



Žene sa širim bokovima i uskim strukom, tzv. oblikom kruške, imaju 10 godina dulji očekivani životni vijek od onih sa širokim strukom. Isto vrijedi i za muškarce jer oni s viškom masnih naslaga na trbuhu umiru i 17 godina prije ostalih, tvrdi dr. Margaret Ashwell, voditeljica znanstvene studije. Višak masnih naslaga na struku povećava rizik od bolesti srca, dijabetesa i moždanog udara, pa tako tjelesna građa u "obliku jabuke" ima manji očekivani životni vijek nego građa u "obliku kruške".

Masnoća na struku utječe na rad organa i potiče proizvodnju hormona što može povisiti krvni tlak, kolesterol i šećer u krvi. Posljedica toga je veći rizik od srčanih bolesti, dijabetesa i moždanog udara. U brzom otkrivanju potencijalno opasnih masnoća može pomoći novi način računanja oblika tijela, pa vrlo lako možete odrediti imate li oblik kruške ili jabuke. Potrebno je podijeliti opseg struka s visinom, a najvažnije je da je obujam struka manji od polovice vaše visine.

Formula za izračunavanje oblika tjelesne građe

Jeste li jabuka ili kruška?

Srijeda, 12 Ožujak 2014 00:00



[Daily Mail](#) ~~...the body types of the world's most beautiful women. The study found that the most common body type among the world's most beautiful women is the 'pear' shape, which is characterized by a wider hips and thighs than the waist. This is followed by the 'apple' shape, which is characterized by a wider waist and hips than the thighs. The study also found that the 'pear' shape is more common among women who are considered to be the most beautiful in their respective countries.~~