رشد ۷۰ درصدی چاقی و اضافه وزن در میان زنان ایرانی

14 آبان 1403

تنها راه حل مقابله با چاقی زنان اصلاح شیوه زندگی است.

دکتر محمد هاشمی، دبیر انجمن علمی پیشگیری و درمان چاقی با تاکید بر اینکه شیوع چاقی و اضافه وزن در میان زنان ایرانی به بالای ۷۰ درصد رسیده گفت: «دلیل اصلی آن تغییرات شیوه زندگی نسبت به دهه‌های گذشته است.»

او ادامه داد: «تنها راه حل مقابله با چاقی زنان، اصلاح شیوه زندگی است یعنی اینکه الگوی غذایی درست و میزان متناسبی فعالیت بدنی روزانه داشته باشیم. غیر از این، روش‌های ارایه شده یا فریبکارانه و یا فرعی هستند.»

هاشمی بیان کرد: «روش‌هایی مثل جراحی و استفاده از داروهای لاغری می‌توانند کمک کننده باشند اما ما را از اصلاح شیوه زندگی معاف نمی‌کنند.»