

CHƠI VỚI NGƯỜI BÉO CŨNG DỄ BỊ BÉO

Con người bị ảnh hưởng một cách vô thức bởi cân nặng của những người sống quanh mình. Điều đó có nghĩa là có nhiều bạn béo phì xung quanh cũng khiến bạn dễ dàng tăng cân.

Ảnh: news.com.au

Con người bị ảnh hưởng một cách vô thức bởi cân nặng của những người sống quanh mình. Điều đó có nghĩa là có nhiều bạn béo phì xung quanh cũng khiến bạn dễ dàng tăng cân.

Ảnh: news.com.au.

Các chuyên gia cho biết người châu Âu thường xác định mình có thừa cân hay không bằng cách so sánh với những người xung quanh, chứ không phải dựa vào chỉ số BMI. Nếu bạn bè của họ đều béo phì thì họ sẽ cho đó là điều bình thường, và cũng trở nên thừa cân.

Các nhà nghiên cứu đã phân tích dữ liệu từ 27.000 người châu Âu tại 29 quốc gia và nhận thấy chưa tới 1/3 đàn ông tự cho rằng mình thừa cân.

Giáo sư Andrew Oswald tại Đại học Warwick, Anh, nói: "Con người thường so sánh mình với những người xung quanh mà nhiều khi không hay biết về điều đó".

Nếu tình trạng béo phì gia tăng và chúng ta đều mặc nhiên sao chép hình tượng đó thì cuối cùng sẽ phải đối mặt với những tình trạng sức khỏe nguy hiểm. Vì vậy cần phải gia tăng nhận thức của mọi người đối với vấn nạn béo phì đang ngày càng nghiêm trọng trên toàn cầu.

