

[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](#)

Styl życia w ciąży wpływa na geny dziecka

Międzynarodowy zespół wykazał związek między ruchem i dietą otyłych ciężarnych kobiet, a działaniem genów płodów. Pozytywne zmiany wiązały się też m.in. z większą masą mięśniową u dzieci i ich wagą.

Naukowcy ze Szwecji, Danii i Hiszpanii zaprosili 425 ciężarnych kobiet z otyłością, aby sprawdzić, czy zmiany w stylu ich życia wpłyną na aktywację genów nienarodzonych jeszcze dzieci.

Ochotniczki badacze podzielili na trzy grupy.

W pierwszej wprowadzili regularne spacerowanie po 11 tys. kroków dziennie i zalecenia zmiany diety na tzw. śródziemnomorską, z liczbą kalorii od 1200 do 1675.

Druga grupa tylko spacerowała, a w trzeciej nie zaszły żadne zmiany.

Późniejsza analiza krwi pępowinowej pozwoliła badaczom na sprawdzenie metylacji DNA w komórkach dzieci.

Metylacja to jedna z metod (tzw. epigenetycznych zmian), jakimi komórki się posługują, aby regulować aktywność poszczególnych genów.

Jak się okazało, w obu grupach, w których wprowadzono zmiany zachowania, zaszły modyfikacje aktywności aż w 370 genach.

Niektóre z nich regulują przy tym metabolizm, rozwój tkanki tłuszczowej i wydzielanie insuliny.

Część z tych genów, jak już wiadomo, uczestniczy w rozwoju cukrzycy.

Zaszły zmiany fizjologiczne.

„Zauważyliśmy, że dzieci matek w obu grupach z interwencjami w zakresie stylu życia - tylko z wprowadzoną aktywnością fizyczną oraz z dodaną zdrową dietą - miały w momencie urodzenia większą masę mięśniową w porównaniu do grupy kontrolnej” - relacjonuje prof. Charlotte Ling z Uniwersytetu w Lund.

Dodatkowo naukowcy sprawdzali wzrost dzieci po kolejnych 9, 18 i 36 miesiącach.

Jak się okazało, 22 z wykrytych zmian w aktywności genów miało związek z późniejszym wskaźnikiem masy ciała (BMI) dzieci.

„W naszym projekcie nie mogliśmy wykazać bezpośrednich związków przyczynowych, ale wyniki wskazują, iż aktywność fizyczna i zdrowa dieta otyłych kobiet w trakcie ciąży wpływa na epigenetykę noworodków i prawdopodobnie oddziałuje też na budowę i wzrost dziecka w późniejszym życiu” - informuje prof. Ling.

Jedną z autorek nowej pracy opublikowanej w piśmie „Diabetes”, Kristina Renault ze Szpitala Uniwersyteckiego w Kopenhadze w jednym z wcześniejszych swoich badań odkryła, że aktywność fizyczna zmniejszała przyrost masy ciała u otyłych ciężarnych kobiet.

„Większa aktywność fizyczna i zdrowa dieta w czasie ciąży może ograniczyć przyrost wagi ciężarnych kobiet z otyłością, co przeciwdziała niektórym zagrożeniom związanym z wysokim BMI. Fakt, że jak się wydaje, masa mięśniowa dzieci była większa i DNA we krwi pępowinowej wykazywało epigenetyczne zmiany, wskazuje na związany ze zdrowym stylem życia efekt potencjalnie korzystnego programowania zdrowia dziecka” - podkreśla badaczka.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30329.html>



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

Kierownik wyprawy polarnej

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

[Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy