

 el universal . com

Descubren que estrés causa sobrepeso en adultos

Estocolmo - Las personas que padecen estrés por un período prolongado pueden engordar, de acuerdo con un estudio de 50 hombres suecos de mediana edad, informó Reuters.

Las alteraciones en el sistema nervioso humano, o el estrés, pueden hacer que la grasa se concentre alrededor del abdomen, aumentando el riesgo de desarrollar **diabetes** y cardiopatías, según un estudio del hospital universitario de Gothenburg, en Suecia.

Se estima que una quinta parte de los ciudadanos del mundo occidental padece **diabetes** o enfermedades cardiovasculares.

'Nuestro sistema se desarrolló para que el hombre de la edad de piedra pudiera lidiar con períodos de tensión breve, preparándolo para huir o luchar. Pero en el mundo civilizado actual, el estrés es distinto. Uno no le cae a golpes al jefe o huye de las instituciones hipotecarias', declaró el médico Thomas Ljung, director del estudio.

Cuando el cuerpo se halla bajo el efecto del estrés libera demasiada cantidad de una hormona que estimula la acumulación de grasa. Esta enzima es captada por el abdomen con mayor facilidad que otras partes del cuerpo. Después de un período prolongado de estrés el exceso de hormona se reduce, pero la grasa permanece.