

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Osoby aktywne fizycznie jako dzieci mniej narażone na złamania

Dzieci, które regularnie uczestniczą w zajęciach sportowych są mniej narażone na złamania w późniejszym wieku - poinformowali szwedzcy naukowcy podczas spotkania Amerykańskiego Towarzystwa Ortopedycznego Medycyny Sportowej w Chicago.

✘ Dr Bjorn Rosengren z Uniwersytetu Scanii w Malmo przez przez sześć lat prowadził obserwacje wśród dzieci w wieku od 7 do 9 lat. Grupa licząca 362 dziewczynki i 446 chłopców codziennie uczestniczyła w 40-minutowych szkolnych zajęciach sportowych. Grupa kontrolna (780 dziewczynek i 807 chłopców) poświęcała na aktywność fizyczną w szkole jedynie 60 minut tygodniowo.

Naukowcy co roku badali rozwój układu kostnego dzieci. W ciągu sześciu lat doszło do 72 złamań w grupie aktywnej fizycznie i 143 w grupie kontrolnej; ryzyko było więc podobne. W przypadku dzieci bardziej wysportowanych zaobserwowano jednak większy przyrost gęstości mineralnej kości. Większa gęstość tkanki kostnej jest czynnikiem, który obniża ryzyko złamań.

Jednocześnie naukowcy przeprowadzili analizę retrospektywną w grupie 709 byłych sportowców, których średnia wieku wynosiła 69 lat oraz w grupie kontrolnej liczącej 1368 osób w podobnym wieku. Okazało się, że gęstość kości sportowców z wiekiem zmniejszała się w niewielkim stopniu, podczas gdy w grupie kontrolnej była ona znacznie mniejsza.

"Nasze badania dostarczają kolejnego dowodu na to, że regularna aktywność fizyczna dzieci jest ważna dla zdrowia, a jej skutki widoczne są w późniejszym wieku" - mówi dr Rosengren.

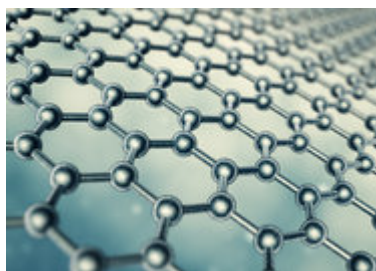
<http://laboratoria.net/aktualnosci/17123.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

[Świat atomów i cząsteczek](#)

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

[Żyjemy w czasach multitożsamości](#)

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

[Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#)

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

[Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#)

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach](#)

[multitożsamości Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy