

### [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](#)

## Przekarmianie dziecka może prowadzić do anoreksji



**Przekarmianie dzieci może prowadzić do otyłości, bulimii, a nawet anoreksji - alarmują eksperci. Według nich zmuszanie dzieci do jedzenia jest w Polsce nadal dużym problemem.**

"Zagrożeń związanych z przekarmianiem dziecka nie widać od razu. Pojawiają się zazwyczaj po kilku latach, kiedy np. nasze dziecko zaczyna nadmiernie tyć. To obecnie jest wśród dzieci i młodzieży bardzo duży problem. Kolejnymi są bulimia lub anoreksja; te zaburzenia odżywiania też mogą być spowodowane wcześniejszym przekarmianiem" - oceniła w rozmowie z PAP Karolina Mazurczak z Fundacji Dzieci Niczyje.

Jak dodała, osoby, które w dzieciństwie zmuszane były do jedzenia, gdy dorosną, traktują jedzenie jako obowiązek, nie czerpią z niego przyjemności, często też jedzą niezdrowo.

"Dziecko powinno dostawać jedzenie wtedy, kiedy czuje głód, a my jako rodzice powinniśmy rozpoznawać sygnały pokazujące, że jest głodne" - dodała ekspertka. Jej zdaniem nie należy karmić dziecka wtedy, kiedy nam się wydaje, że powinno coś zjeść.

Według niej takie podejście do odżywiania dzieci wynika m.in. z mitu, że "dobra matka powinna dobrze karmić swoje dziecko". Nie bez znaczenia jest też to, że dzisiejsi rodzice są dziećmi osób wychowanych przez pokolenie, które doznawało biedy i głodu.

"Tymczasem dziecko nie jest w stanie się zagłodzić. Problemem jest raczej to, że nasze dzieci jedzą za dużo, zdecydowanie za dużo. To są +nadjadki+, a nie +niejadki+" - oceniła.

"Pracuję z nastolatkami, które w dzieciństwie były zmuszane do jedzenia. Często są to osoby otyłe. Mówią, że nie były głodne, ale musiały jeść za zdrowie mamy, taty, babci, dziadka albo były straszone, że jak nie będą jeść, to będą chore, pójdą do szpitala. Zaprzeczały więc swojej wewnętrznej potrzebie i jadły np. z lęku" - dodała.

Mazurczak zasugerowała, że rodzice, których dzieci nie chcą jeść, powinni przyjrzeć się całej

sytuacji rodzinnej, zastanowić się, co dzieje się przy stole i w jakiej atmosferze spożywane są posiłki.

Zdaniem ekspertki istotne są m.in. przekąski, którymi "zapychane" są dzieci. "Proszę zobaczyć, jak wyglądają wózki dzieci na placach zabaw. 70 proc. maluchów do 12 miesiąca życia ma w wózku jakieś przekąski - chrupki, paluszki, jabłuszka, ciasteczka. Jak dziecko zapłacze, przewróci się, podtykamy mu pod nos jedzenie, a dziecko płacze nie dlatego, że jest głodne, tylko dlatego, że się przewróciło" - zauważyła ekspertka.

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

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22400.html>



23-06-2026

## [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#)

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

## [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#)

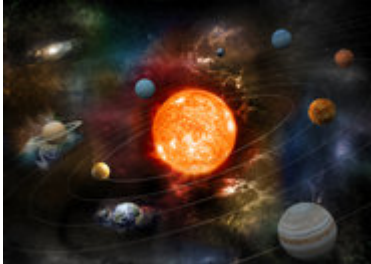
Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

## **Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny**

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

## **Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne**

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

## **Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego**

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

## **Życie seksualne coraz częściej przenosi się do**

## Świata technologii

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

## Przyjemnych snów życzy anestezjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

## Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

**Informacje dnia:** [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

**Partnerzy**