

[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](#)

Nawyki żywieniowe przedszkolaków ważne dla zdrowia serca w przyszłości

Nawyki żywieniowe przedszkolaków mogą mieć wpływ na przyszłe ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego - wynika z badania, które publikuje pismo „Canadian Medical Association Journal” (CMAJ).



Do takich wniosków doszli naukowcy z Uniwersytetu Toronto (Kanada), którzy przebadali 1076 dzieci w wieku 3-5 lat. Przy pomocy kwestionariuszy wypełnianych przez rodziców zebrano dane na temat nawyków żywieniowych maluchów, takich jak oglądanie telewizji w trakcie jedzenia, liczbę posiłków, to czy dzieci decydują, ile jedzą, czy nie czują głodu przed posiłkiem ze względu na częste picie napojów w ciągu dnia. Rodzice udzielali też informacji na temat podawania dzieciom suplementów diety, czasu spędzanego przez pociechy przed ekranem TV oraz ich aktywności fizycznej.

Maluchy zostały zmierzone i zważone. Pobierano od nich również próbki krwi, by zbadać stężenie różnych lipidów, m.in. „złego” cholesterolu (LDL), „dobrego” cholesterolu (HDL), cholesterolu nie-HDL (wszystkie frakcje cholesterolu poza „dobrym”). Cholesterol nie-HDL jest uważany za dobry wskaźnik ryzyka chorób sercowo-naczyniowych. Zmierzono też poziom insuliny, glukozy oraz apolipoproteiny A1 (główny białkowy składnik HDL) i apolipoproteiny B (główny białkowy składnik LDL).

W analizie uwzględniono takie czynniki, jak wiek dziecka, płeć, masa ciała po przyjsciu na świat, wskaźnik masy ciała (BMI) dziecka oraz rodziców, występowanie cukrzycy ciążowej u matki oraz przynależność etniczną rodziców.

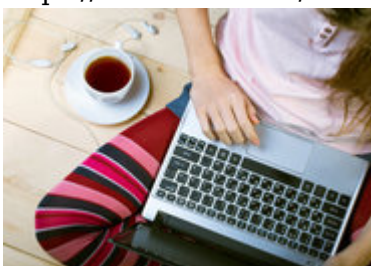
Analiza wykazała, że niezdrowe nawyki żywieniowe były w istotny sposób związane z wyższym stężeniem we krwi dzieci cholesterolu nie-HDL, LDL oraz apolipoproteiny B.

„Nasze badania wykazały, że związek między nawykami żywieniowymi a ryzykiem chorób układu krążenia ujawnia się już we wczesnych latach życia” - skomentował główny autor pracy dr Navindra Persaud.

Jego zdaniem praca ta dostarcza argumentów przemawiających za tym, że interwencje mające na celu poprawę nawyków żywieniowych małych dzieci - odnośnie pór i tempa jedzenia oraz objętości i jakości posiłków - mogą odgrywać ważną rolę w prewencji chorób układu sercowo-naczyniowego.

Źródło: <http://nauka.pap.pl>

<https://laboratoria.net/aktualnosci/18300.html>



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

[Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na](#)

zaburzenia psychiczne

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy