

Wyzwania badawcze dla antropologii biologicznej

# Nasza kondycja

ANNA ZIOMKIEWICZ-WICHARY

SŁAWOMIR KOZIEŁ

ALICJA SZKLARSKA

ANNA LIPOWICZ

Zakład Antropologii, Wrocław

Polska Akademia Nauk

annaz@antro.pan.wroc.pl

slawek@antro.pan.wroc.pl

alicja.szklarska@antro.wroc.pl

anna.lipowicz@antro.wroc.pl

**Zmiany zachodzące w społeczeństwie trudno badać. Konieczne są należyta ostrożność w stawianiu tez i cierpliwość – rysujące się tendencje widać dopiero z perspektywy dłuższego czasu. Co obecnie niepokoi antropologów?**

Zmiany, które nastąpiły w Polsce na przełomie lat 80. i 90., nosiły wszelkie znamiona wielkiej rewolucji społecznej: były raptowne i polegały na obaleniu dotychczasowego ustroju politycznego i ekonomicznego. Wprowadzenie

gospodarki wolnorynkowej zaczęło w różnym stopniu i w różnych kierunkach zmieniać sytuację ekonomiczną i warunki bytowe polskiego społeczeństwa. Odbiło się również na jego kondycji fizycznej.

## Stres kobiety

Realizacja kariery zawodowej, ciągła gotowość do wypełniania zadań narzucanych przez pracodawców oraz wszechobecna konkurencja obfituje w stresujące sytuacje, a brak czasu utrudnia wypracowanie metod radzenia sobie z tym problemem. Dlatego stres psychologiczny coraz częściej wymieniany jest jako czynnik ryzyka w etiologii wielu chorób, u kobiet między innymi bezpłodności i nowotworu sutka. O tym, jak ważne są badania wpływu stresu na poziom decydujących o płodności hormonów, świadczą liczby. Bieźpłodność jest poważnym problemem krajów UE: w Polsce dotyczy około 20% par małżeńskich, w krajach Unii Europejskiej – od 14,8% (Włochy) do 26,6% (Niemcy) par.

Na raka sutka w naszej części Europy umiera coraz więcej kobiet, mimo że w krajach Europy Zachodniej



Bartek Bobkowski / Agencja Gazeta

**Prawdziwa epidemia otyłości, niestety, nie ominęła naszego kraju, choć Polacy znajdują się w środku stawki w konkursie na najgrubszy naród w Europie**



w ciągu ostatnich 15 lat umieralność z tego powodu maleje. Choć rola estrogenów i progesteronu w rozwoju nowotworów gruczołu sutkowego jest stosunkowo dobrze znana, wciąż nie jest jasne, jaki udział w tym procesie ma stres. Z jednej strony może obniżać wydzielanie takich hormonów jak estradiol czy progesteron, hamując oddziaływanie między podwzgórzem a przysadką i nadnerczami, a dzięki temu obniżyć ryzyko zachorowania. Z drugiej strony stres upośledza funkcje immunologiczne, przez co ryzyko rozwoju choroby jest większe.

### Hamowanie na oleju

Gwałtowny przyrost liczby osób otyłych przybiera w niektórych krajach rozwiniętych formę „epidemii”, która zaczęła się w latach 60. u dorosłych i, co bardziej niepokojąco, w latach 80. u dzieci. Według danych zebranych przez *International Obesity Task Force* (IOTF) wśród krajów europejskich nadwaga i otyłość u dorosłych (BMI>25,0) występuje u ponad 75% Niemców i u 73% Greków, ale tylko u 45% Estończyków. Polska z 56% u mężczyzn i 48% u kobiet uchodzi za kraj przeciętny pod tym względem. Wśród młodzieży między 14. a 17. rokiem życia prym wiodą nastolatki hiszpańskie (40%) i angielskie (38%), wśród dziewcząt – Irlandki (26%) i Włoszki (23%). Także w tej kategorii wiekowej Polacy plasują się w środku tabeli. Ponieważ skłonność do otyłości silnie zależy od wieku, można oczekiwać, że za kilkanaście lat liczby te się podwoją.

Tendencje wzrostowe obserwuje się już od kilku pokoleń. Okres ten jest zbyt krótki, by zaszły znaczące zmiany puli genowej populacji sprzyjającej rozwojowi otyłości. Główne czynniki wywołujące epidemię otyłości znajdują się zatem w otaczającym nas środowisku. Są to przede wszystkim „siedzący” tryb życia oraz wysokotłuszczowa i wysokowęglowodanowa dieta. Wykazano między innymi, że każda godzina spędzona codziennie przed telewizorem podnosi o 12% ryzyko rozwoju otyłości. Trend ten wzmacnia dodatkowo łatwy dostęp do słodzonych napojów chłodzących oraz mnogość barów typu *fast food*, serwujących posiłki wysokokaloryczne, bogate w nasycone kwasy „trans”, a ubogie w błonnik. Obliczono, że każde dodatkowe 130 kcal ponad zrównoważony dzienny bilans energetyczny powoduje przyrost masy ciała o 50 kg w ciągu 10 lat.

Walka z otyłością w „otyłościogennym” (ang. *obesogenic*) środowisku krajów rozwiniętych jest istotnym wyzwaniem dla epidemiologów i biologów. Najważniejsza jest identyfikacja głównych czynników wpływających na wzrost otluszczenia, ustalenie stopnia ich synergistycznego oddziaływania i opracowanie programu do zminimalizowania ich efektu. Istotną rolę antropologa może być w tym przypadku badanie tempa magazynowania, dystrybucji i przyrostu ilości tkanki tłuszczowej w rozwoju człowieka. Trzeba podkreślić, że nawet zdecydowane przeciwdziałanie czynnikom powodującym otyłość nie przyniesie, niestety, natychmiastowego spadku jej występowania. To



**Bezpłodność dotyka w Polsce już 20% par.**  
Jednym z czynników, które za to odpowiadają, może być stres

tak, jakby rozpędzony samochód próbował hamować na jezdni polanej olejem.

### Lepszy od ojca?

Międzypokoleniowa mobilność społeczna to termin, który oznacza zmianę statusu społeczno-ekonomicznego mierzonego wykształceniem dzieci w stosunku do wykształcenia rodziców. Nie do końca wiadomo, jak wpływa ona na ogólny stan zdrowia. Celem badań prowadzonych w Zakładzie Antropologii było oszacowanie wpływu społecznej ruchliwości na ryzyko choroby wieńcowej serca (CHD, ang. *coronary heart disease*) u osób w średnim wieku w Polsce. Ryzyko CHD było określane na podstawie sześciu parametrów: wieku, poziomu cholesterolu LDL i HDL, ciśnienia krwi, stężenia glukozy i palenia papierosów. Stwierdziliśmy, że u mężczyzn zmiana statusu społecznego (mierzonego wykształceniem badanego w stosunku do wykształcenia jego rodziców) istotnie zmniejsza ryzyko wystąpienia CHD. Ten korzystny efekt był szczególnie widoczny u mężczyzn, którzy poprawili swoją pozycję społeczną w porównaniu z ojcem. Wśród kobiet nie zauważono podobnych zależności.

Badania wykonywane na styku wielu nauk, w których udział mają również antropolodzy, są niewątpliwie niełatwe do wykonania. A scharakteryzowanie niekorzystnych tendencji zachodzących w polskim społeczeństwie zdefiniuje prawdziwe wyzwania: jak problemy te rozwiązać. ■

### Chcesz wiedzieć więcej?

- Lovallo W.R. (2005). *Stress and Health: Biological and Psychological Interaction*. Sage Publications, Inc.
- Ebbeling C.B., Pawlak D.B., Ludwig D.S. (2002). Childhood obesity: public-health crisis, common sense cure. *The Lancet*, 360, 473-482.
- Szklarska A., Koział S., Bielicki T., Malina R.M. (2007). Influence of height on attained level of education in males of 19 years of age. *Journal of Biosocial Science*, 39(4), 575-582.