

### [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

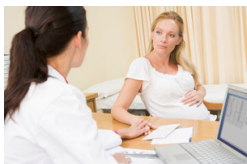
Naukowy styl życia

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://www.naukawpolsce.pap.pl)

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



27-03-2025

## [Jak otworzyć laboratorium?](#)

Laboratorium może być dobrym pomysłem na biznes.



26-03-2025

## [Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo](#)

Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nas.



26-03-2025

## [W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki](#)

Trójwymiarowy druk może stać się z czasem jednym z filarów produkcji.



26-03-2025

## [Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w...](#)

W aż puli 66 mln zł.



26-03-2025

## [Błonica - choroba groźna także dla dorosłych](#)

Po 40. roku życia choroba staje się równie groźna.



26-03-2025

## [87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

W 2024 roku z hejtem zetknęło się 45 proc. internautów.



26-03-2025

## [Nowe materiały do budowy okrętów wojskowych](#)

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej pracują nad nimi.



26-03-2025

## [Mandimycyna - nowy potencjalny środek przeciwgrzybiczy](#)

Zabija grzyby odporne na wiele leków.

**Informacje dnia:** [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki](#) [Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców;](#) [w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych](#) [87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#) [Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na](#)

[targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny Jak otworzyć laboratorium? Dziękujemy za odwiedziny na targach Labs Expo W przyszłości będziemy jedli mięso z drukarki Ruszył nabór na wspólne projekty przedsiębiorców i naukowców; w puli 66 mln zł Błonica - choroba groźna także dla dorosłych 87% internautów uważa hejt za poważny problem społeczny](#)

## **Partnerzy**