

15 Αυγούστου 2016

Τι συμβαίνει με τα μωρά που περπατούν νωρίς;



Αν αγωνιάτε κι εσείς-όπως

και κι άλλοι γονείς-για το πότε θα περπατήσει το παιδάκι σας, μια νέα επιστημονική μελέτη έρχεται να δώσει εξαιρετικά χρήσιμες πληροφορίες για αυτή τη σημαντική παράμετρο της ανάπτυξης.

Ερευνητές από το Μητροπολιτικό Πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ ανέλυσαν στοιχεία που αφορούσαν 2.300 παιδιά που γεννήθηκαν τη δεκαετία του '90 και διαπίστωσαν ότι η ηλικία στην οποία έκαναν τα πρώτα τους βήματα επηρέασε τη μελλοντική υγεία τους.

Σύμφωνα με τη σχετική μελέτη που δημοσιεύεται στη επιθεώρηση Journal of Bone and Mineral Research, τα μωρά που μπορούν να περπατήσουν, να τρέξουν και να κάνουν άλματα σε ηλικία 18 μηνών έχουν πιο δυνατά οστά στην εφηβεία. Οι ερευνητές εκτιμούν ότι η διαπίστωση αυτή μπορεί να χρησιμεύσει ώστε να εντοπίζονται έγκαιρα οι πληθυσμιακές ομάδες που διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο οστεοπόρωσης και καταγμάτων στο μέλλον.

Ο Δρ Άλεξ Άιρλαντ, ένας από τους ερευνητές του Μητροπολιτικού Πανεπιστήμιου του Μάντσεστερ, εξηγεί πως η μυϊκή δύναμη σε μικρή ηλικία επιτρέπει την καλύτερη ανάπτυξη του σκελετού μεγαλώνοντας. Το περπάτημα, το τρέξιμο και τα άλματα ασκούν πίεση στα οστά, επομένως από τα πρώτα κιόλας χρόνια της ζωής αυτά έχουν μεγαλύτερο πλάτος και πάχος.

Από: Ελένη Χαδιαράκου

Πηγή: imommy.gr