

[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](#)

Tłuszcz w diecie matki wpływa na odporność dziecka na choroby zakaźne

Rodzaj tłuszczów spożywanych przez matkę podczas karmienia piersią może mieć długofalowy wpływ na mikrobiom jelitowy dziecka oraz jego zdrowie w przyszłości -

informuje pismo "Molecular Nutrition & Food Research".

Badania nad rolą tłuszczów w diecie ciężarnych gryzoni w celu określenia pokoleniowego wpływu na ich potomstwo przeprowadzili naukowcy z University of British Columbia w Okanagan (Kanada).

„Celem było zbadanie, w jaki sposób nawyki żywieniowe matki mogą wpływać na społeczności drobnoustrojów jelitowych potomstwa i związane z nimi wzorce cząsteczek cukru, co może mieć znaczenie dla odpowiedzi immunologicznej na choroby zakaźne” - powiedziała dr Deanna Gibson, która bada zdrowie jelit i odporność, a także przyczyny ostrych lub przewlekłych chorób, takich jak choroba zapalna jelit.

Wyniki badań sugerują, że rodzaj tłuszczu spożywanego podczas karmienia piersią może w różny sposób wpływać na społeczności drobnoustrojów jelitowych niemowlęcia, rozwój odporności i ryzyko chorób.

Trzy główne klasy kwasów tłuszczowych obejmują: tłuszcze nasycone (SFA), występujące w mięsie i produktach mlecznych, tłuszcze jednonienasycone (MUFA), występujące w płynnych olejach pochodzenia roślinnego oraz wielonienasycone kwasy tłuszczowe (PUFA, WNKT), występujące w niektórych orzechach, rybach i skorupiakach. PUFA są dalej scharakteryzowane jako n-3 PUFA lub n-6 PUFA, na podstawie liczby i pozycji podwójnych wiązań w łańcuchu acylowym.

Wcześniejsze badania wykazały, że zarówno PUFA n-3, jak i PUFA n-6 mogą mieć negatywny wpływ na infekcje jelitowe, takie jak enteropatogenne E. coli, Clostridium difficile, salmonella i choroby żołądkowo-jelitowe spowodowane spożywaniem źle przygotowanej lub niedogotowanej żywności lub pić skażonej wody. Natomiast diety bogate w wielonienasycone kwasy tłuszczowe i kwasy tłuszczowe SFA w dużej mierze chronią przed tymi infekcjami.

Najnowsze badania dr Gibson wskazują, że korzystne właściwości tłuszczu mlecznego lub tłuszczów nasyconych w okresie przed- i poporodowym mogą poprawić ochronę przed chorobami zakaźnymi jelit w wieku dorosłym, szczególnie gdy źródło n-3 PUFA jest połączone z tłuszczami nasyconymi.

„Nasze odkrycia podważają obecne zalecenia żywieniowe i ujawniają, że spożycie tłuszczu przez matkę ma wpływ międzypokoleniowy na podatność ich potomstwa na infekcje jelitowe, prawdopodobnie dzięki interakcjom drobnoustrojów i odporności” - wskazała dr Gibson.

Jak dodaje, globalne spożycie nienasyconych kwasów tłuszczowych znacznie wzrosło w latach 1990-2010, podczas gdy ludzie spożywają mniejsze ilości tłuszczów nasyconych w czasie ciąży z powodu zaleceń dotyczących ograniczenia spożycia tych tłuszczów.

„Chociaż od dziesięcioleci było wiadomo, że diety wysokotłuszczowe mogą bezpośrednio wpływać na reakcje zapalne, ostatnie badania dopiero zaczęły doceniać, w jaki sposób klasy kwasów tłuszczowych mogą mieć dyskretny wpływ na stan zapalny i zmieniać reakcję gospodarza na infekcję” - dodała dr. Gibson.

Naukowcy są przekonani, że połączenie wpływu tłuszczu w diecie z bakteriomem jelitowym, może wpływać na ciężkość infekcji. Bakteriom jelitowy powstaje w okresie niemowlęcym i odgrywa kluczową rolę we wspomaganiu dojrzewania układu odpornościowego oraz zapewnianiu bariery przed skolonizowaniem jelita przez potencjalne patogeny.

Jak zauważa biorący udział w badaniach dr Sanjoy Ghoshem, najnowsze badania sugerują, że obecne wytyczne zdrowotne powinny zostać ponownie ocenione.

„Obecnie kanadyjskie wytyczne dietetyczne zalecają matkom karmiącym zastępowanie pokarmów bogatych w SFA dietetycznymi PUFA, z naciskiem na spożywanie PUFA n-6 i n-3 - mówi dr Ghosh. - Biorąc pod uwagę, że PUFA pogorszyły wyniki choroby w badaniach nad dietą poporodową, naszym zdaniem zalecenia te należy ponownie rozważyć”.

Podczas gdy poziomy białka i węglowodanów w mleku matki pozostają względnie stałe, zawartość kwasów tłuszczowych znacznie się różni i wpływa na nie spożycie tłuszczu przez matkę.

„Podsumowując, dochodzimy do wniosku, że spożycie przez matkę różnych rodzajów tłuszczów w diecie zmienia stan bakteriomu ich dziecka i może mieć trwałe konsekwencje dla jego zdolności reagowania na infekcję w wieku dorosłym - mówi dr Gibson. - Jednocześnie pokazujemy, że diety matki bogate w SFA zapewniają potomstwu relację żywiciel-drobnoustrój, która chroni przed chorobami”.

“Ważne jest, aby zrozumieć, że bakteriom jelitowy powstaje w okresie niemowlęcym, ponieważ odgrywa kluczową rolę we wspomaganiu dojrzewania układu odpornościowego, co może stanowić barierę dla potencjalnych patogenów” - wyjaśnia chemik i biolog molekularny dr Wesley Zandberg. Zwraca również uwagę, że zdrowy bakteriom jest zależny od żywienia we wczesnym okresie życia.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30481.html>



21-05-2026

Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

[Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#)

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

[Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#)

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

[Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#)

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

[Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

[Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet](#)

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

[Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę](#)

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczzerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz](#)

[to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy