

[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](#)

Karmienie piersią obniża wagę kilkadziesiąt lat po porodzie



W badaniu opublikowanym w Journal of Obesity naukowcy potwierdzili, że w porównaniu z kobietami, które nie mają dzieci, u matek występuje tendencja do wzrostu masy ciała. Jednak zauważono powiązanie pomiędzy 6 miesięcznym okresem karmienia piersią a spadkiem BMI o 0,22, nawet w wieku 50-60 lat.

"Wiemy od dawna, że karmienie piersią jest korzystne dla dzieci, a to badanie pokazuje dodatkowe korzyści dla matki, nawet 30 lat po porodzie" - mówi dr Kirsty Bobrow, badacz z University of Oxford.

„Produkcja mleka wymaga energii i zazwyczaj spala około 500 kalorii dziennie” - wyjaśnił prof. Cheryl Lovegood, ekspert z University of North Carolina at Greensboro. "Nawet jeśli kobieta nie zmienia ilości spożytych kalorii, to traci pół kilograma tygodniowo - dodał."

Bobrow i jej współpracownicy zebrali dane od 741.000 kobiet, które brały udział w badaniu Million Women Study, przeprowadzonym w Anglii i Szkocji w latach 1996 i 2001. W ramach tego badania, kobiety podawały liczbę urodzonych dzieci, długość okresu karmienia piersią, swoje BMI oraz inne czynniki wpływające na wagę, takie jak palenie tytoniu czy aktywność fizyczną. Średnia wiek kobiet w momencie badania wynosił 57,5 lat. Wśród kobiet z taką samą liczbą dzieci, te które karmiły piersią miały znacznie niższe BMI.

Prof. Lovegood informuje, że utrata masy ciała w ciągu sześciu miesięcy do roku po porodzie ma kluczowe znaczenie. Bobrow podkreśla, że kobiety, które nie zdecydują się karmić piersią albo nie mogą, powinny się skoncentrować po porodzie na inne sposoby utraty masy ciała.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/13898.html>



09-10-2024

Biologia przystosowała człowieka do przeżywania sytuacji stresowych

Doświadczenie powodzi wiąże się z ogromnym stresem.



09-10-2024

[Wiadomo, jak niektóre bakterie rozkładają plastik](#)

Odkrycie może pomóc w opracowaniu nowych metod.



09-10-2024

[Sztuczna inteligencja badając oczy, oceni ryzyko chorób serca](#)

Ta metoda daje nadzieję na zmianę sposobu, w jaki zarządzamy chorobami.



09-10-2024

[Szczepionka przeciwko wirusowi HPV](#)

WHO zaleca kolejną szczepionkę w jednej dawce



09-10-2024

[Całe “okablowanie” mózgu muszki opisane](#)

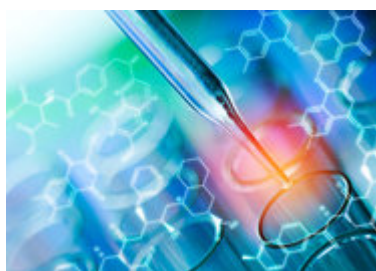
A Polak ma publikację w “Nature”, bo... grał w grę.



09-10-2024

[Dzięki pracy noblistów AI stała się jedną z najważniejszych...](#)

Wyniki badań nad nią - przełomowe dla ludzkości.



09-10-2024

[Badania mikroRNA, ważne dla zrozumienia chorób](#)

Nagrodzone medycznym Noblem.



09-10-2024

Grzyby i ludzie mają wspólnego przodka

Rozmowa z mykolog dr hab. Martą Wrzosek.

Informacje dnia: [Biologia przystosowała człowieka do przeżywania sytuacji stresowych](#) [Wiadomo, jak niektóre bakterie rozkładają plastik](#) [Sztuczna inteligencja badając oczy, oceni ryzyko chorób serca](#) [Szczepionka przeciwko wirusowi HPV](#) [Całe "okablowanie" mózgu muszki opisane](#) [Dzięki pracy noblistów AI stała się jedną z najważniejszych technologii](#) [Biologia przystosowała człowieka do przeżywania sytuacji stresowych](#) [Wiadomo, jak niektóre bakterie rozkładają plastik](#) [Sztuczna inteligencja badając oczy, oceni ryzyko chorób serca](#) [Szczepionka przeciwko wirusowi HPV](#) [Całe "okablowanie" mózgu muszki opisane](#) [Dzięki pracy noblistów AI stała się jedną z najważniejszych technologii](#)

Partnerzy