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

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 apoliproteiny A1 (główny białkowy składnik HDL) i apolipoproteiny B (główny białkowy składnik LDL).
W analizie uwzględniono takie czynniki, jak wiek dziecka, płeć, masa ciała po przyjściu 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

13-04-2026

Mity na temat epilepsji

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.

13-04-2026

Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.

13-04-2026

Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.

13-04-2026

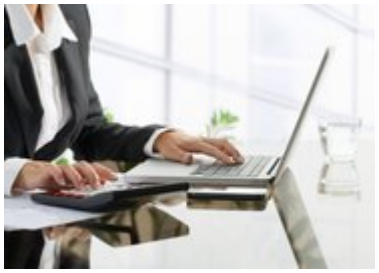
W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja

Zamiast zalecać szukanie pomocy.

13-04-2026

Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u…

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.

13-04-2026

Ruszyła Akademia Energii Jądrowej

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.

13-04-2026

Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona

Chorych będzie coraz więcej

Informacje dnia: Mity na temat epilepsji Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne Mity na temat epilepsji Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne Mity na temat epilepsji Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne

Partnerzy