

Riscul de formare a cheagurilor de sânge crește odată cu perioada de timp petrecută în fața televizorului, chiar și dacă persoanele respective efectuează cantitatea recomandată de activitate fizică, informează luni Xinhua citând rezultatele unui studiu preliminar prezentat duminică în cadrul Sesiunii Științifice din 2017 organizată de Asociația Americană a Inimii (AHA) în Anaheim, California, Statele Unite.

"Privitul timp îndelungat la televizor nu este neapărat un lucru rău, însă avem tendința de a consuma gustări și de a sta nemișcați perioade de timp îndelungate în timp ce ne uităm (la TV)", a declarat în cadrul unui comunicat de presă Mary Cushman, coautoare a studiului și profesoară de medicină la Facultatea de Medicină Larner a Universității Vermont din Burlington.

Potrivit estimărilor, între 300.000 și 600.000 de persoane din Statele Unite dezvoltă anual tromboembolism venos, acest fiind cel mai răspândit diagnostic vascular după infarct sau accident vascular cerebral.

Potrivit unor studii anterioare, privitul timp îndelungat la televizor a fost asociat cu probleme cardiace printre care se numără și înfundarea arterelor. Însă, conform cercetătorilor, acesta este primul studiu efectuat pe un grup de populație din vest ce analizează cheagurile de sânge formate la nivelul venelor din zona picioarelor, a mâinilor, pelvisului și plămânilor, cunoscut sub numele de tromboembolism venos sau TEV.

Printre cei 15.158 de participanți de vârstă medie — 45-64 de ani — din cadrul Studiului privind riscul de ateroscleroză în cadrul comunităților, oamenii de știință au descoperit că riscul de apariție a TEV pentru prima dată era de 1,7 ori mai mare la persoanele care au declarat că se uitau la televizor "foarte des" în comparație cu cele care spus că nu se uitau la televizor sau o făceau "rar".

"Se poate amplasa o bandă de alergare sau o bicicletă staționară în fața televizorului și se poate face mișcare în timp ce se privește (la ecran). Sau se poate amâna privitul la televizor 30 de minute cât timp se face o plimbare. Dacă cineva trebuie să urmărească emisiunea preferată aceasta poate fi înregistrată cât este afară și se plimbă și se poate uita mai târziu, trecând peste reclame", a declarat Cushman, care este totodată directoarea Programului de Tromboză și Hemostază din cadrul facultății amintite.

Alături de evitarea privitului timp îndelungat la televizor se poate scădea riscul de TEV prin menținerea unei greutăți sănătoase și prin menținerea unei vieți active, mai sfătuiesc cercetătorii.

Conform Centrului american pentru Controlul și Prevenirea Bolilor (CDC), circa 900.000 de persoane din Statele Unite (1-2 la 1.000 de persoane) ar putea fi afectate anual de TEV.

Sesiunea Științifică din 2017 organizată de AHA a atras aproape 18.000 de participanți din peste o sută de țări, precizează sursa citată.

AGERPRES