

Indagine "Vivere in Svizzera": e-newsletter, aprile 2023

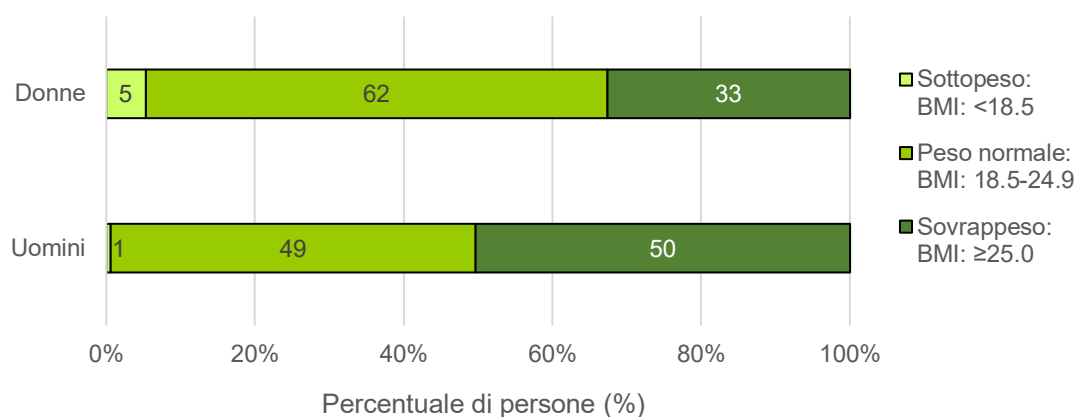
Le persone basse hanno più difficoltà ad avere un peso normale

L'obesità è una delle principali cause di malattie croniche e altri problemi di salute. L'aumento globale dell'obesità si spiega principalmente con lo stile di vita: cattive abitudini alimentari e mancanza di attività fisica. Ma è indubbio che anche i fattori genetici, biologici e psicosociali contribuiscono all'obesità. Anche l'altezza sembra avere un ruolo, come dimostra una nuova ricerca condotta in Svizzera.

Marc Rickenbacher dell'Istituto di Medicina Evolutiva dell'Università di Zurigo e il suo team hanno analizzato i dati dell'indagine "Vivere in Svizzera" per determinare l'influenza dell'altezza sull'indice di massa corporea (BMI). L'indice di massa corporea è una misura che tiene conto del peso di una persona e della sua altezza.

Come mostra il grafico sottostante, l'obesità è diffusa anche in Svizzera. Gli uomini sono chiaramente più colpiti dal sovrappeso. Le donne, invece, rischiano di esser piuttosto sottopeso.

Proporzione delle persone sottopeso, sovrappeso e peso normale



I ricercatori hanno scoperto un legame tra altezza e peso: più le persone sono alte, meno hanno probabilità di essere in sovrappeso. Questo legame sembra essere più evidente per le donne. Le donne di bassa statura sono quindi particolarmente a rischio di sovrappeso. Questo effetto è indipendente da fattori come l'età, l'istruzione o la nazionalità, che già è risaputo influenzano il peso, ed è evidente anche per altre caratteristiche del sovrappeso (ad esempio il rapporto tra circonferenza vita e circonferenza fianchi).

Le ragioni di questo legame sono solo parzialmente note e comprese. Si presume che le differenze nelle proporzioni corporee o della lunghezza delle gambe giochino un ruolo. Inoltre, è stato osservato che una scarsa crescita nella prima infanzia sembra alterare l'appetito e la fame, portando a un aumento del peso corporeo in seguito.

Ciò che è interessante notare, è che alla fine del XIX secolo la relazione tra altezza e peso era esattamente l'opposto: le persone più basse erano anche più magre. A quel tempo, la mancanza di cibo limitava sia la crescita corporea che il peso. L'aumento del benessere all'inizio del XX secolo ha invertito questa relazione, cambiando completamente il nostro rapporto con il cibo.

In che modo i nostri fratelli e sorelle influenzano la nostra vita?

La nostra personalità gioca un ruolo importante nel nostro stile di vita, nella nostra salute, nelle nostre relazioni, ma anche nella nostra situazione finanziaria. La nostra personalità è da un lato plasmata dai nostri geni, e dall'altro dall'infanzia e dall'ambiente che ci circonda. Ma che ruolo hanno i nostri fratelli e le nostre sorelle in questo processo?

Un gruppo interdisciplinare di ricercatori internazionali (economia e psicologia) provenienti da Nuova Zelanda, Svizzera e Germania ha analizzato la questione dell'influenza del genere dei nostri fratelli sullo sviluppo della nostra personalità. A tal fine, hanno confrontato i dati dell'indagine "Vivere in Svizzera" con altre undici serie di dati provenienti da Stati Uniti, Gran Bretagna, Paesi Bassi, Germania, Australia, Messico, Cina e Indonesia.

In tutti i Paesi, i risultati sono chiari: il sesso del fratello o della sorella più vicino/a per età ha una scarsa influenza sui tratti della personalità quali la coscienziosità, l'estroversione, la tolleranza, l'apertura, il nevroticismo, la tolleranza al rischio, l'affidabilità o la pazienza. E pure il numero di fratelli o sorelle è irrilevante.

Se, in base a questo studio, il sesso dei fratelli e delle sorelle ha una scarsa influenza sulla nostra personalità, i fratelli e le sorelle hanno invece una grande influenza su altri aspetti della nostra vita. La ricerca ha rivelato una realtà complessa. Ad esempio, le donne con fratelli hanno meno probabilità di lavorare in professioni a prevalenza maschile e tendono a guadagnare meno delle donne senza fratelli. Questi risultati possono essere spiegati dal fatto che i fratelli e le sorelle del sesso opposto si distinguono di più dall'altro sesso. Ciò non significa che le relazioni tra fratelli siano meno strette, ma in alcuni casi le ragazze con fratelli e i ragazzi con sorelle si adattano particolarmente bene agli stereotipi di genere abituali, il che tende a riflettersi in ultima analisi nei loro percorsi di vita.

Altri studi hanno dimostrato che fratelli e sorelle possono anche imparare l'uno dall'altro e ispirarsi mutualmente dai loro comportamenti. Se si ha un fratello o una sorella di sesso opposto, è più probabile che si adottino i comportamenti dell'altro sesso, cioè che si abbiano meno stereotipi di genere rispetto ai fratelli dello stesso sesso. Le ricerche hanno dimostrato, ad esempio, che i ragazzi che hanno sorelle minori sembrano essere più empatici di quelli che non hanno sorelle.

Sulla base di questa ricerca, sembra innegabile che avere fratelli e sorelle plasmi la nostra vita. Tuttavia, questa influenza può assumere molte forme diverse.



Referenza : Dudek, Thomas et al. (2022). No Evidence That Siblings' Gender Affects Personality Across Nine Countries. *Psychological Science*, Vol. 33(9), 1574-1587. DOI: <https://doi.org/10.1177/09567976221094630>.