

## Matrimonio e obesità: uomini a rischio triplo, lo studio

**Autore:** Redazione

**Data:** 13 Marzo 2025



Un'indagine scientifica, che verrà presentata al Congresso europeo sull'obesità a **Malaga**, mette in luce un legame sorprendente tra **matrimonio** e **peso corporeo**. Gli uomini sposati mostrano una probabilità 3,2 volte maggiore di convivere con l'obesità rispetto ai single, mentre il rischio di sovrappeso cresce del 62% per loro e del 39% per le donne sposate.

La ricerca, condotta da **Alicja Cicha-Mikołajczyk** dell'**Istituto Nazionale di Cardiologia di Varsavia**, si basa su un campione di 2405 persone, con un'età media di 50 anni: il 35,3% normopeso, il 38,3% in sovrappeso e il 26,4% obeso. I risultati evidenziano come lo stato civile influisca in modo significativo sulla salute fisica, con effetti più marcati sugli uomini.

### Età e altri fattori di rischio

L'età si conferma un elemento determinante. Ogni anno in più accresce il rischio di sovrappeso del 3% negli uomini e del 4% nelle donne, mentre per l'**obesità** l'aumento è del 4% negli uomini e del 6% nelle donne. Tra le donne, un'alfabetizzazione sanitaria insufficiente eleva il rischio di obesità

del 43%, un dato non riscontrato negli uomini. La [depressione](#), invece, raddoppia la probabilità di obesità nelle donne, ma non mostra un impatto significativo negli uomini. Questi fattori, combinati allo stato civile, disegnano un quadro complesso che richiede attenzione.

## Profilo dei partecipanti

Lo studio ha analizzato 1098 uomini e 1307 donne, considerando variabili come istruzione, salute mentale e supporto sociale. Il 59% degli intervistati possiede un'istruzione secondaria o superiore, il 55% dimostra un'adeguata conoscenza della salute e il 50% gode di un supporto sociale moderato. Tuttavia, il 15% dichiara di soffrire di depressione, un aspetto che influisce sui risultati, soprattutto tra le donne. Gli esperti hanno valutato anche la frequenza dei contatti sociali, un indicatore del benessere complessivo.

## Le conclusioni degli esperti

Gli autori dello studio non lasciano spazio a dubbi. “L'età e lo stato civile hanno un impatto innegabile sulla convivenza con il sovrappeso o l'obesità in età adulta, indipendentemente dal sesso”, affermano. Sottolineano, inoltre, un messaggio chiaro: “Dai nostri risultati emerge che la diffusione delle conoscenze sulla salute e la promozione della salute lungo tutto l'arco della vita potrebbero ridurre il preoccupante fenomeno dell'aumento dei livelli di obesità”. La ricerca invita a riflettere sull'importanza dell'educazione sanitaria e del supporto psicologico per contrastare questa tendenza.

[Foto da DepositPhotos.](#)

---

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/benessere-e-salute/matrimonio-obesita-rischio-triplo/>

Generato il 19/04/2025