

[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](#)

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

<https://laboratoria.net/aktualnosci/25404.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