

### [Akceptuję](#)

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](#)

## Znudzenie sprawia, że sięgamy po fast-foody



**Znudzenie sprawia, że nabieramy ochoty na niezdrowe przekąski, takie jak chipsy, słodczyce i fast-foody - wynika z badań brytyjskich naukowców.**

Badacze z Uniwersytetu Centralnego Lancashire (W. Brytania) zaobserwowali, że uczucie nudy wywołuje u ludzi potrzebę stymulacji, którą zaspokajają poprzez jedzenie produktów o wysokiej zawartości tłuszczu lub cukru.

W pierwszym badaniu naukowcy poprosili 52 uczestników o wypełnienie kwestionariuszy dotyczących preferencji jedzeniowych przed i po wykonaniu nudnego zadania polegającego na przepisywaniu grupy liter.

Okazało się, że po wykonaniu zadania osoby badane nabierały ochoty na niezdrowe przekąski - chipsy, słodczyce i fast-foody.

W drugim badaniu naukowcy podzielili 45 ochotników na dwie grupy. Jedna z nich oglądała zabawny film, a druga - nudny. W czasie oglądania filmu badani mieli swobodny dostęp do różnych przekąsek. Zarówno przed i po seansie badacze wazyli miski ze smakołykami, by wiedzieć, ile spośród nich ubyło.

I tym razem okazało się, że uczestnicy oglądający nudny film zjadali dużo więcej niezdrowych produktów.

„Wyniki naszego badania wspierają teorię mówiącą o tym, że nuda jest powiązana z niskim poziomem stymulującej mózg dopaminy. Ludzie sięgają po produkty o wysokiej zawartości tłuszczu lub cukru, by w jakiś sposób zwalczyć uczucie znudzenia” - komentuje koordynatorka przedsięwzięcia dr Sandi Mann.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/25404.html>



14-01-2025

## [Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

## [Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

## [Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

## Indeks sytości i gęstość odżywcza

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

## Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

## Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

## Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

## [Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie](#)

Informuje pismo „Nutrients“.

**Informacje dnia:** [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

**Partnerzy**