സ്ഥിരമായി ടി. വി. കാണുന്നവർ പ്രമേഹരോഗികളാകുന്നു

ആഴ്ചയിൽ 40 മണിക്കൂർ ടി. വി. കാണുന്നവർ പൊണ്ണത്തടിയൻമാരും പ്രമേഹരോഗികളും ആകുന്നുണ്ടെന്ന് പഠനറിപ്പോർട്ട്. നാൽപ്പതിനായിരത്തോളം പുരുഷൻമാരിൽ പത്ത് വർഷം പഠനം നടത്തിയ ഹാർവാർഡ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിലെ പഠനങ്ങളാണ് ഇത് വെളിപ്പെടുത്തിയത്. സ്ഥിരമായി ടി. വി. കാണുന്നവർ വായനയിൽ ഏർപ്പെടുന്നവരേക്കാൾ വളരെ കുറച്ച് ഊർജ്ജം മാത്രമേ ഉപയോഗപ്പെടുത്തുന്നുള്ളൂ എന്നും റിപ്പോർട്ടിൽ പറയുന്നുണ്ട്. വ്യായാമം ഉൾപ്പെടെയുള്ള ആരോഗ്യപരിപാലനമാർഗ്ഗങ്ങൾ സ്വീകരിച്ചാലും ടി. വി. കാണുന്നവരിലെ പ്രമേഹസാധ്യത ഇല്ലാതാകുന്നില്ലെന്ന് റിപ്പോർട്ട് മുന്നറിയിപ്പു നൽകുന്നു.