

## Mollige weetjes

### Mannen die honger hebben, willen het liefst een mollige vrouw

Bij een restaurant aan de Franse kust heeft een dame consequent aan mannen gevraagd hoeveel honger ze hadden. Daarnaast werd aan de hand van foto's gevraagd te kiezen welke bikini-vrouw ze het meest aantrekkelijk vonden: zeer slank, gemiddeld of extra mollig. Dit is bevestigd voordat mannen het restaurant in gingen en ook aan mannen die eruit kwamen. Het resultaat? Inderdaad, de hongerige man kiest liever een mollige vrouw. De oorzaak zou "resource security" zijn: meer zekerheid bij schaarste. <http://psycnet.apa.org/buy/2010-01934-003>  
Bij vrouwen schijnt dat ook een keer onderzocht te zijn maar dat leverde niets op.



### Te veel mollenheid betekent een korter leven

Mensen van 18 tot 25 jaar vinden te veel vet wel vervelend maar 80 % van hen vindt zichzelf gezond of zeer gezond. Statistisch benaderd leveren juist jonge vrouwen de meeste jaren in.



Gemiddeld leven ze korter vanwege het feit dat ze eerder hartziekten, diabetes en kanker krijgen. Finse onderzoekers hebben met een groot onderzoek (genetisch en biochemisch) aangetoond dat er een oorzakelijk verband is.

Wat betreft kanker wordt in de Lancet een schatting gedaan dat 3 tot 6% van nieuwe tumoren een verband heeft met de hoge BMI. Genoemd worden dikke darmkanker, baarmoederkanker en na de menopauze ook borstkanker.

<http://www.thelancet.com/journals/lanonc/article/PIIS1470-2045%2814%2971123-4/abstract>

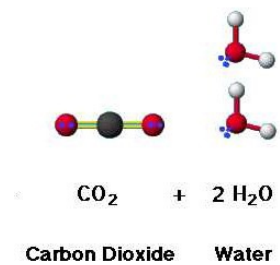
### Ga je lijnen dan adem je je overgewicht uit

Wat gebeurt er bij een caloriebeperkt dieet? Er moet 29 kg zuurstof ingeademd worden om 10 kg vet volledig te oxideren. Daarbij wordt 28 kg CO<sub>2</sub> en 11 kg water geproduceerd. Meerman en Brown, twee Australische onderzoekers, zeiden hierover dat ze het pad van elke atoom die het lichaam verlaat, hadden nagetrokken om tot deze bevinding te komen.

<http://www.bmj.com/content/349/bmj.g7257/rapid-responses>

<http://www.washingtonpost.com/news/to-your-health/wp/2014/12/16/where-does-the-fat-go-when-you-lose-it-hint-the-fat-fairy-is-not-involved/>.

Afvallen door te sporten gaat wat sneller, omdat je dan sneller ademt en meer CO<sub>2</sub> afblaast. Maar zoals bekend: spierweefsel is zwaarder dan vetweefsel. Meer dan de helft van 150 huisartsen en diëtisten meende dat bij lijnen het vet verdwijnt als energie en hitte.



16<sup>e</sup> jaargang, nummer 2, Febr. 2015