هل تصدق.. ضحايا الكسل أكثر من ضحايا التدخين؟!

أظهرت إحدى الدراسات الحديثة في العاصمة التشيلية "سانتياجو" أنّ الكسل أكثر خطورة على الصحة من التدخين، بعد أن تبيّن أنّ عدد الذين يقضي عليهم الكسل أكبر من عدد الذين يموتون بسبب التدخين، حيث إنّ الكسل ينتج عنه الكثير من الأمراض من أهمّها السمنة وتراكم الدهون في أماكن كثيرة في الجسم، خاصة في محيط القلب.

شملت الدراسة 50 ألف شخص في 20 مدينة في أمريكا الجنوبية، من بينها "ريو دي جانيرو"، و"مكسيكو سيتي"، و"كاراكاس"، و"بيونس أيريس"، وهي مدن يتعدّى عدد سكانها المليون، فاتضح أن من بين المتوفين 6800 شخص، كلّهم لم يمارسوا أي نشاط رياضي، وكانوا مصابين بالكسل ويمضون معظم أوقاتهم بالجلوس أو مشاهدة التلفزيون ساعات طويلة وركوب السيارة عند التنقل، والكثير منهم من الطبقة الإجتماعية المتوسّطة، في المقابل توفي 5700 شخص بسبب التدخين أو الإصابة بسرطان الرئة.

وأشارت الدراسة أيضاً إلى أنّ نسبة كبيرة ممن توفوا لم يكن كسولاً فقط بل ومدخناً أيضاً، ما يعني أن خطر الوفاة المبكرة كانت أكبر من الذين يدخّنون فقط.