MedWiss.Online

Stress durch Elternsein und Haushaltsarbeit wirkt sich negativ auf das Gewicht aus

Datum: 10.04.2023

Original Titel:
Stress is Associated with Adiposity in Parents of Young Children

MedWiss – **Wissenschaftler aus Kanada setzten Stressauslöser von Eltern mit jungen Kindern in einen Zusammenhang mit der Entwicklung von verschiedenen Gewichtsindizes. Sie sahen, dass sich Stress negativ auf Gewichtsindizes wie BMI, Taillenumfang und Fettmasse auswirkte.**

In der heutigen Zeit sind viele Menschen gestresst. Die Auslöser sind sehr vielfältig. Die Arbeit, der gesellschaftliche Druck, die verschiedenen medialen Einflüsse und die ständige Erreichbarkeit sind nur einige der bekannten Stressauslöser. Auch das Familienleben und insbesondere die Versorgung von Kleinkindern können das Stresslevel maßgeblich beeinflussen. Es ist bekannt, dass Stress ein Risikofaktor für Übergewicht ist. Wissenschaftler prüften aus diesem Grund, inwiefern Stress bei Eltern mit jungen Kindern einen Einfluss auf ihr Gewicht nimmt. Die Wissenschaftler betrachteten allgemeinen Stress, den Stress, der durch das Elternsein bedingt ist (im Folgenden Elternstress genannt) und Stress, der durch die Pflege des Haushalts (im Folgenden Haushaltsstress genannt) hervorgerufen wird.

An der Studie nahmen 70 Familien mit jungen Kindern aus Ontario in Kanada teil. Von den 70 Familien standen 49 Mütter und 61 Väter für die Studie zur Verfügung.

Stress durch die Familie und die Haushaltsarbeit wirkte sich negativ auf das Gewicht aus

Die Analyseergebnisse zeigten, dass genereller Stress und Elternstress im Zusammenhang mit einem höheren *Body Mass Index* (BMI) und einem höheren Taillenumfang bei den Eltern standen. Mehr Elternstress verschlechterte ebenso das Taille-Größe-Verhältnis. Haushaltsstress war signifikant mit allen gemessenen Gewichtsindizes assoziiert (BMI, Taillenumfang, Taille-Größe-Verhältnis, prozentuale Fettmasse).

Diese Studienergebnisse zeigen, dass allgemeiner Stress, Elternstress und Haushaltsstress einen negativen Einfluss auf Gewichtsindizes von Eltern mit jungen Kindern haben können. Angesichts der weiter steigenden Adipositas-Zahlen sind Präventionsmaßnahmen wichtig, die diesem negativen Trend entgegenwirken können.

Referenzen:
Hruska V, Ambrose T, Darlington G, Ma DWL, Haines J, Buchholz AC; Guelph Family Health Study. Stress is Associated with Adiposity in Parents of Young Children. Obesity (Silver Spring). 2020 Feb 6. doi: 10.1002/oby.22710.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de