

### [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

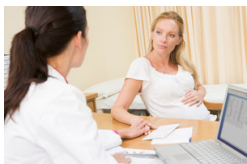
Naukowy styl życia

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)

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



12-05-2026

## [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości](#)

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

## [Jak rower zmienił świat](#)

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

## [Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...](#)

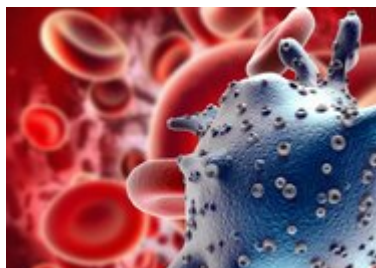
Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

## **Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością**

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

## **Norowirusy - biegunka brudnych rąk**

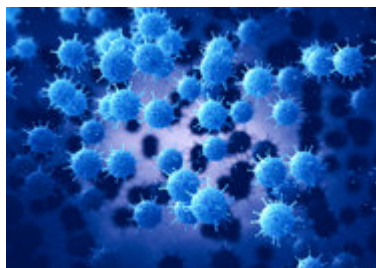
Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

## **Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży**

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

## **Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem**

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

**Informacje dnia:** [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

## **Partnerzy**