

[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](#)

Jedzenie tego samego, co rodzice - zdrowsze dla dzieci

Dzieci, które jedzą to samo, co ich rodzice, mają zdrowszą dietę - taki wniosek wypływa z nowego badania, które przeprowadzono na Uniwersytecie Edynburskim.



Badacze przyjrzeni się nawykom żywieniowym panującym w rodzinach ponad 2 tys. pięcioletków. Na tej podstawie sugerują, że "przyjazne dzieciom" alternatywy dla posiłków dorosłych wcale nie są lepsze pod względem odżywczym - podał serwis BBC News.

"Podawanie oddzielnego +dziecięcego jedzenia+ na główny posiłek może skutkować tym, że dzieci na tym tracą. Często wiąże się to z przyjmowaniem mniejszej ilości składników odżywczych. Wiadomo to na przykładzie specjalnych menu dla dzieci w restauracjach, dlatego najlepiej, żeby maluchy jadły to samo jedzenie, co rodzice" - przekonuje autorka badania Valeria Skafida.

W ramach badania zidentyfikowano też kilka czynników w pewnym stopniu powiązanych ze zubożeniem diety. Niejedzenie głównego posiłku w ciągu dnia, podjadanie między posiłkami, jedzenie w salonie czy w sypialni oraz "nieprzyjemna atmosfera" podczas posiłków mogą wpływać na nią negatywnie.

Ponadto okazało się, że pierworodni mają zdrowsze diety niż dzieci urodzone w dalszej kolejności.

Źródło: <http://www.pap.pl>

<http://laboratoria.net/aktualnosci/17578.html>



14-01-2025

[Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

[Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

[Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

[Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients”.

Informacje dnia: [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Partnerzy