

تعريف جديد للسمنة يهـمـش مؤشـر كتلة الجسم والهدف هو التركيز على الصحة -مقاربة جديدة لتشخيص السمنة تأخذ في الاعتبار مدى تأثير دهون الجسم الزائدة في الجسم.



الأساليب الحالية لتشخيص السمنة لا تأخذ في الاعتبار مدى تعقيد حالة السمنة.

في وسط الضجة المرتفعة حول دواء أوزمبيك (1، 2) Ozempic وأدوية إنقاص وزن الجسم المماثلة، مجموعة من 58 باحثًا طعنوا في صحة طريقة تعريف السمنة (أو البدانة) (3) وتشخيصها، بحجة أن الأساليب الحالية فشلت في فهم مدى تعقيد حالة السمنة. وطرحوا، بدلًا من ذلك، مقارنة أكثر دقة من المقارنة السابقة.

التعريف الجديد للسمنة الذي طرحته مجموعة من باحثين بعد تنقيحهم له، والذي نُشر في مجلة لانسيت للسكري والغدد الصماء (4) في 14 يناير 2025، يركز على مدى تأثير دهون الجسم الزائدة في الجسم، وهو مقياس يسمى مؤشر السمنة (5) في الجسم، بدلًا من الاعتماد فقط على مؤشر كتلة الجسم (6، 7) (BMI)، الذي يربط وزن الشخص بطول قامته. اقترحت مجموعة الباحثين هذه صنفين من السمنة: سمنة بدون أعراض، عندما يكون لدى الشخص دهون جسم زائدة، ولكن أعضائه تعمل بشكل طبيعي، وسمنة بأعراض، عندما تضر الدهون الزائدة بأعضاء الجسم وأنسجته.

تقول إليزابيث فان روسوم Rossum van Elisabeth، اختصاصية الغدد الصماء في المركز الطبي بجامعة إيراسموس روتردام بهولندا، إن هذا التحول في كيفية تعريف السمنة قد يحسن من مستوى الرعاية السريرية، وسياسات الصحة العامة (8) (الوقاية من الأمراض والسيطرة عليها)، والمواقف المجتمعية تجاه السمنة [المواقف المجتمعية هي المعتقدات أو القناعات والقيم والأعراف المشتركة التي تشكل وجهات نظر وسلوكيات الناس داخل المجتمع (9)].

تقول فان روسوم، التي لم تشارك في الدراسة: "الفكرة هي الآن: قلل من مدخول الطعام، وتحرك أكثر، وسوف تفقد من وزن جسمك". وتضيف أنه بالرغم من أهمية اتباع أسلوب حياة صحي، إلا أنه "لو كان الأمر بهذه البساطة، لما كان لدينا وباء سمنة (10)، وهذه الورقة تمثل مساهمة ممتازة في مناقشة تعقيد السمنة."

السمنة مشكلة عالمية

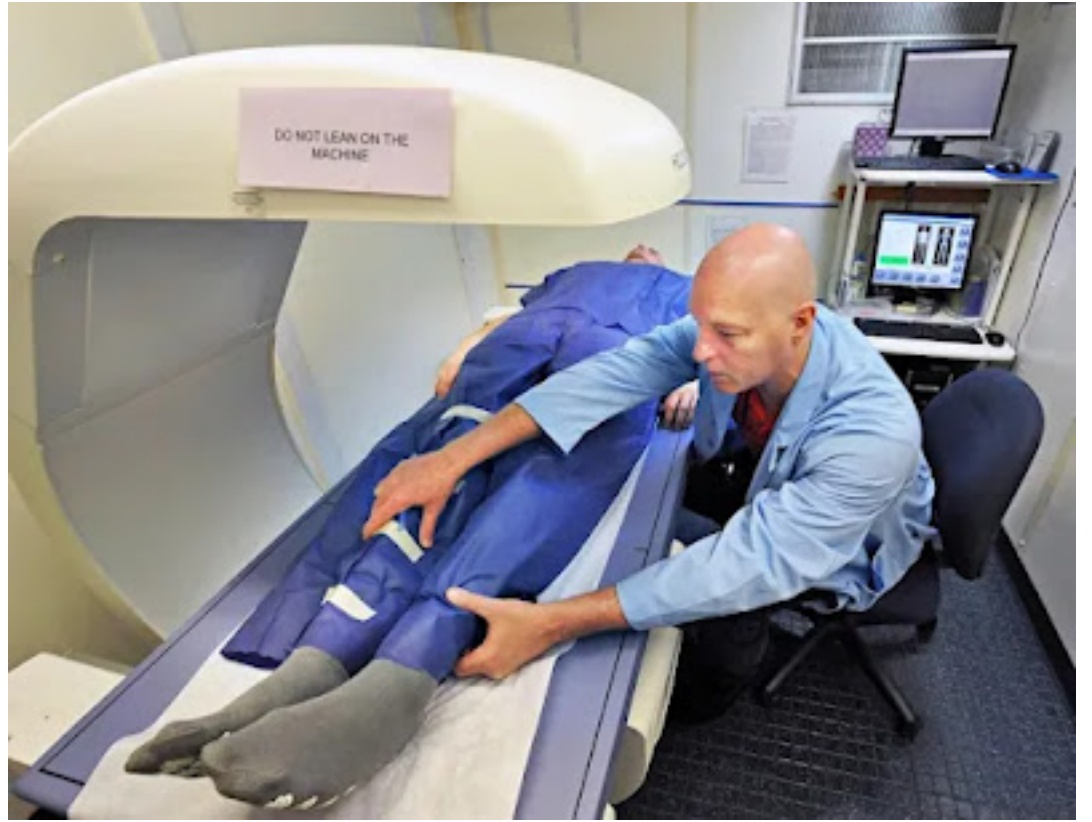
يعاني أكثر من مليار شخص في جميع أنحاء العالم من السمنة، وترتبط هذه الحالة بحوالي 5 مليون حالة وفاة سنويًا (11) بسبب أمراض، كمرض السكري (12) وأمراض القلب والأوعية الدموية (13).

نظرًا لسهولة القياس والمقارنة، فقد استُخدم مؤشر كتلة الجسم منذ فترة طويلة كأداة لتشخيص السمنة. لكنه لا يقدم صورة كاملة عن صحة الشخص، لأنه لا يأخذ في الاعتبار الاختلافات في مكونات الجسم، مثل العضلات مقابل الدهون.

بالنسبة للأشخاص من أصول أوروبية، السمنة تُعرّف عادةً بمؤشر كتلة جسم (5) يبلغ أو أعلى من 30، والذي يتلزم

مع مستوى عالٍ من نسبة الدهون في الجسم. بيد أنه قد يوصف رياضي عضلي بالسمنة على أساس مؤشر كتلة جسمه، في حين أن الشخص الذي قد يكون لديه مؤشر كتلة جسم "طبيعي" قد يكون لديه دهون زائدة ترفع من احتمال إصابته بمشكلات في القلب أو غيرها من المشكلات الصحية الخطيرة، كما يقول فرانيسكو روبينو Rubino Francesco، جراح السمنة في جامعة كينغز كوليدج، لندن، الذي قاد المجموعة التي اقترحت التعريف الجديد.

ويقول إن الطرق التقليدية تؤدي إلى علاج غير ضروري لبعض الأشخاص بينما تغفل آخرين ممن هم في حاجة فعلية لهذا العلاج. ولمعالجة هذه المشكلة، يقترح روبينو وزملاؤه نظامًا لتشخيص السمنة يتجاوز مؤشر كتلة الجسم، ومشفوءًا بطرق أخرى، مثل قياس محيط الخصر، وهو مؤشر للسمنة، أو فحص الجسم بالأشعة السينية منخفضة المستوى، والتي تقيس كتلة الدهون مباشرة.



تصوير الجسم بجهاز DEXA، الذي يستخدم جرعة منخفضة من الأشعة السينية، يستخدم لقياس نسبة الدهون في الجسم، لكنه قد يكون غير عملي أو مكلف للتشخيص الروتيني للسمنة.

بالرغم من عدم وجود عتبة ثابتة للسمنة، إلا أن دهون الجسم عادة ما تعتبر زائدة عندما تكون أعلى من 25% لدى

الرجال و30 إلى 38% لدى النساء. ويقول الباحثون إن قياس مؤشر السمنة (5) بشكل مباشر قد يكون غير عملي أو مكلف، لذا فإن العلامات الصحية البديلة مثل محيط الخصر أو نسبة محيط الخصر إلى محيط الورك (14) أو نسبة الخصر إلى طول القامة تعتبر مهمة. ومع ذلك، يضيف الباحثون، من لديه مؤشر كتلة جسم أعلى من 40 فمن المقبول أن يُفترض أن نسبة الدهون في جسمه عالية.

يقول المؤلف المشارك في الدراسة روبرت إيكل Eckel Robert، اختصاصي الغدد الصماء في كلية الطب بجامعة كولورادو في مدينة أرورا، إن تشخيص السمنة يجب أن يأخذ في الاعتبار أيضًا نتائج فحوصات المختبر المألوفة، والتاريخ الطبي، والمعلومات المتعلقة بالأنشطة اليومية لتقييم مدى تأثير دهون الجسم الزائدة في صحة الشخص. ويقول: "هذه معايير تشخيصية موضوعية، وهي موحدة في كل الأنظمة الصحية العالمية".

التقييمات الشخصية التي تأخذ في الاعتبار السن والجنس والعرق لها نفس القدر من الأهمية، لأن بعض المجموعات قد تواجه مخاطر صحية عند عتبة مؤشر كتلة الجسم أقل من غيرها، كما قالت لويز باور Baur Louise، المؤلف المشارك في الدراسة، وهي طبيب أطفال في جامعة سيدني بأستراليا.

مشروب كحولي واحد يوميًا كافٍ لزيادة خطر الإصابة بالسرطان - خبير في تأثير المشروبات الكحولية في الجسم يحلل تقريرًا جديدًا أصدرته الحكومة الأمريكية مؤخرًا

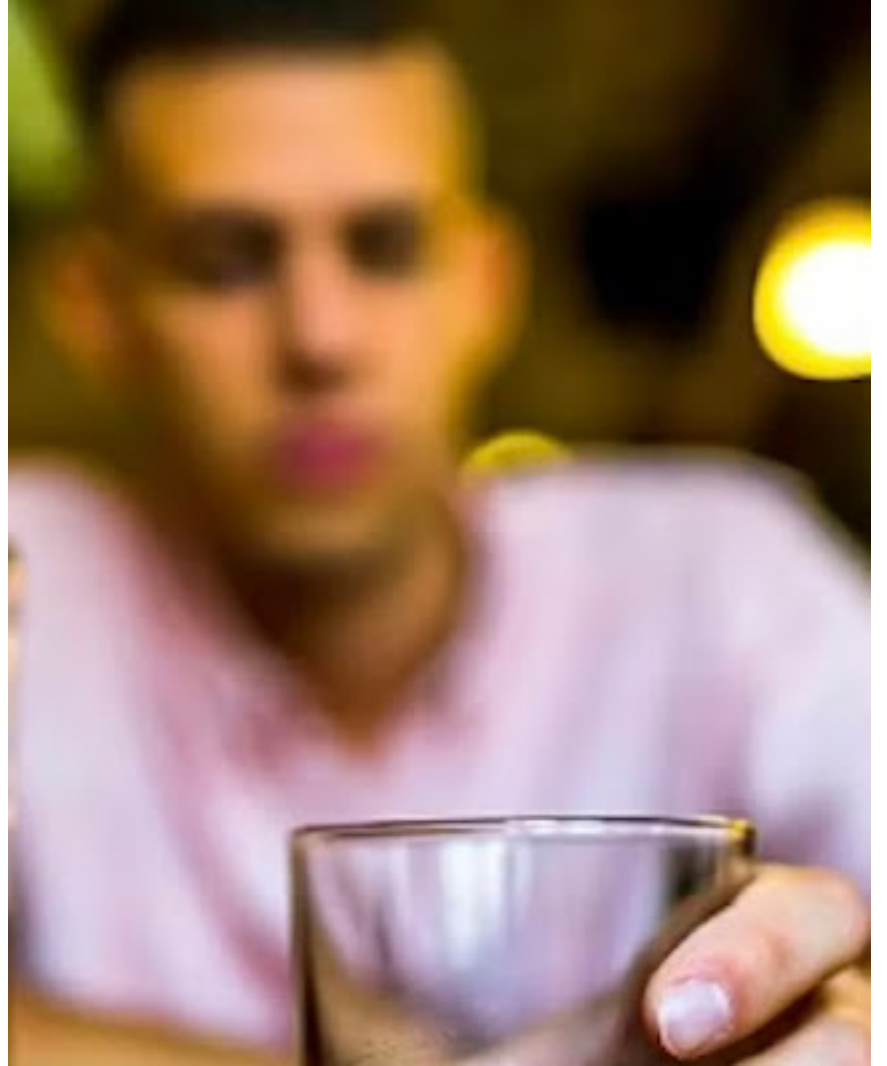
بقلم نيكي كراولي، أستاذ مساعد في علم الأحياء والهندسة الطبية الحيوية والصيدلانية، جامعة ولاية بنسلفانيا

المترجم: عدنان أحمد الحاجي

المقالة رقم 19 لسنة 2025

Even 1 drink a day elevates your cancer risk – an expert on how alcohol affects the body breaks down a new government report

January 10, 2025



الكثير من الناس يخصصون قرارًا من قرارات السنة الجديدة للحد من علاقتهم بتعاطي المسكرات الكحولية. المبادئ التوجيهية التي أصدرتها الحكومة الأمريكية مؤخرًا تحت الأميركيين على اعتبار "شهر يناير شهرًا جافًا" (خالٍ من المشروبات الكحولية) (1، 2).

على مدى العقود القليلة الماضية، أثبتت الأدلة العلمية المتزايدة أن تناول ما لا يقل عن مشروب إلى مشروبين (15 إلى 30 مل) من الكحول يوميًا يمكن أن يؤدي إلى زيادة في احتمالية الإصابة بأنواع عديدة من السرطان (3). وهذا ما دفع الجراح العام للولايات المتحدة الأمريكية، د. فيفيك مورثي Murthy Vivek، ليصدر توجيهات جديدة في

3 يناير 2025، تثقف الناس عن خصوم العلاقة بين تعاطي المشروبات الكحولية والإصابة بالسرطان وتحذّره من ذلك. سلط هذا التقرير الضوء على الأدلة وتضمن دعوة لوضع ملصقات تحذيرية جديدة من الإصابة بالسرطان على عبوات المشروبات الكحولية (4) [على غرار تلك التي توضع على علب السجائر].

العلاقة بين المشروبات الكحولية والسرطان ليس خبراً جديداً - فقد حاول باحثون تحديد هذه العلاقة بينهما على مدى العقود الماضية (5) - بيد أن معظم الناس لا يدركون مدى هذه المخاطر، وربما فقط قرنوا شرب الكحوليات بأمراض الكبد مثل تليف الكبد فقط (6). وفي استبانة أجراها المعهد الأمريكي لأبحاث السرطان عام 2019، أشار أقل من نصف الأمريكيين إلى المشروبات الكحولية كعامل احتمال للإصابة بالسرطان (7).

تعد المشروبات الكحولية ثالث أكثر أسباب الإصابة بالسرطان التي يمكن الوقاية منها في الولايات المتحدة، وهو ما يضعه مباشرة بعد التبغ والسمنة كمسبب رئيس للسرطان. كما يسلط تقرير الجراح العام الأمريكي الضوء على أن المشروبات الكحولية لها علاقة بحوالي 100 ألف إصابة بالسرطان و20 ألف حالة وفاة بالسرطان سنويًا (8)، وتلعب المشروبات الكحولية دورًا في حالات سرطان الثدي والكبد والقولون والمستقيم والفم والحنجرة والمريء وسرطان الحنجرة. يفوق عدد الوفيات الناجمة عن السرطان الناجم عن المشروبات الكحولية عدد الوفيات الناجمة عن حوادث المرور المرتبطة بالمشروبات الكحولية سنويًا (9).

وتضمن التقرير الذي اصدره الجراح العام اقتراحًا بإضافة ملصقات تحذيرية ضد المشروبات الكحولية مماثلة لما هو مطلوب بالفعل على عبوات منتجات التبغ - وهي مادة أخرى من المواد الممنوعة المعروفة أنها تسبب السرطان (10).

باعتباري باحثًا في علم الأعصاب (11) ومتخصصًا في التأثيرات البيولوجية العصبية لتعاطي المشروبات الكحولية والإسراف في تعاطيها (12)، أسعدني صدور الدعوة إلى العمل من أجل الحد من استهلاك المشروبات الكحولية في الولايات المتحدة.

الأفكار الرئيسة من التقرير

مع قلة عدد الذين يدركون وجود علاقة بين استهلاك المشروبات الكحولية والسرطانات المختلفة - وحقيقة أن الغالبية العظمى من الناس يستهلكون بعض المشروبات الكحولية أسبوعيًا (13) - فمن السهل أن نتفهم لماذا يدعو الجراح العام إلى مزيد من الوعي بالخطر المحتمل الناجم من هذه المشروبات. ويسلط التقرير المكون من 22 صفحة (14) الضوء على ما يعرفه الباحثون عن العلاقة بين المشروبات الكحولية والسرطان، ويقترح التقرير إجراءات عملية للمضي قدمًا. وتشمل هذه التغييرات الملصقات على عبوات المشروبات الكحولية، والتي لم تحدث منذ طرحها في عام 1988.

ومن اللافت للنظر إلى حد ما أن سرطان الثدي له النصيب الأكبر من هذه المخاطر - مما يجعله مثيرًا للقلق خاصة مع زيادة تعاطي المشروبات الكحولية بين النساء.

هذه الأرقام لا تنطبق فقط على من يتعاطون المشروبات الكحولية بإسراف. بالرغم من أن تناول كميات قليلة من الكحول تعتبر أقل سوءًا، فإن 25% من حالات السرطان هذه شُخصت في أشخاص صُنّفوا على أنهم من متعاطي المشروبات الكحولية بشكل معتدل، حيث يستهلكون في المتوسط أقل من مشروبين في اليوم. وهذا يعني أن أي شخص يتعاطى مشروبات كحولية بانتظام، حتى بكميات صغيرة، لا بد أن يعرف ويفهم المخاطر المترتبة على هذا التعاطي.

تعد تحذيرات الجراح العام هي الأسلوب الأساس الذي تستخدمه وزارة الصحة والخدمات الإنسانية، حيث يوجد مكتب الجراح العام، لتوعية الناس بالمشكلات الصحية ذات الأهمية الكبيرة. تحذيرات الجراح العام هي بمثابة اغتنام الفرصة لتوعية الناس بما توصل إليه العلم فيما يتعلق بالمشكلات الصحية الكبيرة ذات الطابع العام للمشروبات

الأسس العلمية وراء العلاقة بين المشروبات الكحولية والسرطان

لقد كانت العلاقة بين الكحول والسرطان واضحة للباحثين منذ عقود. في الواقع، سُلط الضوء على هذه العلاقة في تقرير الجراح العام لعام 2016 أيضًا، والذي ركز فيه حينئذ على انتشار الإدمان (15).

التقرير الجديد وضع الخطوط العريضة للأنواع المختلفة من الأدلة التي تثبت هذه العلاقة (14). إحدى الطرق هي من خلال علم الأوبئة (15)، الذي يحاول فهم الأنماط والعلاقات بين معدلات الإصابة بالسرطان وكمية المشروبات الكحولية التي يتعاطاها الناس (17). والطريقة الأخرى هي من خلال الدراسات على حيوانات المختبر، والتي تمكن الباحثين من فهم الآلية والسببية لهذه العلاقات [بين المشروبات والسرطانات] عندما تنطبق على أنواع معينة من السرطان (18). تثبت الدراسات معًا بشكل قاطع وجود صلة ومسار بين تعاطي المشروبات الكحولية والسرطان.

يسلط تقرير الجراح العام الضوء على أربع مسارات رئيسة يمكن أن تسبب المشروبات الكحولية من خلالها السرطان. تركز هذه إلى حد كبير على الطرق التي يمكن أن يؤثر بها الكحول سلبيًا في الحمض النووي للمتعاطي، وهي اللبنة الأساسية للخلايا. بالرغم من أن الخلايا السليمة في جسم المتعاطي تنقسم على الدوام، فإن نموها غير الطبيعي يمكن أن يكون مدفوعًا بعوامل شاذة مثل تضرر أو تلف الحمض النووي الناجم عن شرب الكحوليات.

تضرر أو تلف الحمض النووي يؤدي إلى نمو أنسجة نموًا لا يمكن السيطرة عليه (19)، بدل أن يؤدي إلى نمو أنسجة سليمة وطبيعية. يعتبر هذا النمو غير الطبيعي للأنسجة سرطانًا. المسارات الأربعة التي يمكن أن تؤدي من خلالها المشروبات الكحولية إلى الإصابة بالسرطان والتي أبرزها التقرير هي كما يلي:

- يقوم الجسم طبيعيًا بتفكيك الكحول إلى أسيتالديهيد، والذي قد يؤدي إلى ضرر أو تلف الحمض النووي وتحول (تفكيكه إلى جزيئات صغيرة) (20)، مما يؤدي إلى إعادة ترتيب كروموسومية (صبغية)، وبالتالي إلى أورام سرطانية. وهذه العلاقة قوية جدًا لدرجة أن الـ أسيتالديهيد قد صنف على أنه مادة مسرطنة (21) منذ عام 1999.

- الكحول ينتج أنواعًا من جزيئات الأوكسجين التفاعلية. أنواع جزيئات الأوكسجين التفاعلية، التي تسمى أحيانًا "الجذور الحرة free radicals"، هي جزيئات غير ثابتة تحتوي على أكسجين ويمكن أن تؤدي إلى مزيد من الأضرار بالحمض النووي والبروتينات والدهون (22).

- قد يؤثر الكحول في الهرمونات، مثل هرمون الاستروجين. قد يزيد الكحول من كمية هرمون الاستروجين في الجسم، مما قد يفسر علاقته بسرطان الثدي. قد يؤثر هذا الاستروجين المتزايد في أنسجة الثدي ويؤدي إلى تضرر أو تلف الحمض النووي.

- الكحول مادة مذيبة، مما يعني أن أشياء أخرى يمكن أن تذوب فيه. وهذا يجعل من السهل على الجسم امتصاص المواد المسرطنة من مصادر أخرى - مثل السجائر والسجائر الإلكترونية - عند تعاطيهما معًا (23).

هل شرب أي كمية من الكحول يُعتبر آمنًا؟

السؤال الكبير الذي يدور في أذهان الناس هنا في أمريكا هو على الأرجح "ما هي كمية الكحول الآمنة التي يمكن أن يتعاطها الشخص؟" والإجابة على ذلك قد تخبئ طنه هي ولا قطرة البتة.

يظل تعاطي المشروبات الكحولية أحد أكثر عوامل الخطر للإصابة بالسرطان التي يمكن الوقاية منها (24). وحتى تعاطي المشروبات الكحولية المعتدل - مشروب واحد (15 مل) أو أقل يوميًا - قد يزيد من خطر الإصابة بالسرطان بالنسبة لبعض الأنواع، مثل سرطان الثدي والحنجرة والفم.

لكن لا يمكن لأي من هذه الدراسات أن تفيد شخصًا بعينه عن مدى خطورة إصابته بالسرطان. قد تتأثر العلاقة بين المشروبات الكحولية والسرطان بجينات الشخص، مثل تلك التي تتحكم في الإنزيمات التي تستقلب المادة الكحولية (العملية الأيضية للكحول) (25)، وعوامل أسلوب الحياة الأخرى التي تؤثر في معدلات الإصابة بالسرطان بشكل عام، مثل النظام الغذائي والالتهابات (26). كل هذه العوامل المتعلقة بنمط الحياة والصحة الشخصية يمكن أن تؤثر في مدى خطورة استهلاك الكحول بالنسبة لشخص بعينه.

مصادر من داخل وخارج النص

[-https://www.niaaa.nih.gov/about-niaaa/directors-page/niaaa-directors-blog/kicking-new-year-dry1-january-here-are-six-tips-success](https://www.niaaa.nih.gov/about-niaaa/directors-page/niaaa-directors-blog/kicking-new-year-dry1-january-here-are-six-tips-success)

[2-الجاف_يناير/https://ar.wikipedia.org/wiki/](https://ar.wikipedia.org/wiki/الجاف_يناير)

<https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/alcohol-cancer/index.html>3-

[-https://www.hhs.gov/about/news/2025/01/03/us-surgeon-general-issues-new-advisory-link-alcohol-cancer-risk.html](https://www.hhs.gov/about/news/2025/01/03/us-surgeon-general-issues-new-advisory-link-alcohol-cancer-risk.html)4-

https://aacrjournals.org/cancerres/article/52/7_Supplement/2119s/498659/Alcohol-and-Cancer15-

6-

https://journals.lww.com/ajg/abstract/2019/10000/alcohol_consumption_and_risk_of_liver_cirrhosis_a.8.aspx

[-https://www.aicr.org/news/survey-finds-alarming-gaps-in-americans-knowledge-of-major-cancer-risk-factors/](https://www.aicr.org/news/survey-finds-alarming-gaps-in-americans-knowledge-of-major-cancer-risk-factors/)7-

<https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.3322/caac.21858>8-

<https://crashstats.nhtsa.dot.gov/Api/Public/ViewPublication/8134359>9-

<https://www.nature.com/articles/nrc1190>10-

<https://www.huck.psu.edu/people/nikki-crowley>11-

<https://scholar.google.com/citations?user=I6c0zksAAAAJ&hl=en>12-

<https://arg.org/news/updated-us-drinking-norms-2020-data/>13-

<https://www.hhs.gov/sites/default/files/oash-alcohol-cancer-risk.pdf>14-

[https://library.samhsa.gov/product/facing-addiction-america-surgeon-generals-report-alcohol-drugs
and-health-full-report/sma16-4991](https://library.samhsa.gov/product/facing-addiction-america-surgeon-generals-report-alcohol-drugs-and-health-full-report/sma16-4991)15-

[https://aacrjournals.org/cebp/article/31/1/5/675488/Alcohol-and-Cancer-Existing-Knowledge-and
Evidence](https://aacrjournals.org/cebp/article/31/1/5/675488/Alcohol-and-Cancer-Existing-Knowledge-and-Evidence)16-

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/add.13477>17-

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1368837505002344?via=ihub>18-

<https://www.cancer.gov/about-cancer/understanding/what-is-cancer>19-

<https://www.nature.com/articles/nature25154>20-

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17718399/>21-

<https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/alcohol/alcohol-fact-sheet>22-

<https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/alcohol-use-and-cancer.html#>23-

<https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/alcohol-use-and-cancer.html>24-

<https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S147020450970019125>

<https://www.mdanderson.org/prevention-screening/manage-your-risk/diet.html>26-

المصدر الرئيس

[-https://theconversation.com/even-1-drink-a-day-elevates-your-cancer-risk-an-expert-on-how-alcohol-affects-the-body-breaks-down-a-new-government-report-246767](https://theconversation.com/even-1-drink-a-day-elevates-your-cancer-risk-an-expert-on-how-alcohol-affects-the-body-breaks-down-a-new-government-report-246767)

تم النشر قبل Yesterday بواسطة [Adnan Ahmed](#)

0 إضافة تعليق

تعريف جديد للسمنة يهـمـش مؤشـر كتلة الجسم والهدف هو التركيز على الصحة

المترجم: عدنان أحمد الحـاجي

المقالة رقم 18 لسنة 2025



الأساليب الحالية لتشخيص السمنة لا تأخذ في الاعتبار مدى تعقيد حالة السمنة.

في وسط الضجة المرتفعة حول دواء أوزمبيك (1، 2) Ozempic وأدوية إنقاص وزن الجسم المماثلة، مجموعة من 58 باحثًا طعنوا في صحة طريقة تعريف السمنة (أو البدانة) (3) وتشخيصها، بحجة أن الأساليب الحالية فشلت في فهم مدى تعقيد حالة السمنة. وطرحوا، بدلًا من ذلك، مقارنة أكثر دقة من المقارنة السابقة.

التعريف الجديد للسمنة الذي طرحته مجموعة من باحثين بعد تنقيحهم له، والذي نُشر في مجلة لانسييت للسكري والغدد الصماء (4) في 14 يناير 2025، يركز على مدى تأثير دهون الجسم الزائدة في الجسم، وهو مقياس يسمى مؤشر السمنة (5) في الجسم، بدلًا من الاعتماد فقط على مؤشر كتلة الجسم (6، 7) (BMI)، الذي يربط وزن الشخص بطول قامته. اقترحت مجموعة الباحثين هذه صنفين من السمنة: سمنة بدون أعراض، عندما يكون لدى الشخص دهون جسم

زائدة، ولكن أعضائه تعمل بشكل طبيعي، وسمنة بأعراض، عندما تضر الدهون الزائدة بأعضاء الجسم وأنسجته.

تقول إليزابيث فان روسوم Rossum van Elisabeth، اختصاصية الغدد الصماء في المركز الطبي بجامعة إيراسموس روتردام بهولندا، إن هذا التحول في كيفية تعريف السمنة قد يحسن من مستوى الرعاية السريرية، وسياسات الصحة العامة (8) (الوقاية من الأمراض والسيطرة عليها)، والمواقف المجتمعية تجاه السمنة [المواقف المجتمعية هي المعتقدات أو القناعات والقيم والأعراف المشتركة التي تشكل وجهات نظر وسلوكيات الناس داخل المجتمع (9)].

تقول فان روسوم، التي لم تشارك في الدراسة: "الفكرة هي الآن: قلل من مدخول الطعام، وتحرك أكثر، وسوف تفقد من وزن جسمك". وتضيف أنه بالرغم من أهمية اتباع أسلوب حياة صحي، إلا أنه "لو كان الأمر بهذه البساطة، لما كان لدينا وباء سمنة (10)، وهذه الورقة تمثل مساهمة ممتازة في مناقشة تعقيد السمنة."

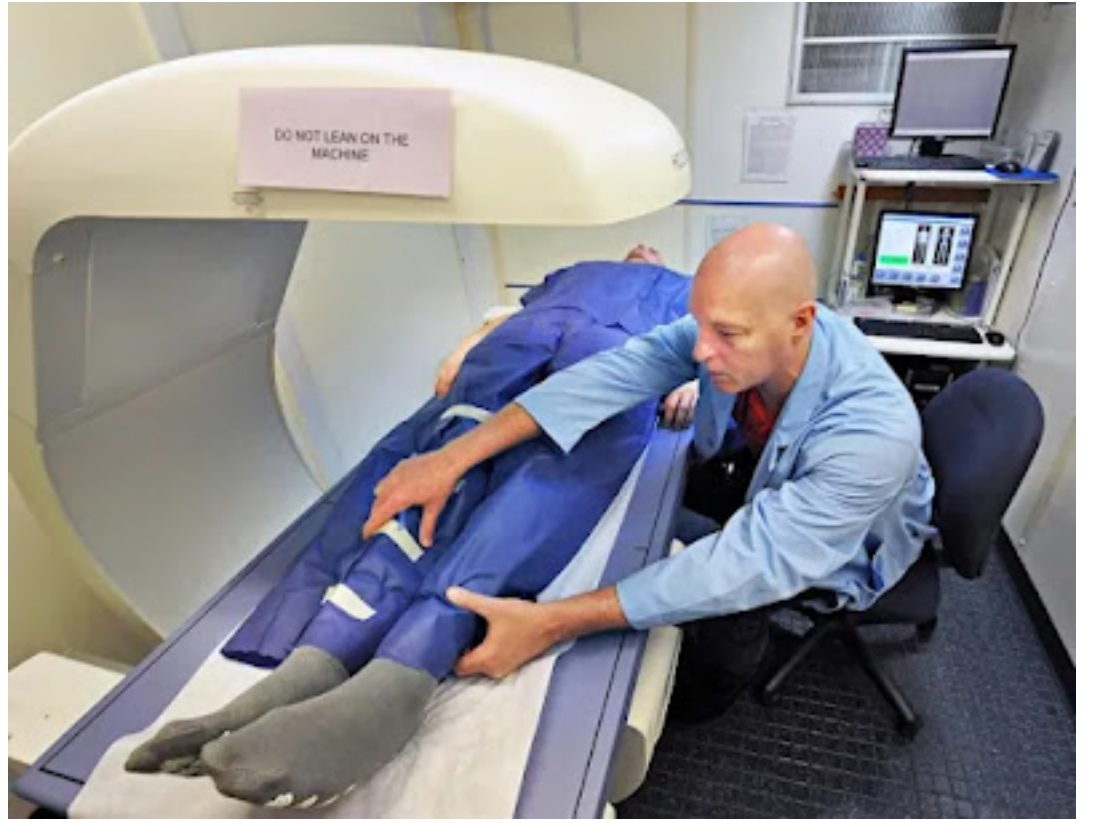
السمنة مشكلة عالمية

يعاني أكثر من مليار شخص في جميع أنحاء العالم من السمنة، وترتبط هذه الحالة بحوالي 5 مليون حالة وفاة سنويًا (11) بسبب أمراض، كمرض السكري (12) وأمراض القلب والأوعية الدموية (13).

نظرًا لسهولة القياس والمقارنة، فقد استُخدم مؤشر كتلة الجسم منذ فترة طويلة كأداة لتشخيص السمنة. لكنه لا يقدم صورة كاملة عن صحة الشخص، لأنه لا يأخذ في الاعتبار الاختلافات في مكونات الجسم، مثل العضلات مقابل الدهون.

بالنسبة للأشخاص من أصول أوروبية، السمنة تُعرّف عادةً بمؤشر كتلة جسم (5) يبلغ أو أعلى من 30، والذي يتلازم مع مستوى عالٍ من نسبة الدهون في الجسم. بيد أنه قد يوصف رياضي عضلي بالسمنة على أساس مؤشر كتلة جسمه، في حين أن الشخص الذي قد يكون لديه مؤشر كتلة جسم "طبيعي" قد يكون لديه دهون زائدة ترفع من احتمال إصابته بمشكلات في القلب أو غيرها من المشكلات الصحية الخطيرة، كما يقول فرانيسكو روبينو Rubino Francesco، جراح السمنة في جامعة كينغز كوليدج، لندن، الذي قاد المجموعة التي اقترحت التعريف الجديد.

ويقول إن الطرق التقليدية تؤدي إلى علاج غير ضروري لبعض الأشخاص بينما تغفل آخرين ممن هم في حاجة فعلية لهذا العلاج. ولمعالجة هذه المشكلة، يقترح روبينو وزملاؤه نظامًا لتشخيص السمنة يتجاوز مؤشر كتلة الجسم، ومشفوءًا بطرق أخرى، مثل قياس محيط الخصر، وهو مؤشر للسمنة، أو فحص الجسم بالأشعة السينية منخفضة المستوى، والتي تقيس كتلة الدهون مباشرة.



تصوير الجسم بجهاز DEXA، الذي يستخدم جرعة منخفضة من الأشعة السينية، يستخدم لقياس نسبة الدهون في الجسم، لكنه قد يكون غير عملي أو مكلف للتشخيص الروتيني للسمنة.

بالرغم من عدم وجود عتبة ثابتة للسمنة، إلا أن دهون الجسم عادة ما تعتبر زائدة عندما تكون أعلى من 25% لدى الرجال و30% إلى 38% لدى النساء. ويقول الباحثون إن قياس مؤشر السمنة (5) بشكل مباشر قد يكون غير عملي أو مكلف، لذا فإن العلامات الصحية البديلة مثل محيط الخصر أو نسبة محيط الخصر إلى محيط الورك (14) أو نسبة الخصر إلى طول القامة تعتبر مهمة. ومع ذلك، يضيف الباحثون، من لديه مؤشر كتلة جسم أعلى من 40 فمن المقبول أن يُفترض أن نسبة الدهون في جسمه عالية.

يقول المؤلف المشارك في الدراسة روبرت إيكل Eckel Robert، اختصاصي الغدد الصماء في كلية الطب بجامعة كولورادو في مدينة أرورا، إن تشخيص السمنة يجب أن يأخذ في الاعتبار أيضًا نتائج فحوصات المختبر المألوفة، والتاريخ الطبي، والمعلومات المتعلقة بالأنشطة اليومية لتقييم مدى تأثير دهون الجسم الزائدة في صحة الشخص. ويقول: "هذه معايير تشخيصية موضوعية، وهي موحدة في كل الأنظمة الصحية العالمية".

التقييمات الشخصية التي تأخذ في الاعتبار السن والجنس والعرق لها نفس القدر من الأهمية، لأن بعض المجموعات قد تواجه مخاطر صحية عند عتبة مؤشر كتلة الجسم أقل من غيرها، كما قالت لوييز باور Baur Louise، المؤلف المشارك في الدراسة، وهي طبيب أطفال في جامعة سيدني بأستراليا.