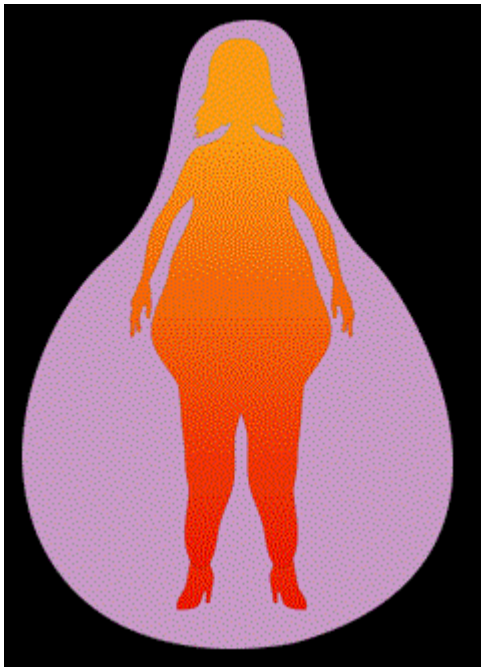


Οι εποχές αλλάζουν το σχήμα και τη μορφή του σώματός μας

Οι εποχιακές αλλαγές αναγκάζουν το λίπος να μετατοπιστεί σε συγκεκριμένες θέσεις στο σώμα μας, γεγονός που αλλάζει τη μορφή μας αρκετές φορές κατά τη διάρκεια ενός έτους, σύμφωνα με μια νέα μελέτη. Η ποικιλία στα επίπεδα τεστοστερόνης οδηγούν σε αλλαγές του σχήματός μας, υποστηρίζει η μελέτη που δημοσιεύεται στην επιστημονική επιθεώρηση *Psychoneuroendocrinology*. Η ορμόνη, που συχνά συσχετίζεται με τη μυϊκή δύναμη και την επιθετικότητα, μεταβάλλεται κατά τη διάρκεια των εποχών τόσο σε άνδρες όσο και στις γυναίκες. Οι συνηθέστερες αλλαγές εμφανίζονται γύρω από τη μέση και τη περιοχή των ισχίων. Όταν τα επίπεδα τεστοστερόνης αυξάνονται, οι γυναίκες έχουν λιγότερες καμπύλες και το λίπος μετατοπίζεται προς τη μέση. Άλλη έρευνα έχει καταλήξει στο συμπέρασμα πως το αντίθετο συμβαίνει, όταν μειώνονται τα επίπεδα τεστοστερόνης, σε άτομα που έχουν περισσότερο λίπος στην κοιλιακή τους περιοχή.



Οι επιστήμονες εξέτασαν τις εποχιακές διακυμάνσεις της τεστοστερόνης στο σάλιο 220 γυναικών και 127 ανδρών. Μέτρησαν επίσης τη μέση και τα ισχία κατά τη διάρκεια των εποχών, των γυναικών που συμμετείχαν στη μελέτη. "Διαπιστώσαμε ότι η τεστοστερόνη των γυναικών και των ανδρών είναι υψηλότερη το φθινόπωρο", λέει ο Σαρί Βαν Άντερς, διδακτορικός φοιτητής στο πανεπιστήμιο Σίμον Φράσερ του Καναδά, που ήταν και επικεφαλής της μελέτης. "Επίσης, η αναλογία μέσης - ισχίων των γυναικών (δηλ, πόσο μεγάλη είναι η μέση σχετικά με τα ισχία) είναι η μεγαλύτερη κατά τη διάρκεια του φθινοπώρου, όπως επίσης και οι αποθέσεις του κοιλιακού λίπους, που καταγράφηκαν υψηλότερες για την ίδια εποχή", αναφέρει ο Βαν Άντερς.

Οι γυναίκες είχαν επίσης υψηλά επίπεδα τεστοστερόνης το καλοκαίρι. Οι άνδρες παρουσίαζαν χαμηλότερα επίπεδα τεστοστερόνης την άνοιξη. Ο Βαν Άντερς επισημαίνει: "αυτό φανερώνει πως το πρότυπο απόθεσης λίπους, κι όχι η συνολική ποσότητα λίπους, διαφέρει ανάλογα με την εποχή, με αποτέλεσμα στις γυναίκες περισσότερο λίπος να εμφανίζεται στην κεντρική περιοχή της μέσης κατά τη διάρκεια του φθινοπώρου". Η μελέτη προτείνει πως οι γυναίκες φαίνονται με περισσότερες καμπύλες κατά τη διάρκεια της άνοιξης και του χειμώνα. Και συνεχίζει: "οι άνδρες, φαίνονται πιο ανδροπρεπείς κατά τη διάρκεια της άνοιξης όταν η μέση και το μέγεθος των ισχίων γίνονται πιο ομοιόμορφα και λιγότερο θηλυκά. Ενώ δεν εξετάσαμε αυτή την εκδοχή, πλήθος βιβλιογραφικών αναφορών έχει διαπιστώσει ότι στις δυτικές κοινωνίες οι άνδρες βρίσκουν ελκυστικότερες τις μικρότερες γυναικείες αναλογίες μέσης - ισχίων. Επίσης, σημαντικός αριθμός ερευνών διαπιστώνει ότι οι μικρότερες αναλογίες μέσης - ισχίων συνδέονται με καλύτερες παραμέτρους γονιμότητας και υγείας. Έτσι εξηγείται γιατί οι γυναίκες εμφανίζονται λιγότερο ελκυστικές το

φθινόπωρο". Οι ερευνητές δεν γνωρίζουν εάν οι αλλαγές είναι ορατές συνειδητά ή υποσυνείδητα, δεδομένου ότι εμφανίζονται βαθμιαία με την πάροδο του χρόνου και δεν προκαλούν εντυπωσιακές αλλαγές στην εμφάνιση.

Ο Ράντι Νέλσον, καθηγητής ψυχολογίας και νευρολογίας στο πολιτειακό πανεπιστήμιο του Οχάιο, και ένας από τους διεθνώς αναγνωρισμένους εμπειρογνώμονες σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο οι εποχές επηρεάζουν τους ανθρώπους και τα ζώα, λέει πως "η μελέτη προσφέρει νέα και σημαντικά ευρήματα. Έχουν υπάρξει προηγούμενες αναφορές για τις εποχιακές αλλαγές των ορμονών στους ανθρώπους, συμπεριλαμβανομένης της τεστοστερόνης, καθώς επίσης και εποχιακές επιρροές στο συγχρονισμό της γονιμοποίησης. Πριν από 6 χρόνια, ένας δικός μου μεταπτυχιακός φοιτητής απόδειξε ακόμη και εποχιακές αλλαγές στη γνωστική απόδοση των ανθρώπων!". Οι επιστήμονες δεν είναι απολύτως βέβαιοι γιατί παρατηρούνται αυτές οι αλλαγές στη μορφή των σωμάτων. Ο Βαν Άντερς θεωρεί πως οι αλλαγές ίσως είναι "υποπροϊόντα της εποχιακής αλλαγής της τεστοστερόνης, που πραγματοποιείται για λόγους όπως η υγεία, η λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, η γονιμότητα, η συμπεριφορά και που είναι ανεξάρτητοι από την αναλογία μέσης - ισχίων".

<http://www.sciencenews.gr/index.php/Ιατρική/20-Επιστημονικές-Ειδήσεις/27-Οι-εποχές-αλλάζουν-το-σχήμα-και-τη-μορφή-του-σώματός-μας>

ΚΑΡΑΜΗΤΡΟΥ ΜΑΡΙΑ Β4, 2013-14