixecar-se més sovint. L'estudi, els resultats del qual són extrapolables, s'ha fet en 25 centres d'atenció primària de

LLEIDA

Pacients de Lleida participen en aquest estudi clínic relacionat amb l'obesitat i el sobrepès

Barcelona, Lleida, Saragossa i Almeria i hi van participar 130 professionals de medicina i infermeria i 464 pacients amb sobrepès amb un índex de massa corporal (IMC) d'entre

25 i 34,9. Tots els pacients tenien entre 25 i 65 anys i cap contraindicació mèdica per fer activitat física. Les dades indiquen que la població més sedentària són els homes joves, d'entre 25 i 35 anys, amb un alt nivell educatiu i treballs d'oficina; i les activitats sedentàries freqüents són treballar o estudiar i veure la televisió o l'ordinador.

L'estudi forma part de l'assaig clínic que vol avaluar l'efectivitat d'una intervenció basada en l'educació sanitària per reduir el sedentarisme. "Són conscients que han de fer exercici, però no s'adonen que és molt perjudicial passar moltes hores asseguts", va dir la metgessa Elena Martínez, que ha dirigit l'estudi.