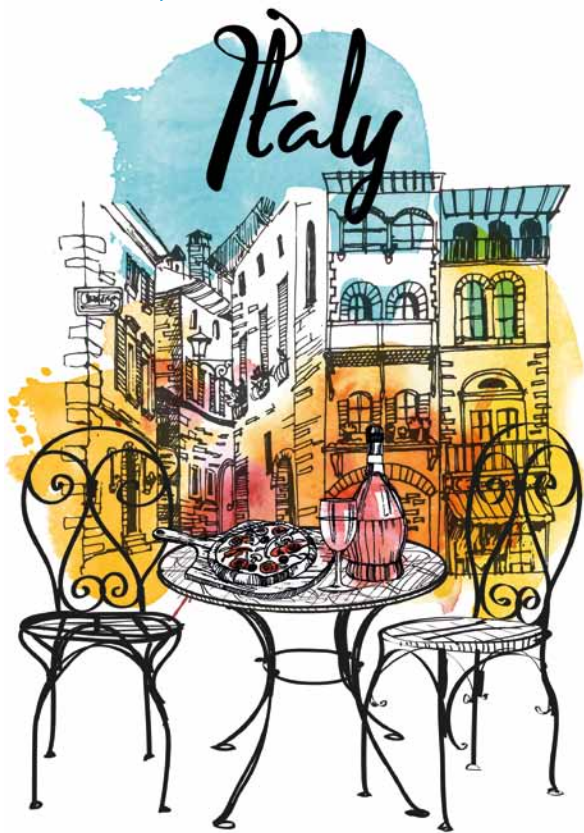


Czy wiesz, że...



MADE IN... ITALY!

Bloomberg Global Health Index to ranking najzdrowszych krajów świata. W tegorocznej edycji, spośród 163 państw I miejsce na podium zajęły... Włochy! Kraje zostały ocenione według takich kryteriów jak: długość życia, przyczyny śmierci, poziom ciśnienia, dostęp do czystej wody, stan niedożywienia czy nikotynizm. Włochy uplasowały się tak wysoko w dużej mierze z powodu diety bogatej w warzywa i oliwę z oliwek. Włosi mają także niższe ciśnienie krwi oraz lepsze zdrowie psychiczne niż przedstawiciele innych narodów. Ponadto mówi się, że w tym kraju występuje nadmiar lekarzy. Zaraz po nich kolejne miejsca zajęły Islandia, Szwajcaria, Singapur i Australia. Polska w tym rankingu zajęła dopiero 39 miejsce.

Źródło: www.bloomberg.com

NAPOJE SŁODZONE CORAZ BARDZIEJ DOSTĘPNE

W czasopiśmie *Preventing Chronic Disease* opublikowano szeroko zakrojone badania prowadzone na przestrzeni lat 1990-2016 dotyczące analizy cen napojów słodzonych. Badanie obejmowało aż 82 kraje. Jako analizowany przykład służyła Coca-Cola będąca najbardziej znanym produktem tego rodzaju, powszechnym na całym świecie. Okazało się, że na przestrzeni lat ceny spadły średnio aż w 56 z 82 krajów. Uogólniając każda osoba w 2016 roku mogła kupić o 71% więcej napojów słodzonych niż w 1990. W krajach rozwijających się odsetek ten sięgał aż 89%! Nie jest to związane wyłącznie z rozwojem gospodarczym poszczególnych państw i lepszą sytuacją ekonomiczną, ale przede wszystkim z polityką cenową. Dodatkowo po przeanalizowaniu cen wody butelkowanej okazało się, że zazwyczaj jest droższa i trudniej dostępna od słodzonych napojów. Skutkiem jest stale rosnąca konsumpcja takich towarów i epidemia nadwagi.

Źródło: www.medicalnewstoday.com





UŚMIECH POSTARZA?

Badania przeprowadzone przez Brain and Mind Institute wykazały zadziwiającą zależność. Otóż gdy uczestnikom badań przedstawiono portrety osób uśmiechniętych, ocenili ich jako najstarszych, natomiast zdziwione twarze postrzegane były jako najmłodsze. Co ciekawe, uczestnicy błędnie przyznawali, że zidentyfikowali uśmiechniętych ludzi jako najmłodszych, byli zupełnie nieświadomi swojego postrzegania, które sprzeczne było z rzeczywistymi przekonaniem. Przypuszcza się, że wynika to z faktu nasilenia występowania zmarszczek w czasie uśmiechu i ich wygładzenia w czasie zaskoczenia.

Źródło: www.sciencedaily.com

FAST FOODOWE LOVE

Najnowsze badania wykazały, że status ekonomiczny nie jest czynnikiem wpływającym na konsumpcję fast foodów. Ludzie zamożniejsi pomimo faktu, że mają większe możliwości wyboru, wcale nie powstrzymują się od jadaenia w barach szybkiej obsługi. Wyniki porównywano zestawiając odpowiedzi dotyczące wizyt w tego typu lokalach z odpowiedziami na temat statusu materialnego. Wyniki były zaskakująco podobne niezależnie od sytuacji finansowej. Co ciekawe, nawet jej zmiana - zarówno poprawa dobrobytu jak i dramatyczne pogorszenie finansów - nie wpływały na zmianę nawyków żywieniowych. Czynnikiem decydującym o wyborze fast foodu na posiłek był przede wszystkim brak czasu. Badania zostały opublikowane w czasopiśmie *Economics and Human Biology*.

Źródło: www.sciencedirect.com

