

[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 cholicy 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, cholicy, 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/aktualnosc/28039.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