

حليب الأبقار يجعل الأطفال يتمتعون بطول القامة (دراسة)



الاثنين 12 يونيو 2017 09:06 م

كشفت دراسة كندية حديثة، أن الأطفال الذين يشربون بدائل الحليب البقري، مثل حليب الصويا وحليب اللوز، أكثر عرضة لقصر القامة، من قرنائهم الذين يشربون حليب الأبقار

الدراسة أجراها بمستشفى سان مايكل بكندا، ونشروا نتائجها اليوم السبت، في الدورية الأمريكية للتغذية السريرية

واعتمدت الدراسة على بيانات ما يزيد على 5 آلاف طفل، تراوحت أعمارهم بين عام إلى 6 أعوام

واكشف الباحثون أن 92% من الأطفال الذين شاركوا في البحث كانوا يتناولون حليب الأبقار، فيما تناول 12% بدائل حليب البقر وهي حليب الصويا واللوز يوميًا

وأظهرت النتائج، أن إعطاء حليب الأبقار للطفل بين السنتين و6 سنوات له فوائد إيجابية تنعكس على طول القامة

وتبين أنه مقابل كل كوب من بدائل حليب البقر يتغذى عليه الطفل يوميًا خلال هذه الفترة العمرية يكون طوله أقصر بمقدار 0.4 سم

ووجد فريق البحث أن الأطفال الذي يتناولون 3 أكواب من حليب البقر يوميًا في عمر 3 سنوات كانوا أطول من أقرانهم في نفس العمر الذين يتناولون بدائل حليب الأبقار بمقدار 1.5 سم

وقال الباحثون إن نتائج دراستهم أظهرت أن شرب الأطفال لأنواع حليب أخرى غير الحليب البقري ترتبط بقصر القامة، وأن بدائل الحليب البقري تجعل الطفل أقصر قامته من أقرانه الذين تناولوا حليب الأبقار

وتوصي التقارير الطبية بإعطاء حليب الأبقار للطفل بعد بلوغه سنة من عمره، وليس قبل ذلك .

وتساعد المغذيات التي يحتوي عليها حليب البقر على نمو الدماغ والعظام بسبب البروتين والدهون والكالسيوم