

Ύπνος με το μπιμπερό; Μακριά!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Νέα έρευνα του πανεπιστημίου «Brigham Young» στις ΗΠΑ έρχεται να αφυπνίσει τις μαμάδες. Σύμφωνα με την νέα αυτή έρευνα τα μωρά που αποκοιμούνται πίνοντας το γάλα τους έχουν 30% περισσότερες πιθανότητες να γίνουν παχύσαρκα.

Συγκεκριμένα οι επιστήμονες μελέτησαν 8000 μητέρες που συνήθιζαν είτε να θηλάζουν τα μωρά τους, είτε να τους δίνουν γάλα με το μπιμπερό μέχρι την ηλικία των εννέα μηνών καθώς τα έβαζαν για ύπνο. Αργότερα, κατέγραψαν το βάρος των παιδιών όταν έφτασαν σε ηλικία 24 μηνών και διαπίστωσαν **ότι όσα έπιναν γάλα με το μπιμπερό ήταν πολύ πιο πιθανό να έχουν αναπτύξει κλινική παχυσαρκία.**

Σύμφωνα με τον επικεφαλής της έρευνας, καθηγητή Γκιμπς, τα παιδιά που πίνουν γάλα σε σκόνη δυσκολεύονται περισσότερο να ρυθμίσουν τη όρεξή τους αργότερα. Επιπλέον, φαίνεται ότι οι μαμάδες που δίνουν έτοιμο γάλα τείνουν να προσφέρουν στο μωρό μεγαλύτερες ποσότητες σε σχέση με όσες θηλάζουν.

Η ίδια έρευνα βρήκε επίσης ότι **τα παιδιά που αρχίζουν να τρώνε στερεές τροφές πριν την ηλικία των τεσσάρων μηνών έχουν 40% περισσότερες πιθανότητες να γίνουν παχύσαρκα.** Τώρα ξέρετε!

Πηγή: govastileto.gr