

[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](#)

Karmienie piersią obniża wagę kilkadziesiąt lat po porodzie



W badaniu opublikowanym w Journal of Obesity naukowcy potwierdzili, że w porównaniu z kobietami, które nie mają dzieci, u matek występuje tendencja do wzrostu masy ciała. Jednak zauważono powiązanie pomiędzy 6 miesięcznym okresem karmienia piersią a spadkiem BMI o 0,22, nawet w wieku 50-60 lat.

"Wiemy od dawna, że karmienie piersią jest korzystne dla dzieci, a to badanie pokazuje dodatkowe korzyści dla matki, nawet 30 lat po porodzie" - mówi dr Kirsty Bobrow, badacz z University of Oxford.

„Produkcja mleka wymaga energii i zazwyczaj spala około 500 kalorii dziennie” - wyjaśnił prof. Cheryl Lovegood, ekspert z University of North Carolina at Greensboro. "Nawet jeśli kobieta nie zmienia ilości spożytych kalorii, to traci pół kilograma tygodniowo - dodał.”

Bobrow i jej współpracownicy zebrali dane od 741.000 kobiet, które brały udział w badaniu Million Women Study, przeprowadzonym w Anglii i Szkocji w latach 1996 i 2001. W ramach tego badania, kobiety podawały liczbę urodzonych dzieci, długość okresu karmienia piersią, swoje BMI oraz inne czynniki wpływające na wagę, takie jak palenie tytoniu czy aktywność fizyczną. Średnia wiek kobiet w momencie badania wynosił 57,5 lat. Wśród kobiet z taką samą liczbą dzieci, te które karmiły piersią miały znacznie niższe BMI.

Prof. Lovegood informuje, że utrata masy ciała w ciągu sześciu miesięcy do roku po porodzie ma kluczowe znaczenie. Bobrow podkreśla, że kobiety, które nie zdecydują się karmić piersią albo nie mogą, powinny się skoncentrować po porodzie na inne sposoby utraty masy ciała.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/13898.html>



23-12-2024

[Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

[Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych](#)

[Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy