

[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](#)

Jajka wspomagają rozwój dziecięcego mózgu

W organizmach niemowląt karmionych dietą zawierającą jaja występuje większe stężenie składników odżywczych niezbędnych do prawidłowego rozwoju i funkcjonowania mózgu - informuje „American Journal of Clinical Nutrition”.

Badanie prowadzono w Ekwadorze na grupie maluchów w wieku od 6 do 9 miesięcy. Naukowcy z Uniwersytetu Waszyngtońskiego w St. Louis oraz innych amerykańskich ośrodków naukowych wykazali, że dzieci, które od momentu ukończenia 6 miesięcy spożywały jedno jajko dziennie, w wieku 9 miesięcy miały we krwi więcej choliny i kwasu dokozaheksaenowego (DHA) – substancji wchodzących w skład struktury mózgu i umożliwiających jego prawidłowe funkcjonowanie.

Zdaniem badaczy jajka dostarczają organizmowi wielu potrzebnych składników odżywczych "w pakiecie", a do tego są łatwo dostępne, więc warto uwzględnić je przy planowaniu posiłków.

We wcześniejszych badaniach dowiedziono, że jedzenie jajek wiąże się u dzieci z większym przyrostem długości ciała. Sugeruje to, iż jajka mogą zapobiegać niedożywieniu i wspomagać rozwój niemowląt, zarówno pod względem fizycznym, jak i psychicznym.

"Tak jak mleko czy nasiona, jajka przeznaczone są do wspierania wczesnego wzrostu i rozwoju organizmu, dlatego że cechują się bogactwem składników odżywczych. Jajka dostarczają niezbędnych kwasów tłuszczowych, białek, choliny, witamin A i B 12, selenu i innych podstawowych składników odżywczych w ilościach większych lub porównywalnych do pozostałych produktów odzwierzęcych, ale są od nich bardziej dostępne" – mówi główna autorka badania prof. Lora Iannotti.

Więcej szczegółów na temat projektu znajdziemy pod adresem: <http://ajcn.nutrition.org/content/106/6/1482>

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28039.html>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

[Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

[I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#)

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

[Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#)

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

[Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#)

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

[Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją](#)

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

[SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa](#)

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

[Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku](#)

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tętec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa](#)

popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją

Partnerzy