

[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](#)

Wpływ antocyjanów na zdrowie człowieka

Antocyjany są zdrowymi składnikami diety, które w badaniach nad zwierzeniami wykazują właściwości chroniące przed chorobą układu krążenia, rakiem i otyłością. Naukowcy aktualnie przeprowadzają testy tych składników w badaniach z udziałem ludzi.

Antocyjany to składniki pochodzenia roślinnego, które wykazały w badaniach nad zwierzętami szereg

pozytywnych skutków zdrowotnych. Nie ma jednak dowodów na takie działanie uzyskanych w kontrolowanych badaniach z udziałem człowieka.

W ramach inicjatywy [ATHENA](#) (Anthocyanin and polyphenol bioactives for health enhancement through nutritional advancement) prowadzono badania na ludziach oceniające skuteczność diety bogatej w antocyjany w przeciwdziałaniu chorobom przewlekłym. Prace w projekcie ATHENA obejmowały odpowiedź na dawkę, mechanizmy działania, biodostępność antocyjanów i ich właściwości prozdrowotne.

W ramach projektu ATHENA opracowano produkty żywnościowe o różnym składzie antocyjanów z kukurydzy i pomidorów, aby określić zależność odpowiedzi od dawki i ocenić korzyści ze spożywania różnych związków. Udało się skrzyżować linie transgenicznych pomidorów, aby uzyskać wyższe poziomy antocyjanów na bazie resweratrolu, izoflawonów, genistyny i pelargonidyny.

Prowadząc badania epidemiologiczne z udziałem człowieka, naukowcy ustalili, że czynniki ryzyka chorób serca malały w odpowiedzi na spożywanie antocyjanów. W projekcie ATHENA odkryto, że dieta bogata w antocyjany może stanowić ochronę przed uszkodzeniami wynikającymi z radioterapii stosowanej w leczeniu raka piersi.

Uczestnicy projektu ocenili, że spożywanie antocyjanów może zmniejszać ryzyko chorób krążenia u szczurów. Zespół opracował nowe protokoły badań działania zbóż o wysokiej zawartości antocyjanów na skład mikroflory jelitowej.

W projekcie ATHENA określono, że dieta bogata w antocyjany przeciwdziała otyłości u szczurów, porównując różnice w profilach ekspresji ich genów ze szczurami na diecie wysokotłuszczowej i diecie pozbawionej antocyjanów. Ustalono, że spożywanie antocyjanów ograniczało zmiany epigenetyczne sprzyjające otyłości u szczurów na diecie wysokotłuszczowej. Stwierdzono również, że wybrane antocyjany podwyższyły tolerancję glukozy, przez co mogą być użyteczne w leczeniu cukrzycy.

Następnie naukowcy uzyskali szereg czystych antocyjanów do badań bioaktywności i żywienia. Uzyskano już zgodę na przeprowadzenie badań epidemiologicznych u ludzi.

Na koniec w projekcie ATHENA stworzono bazę danych z informacjami na temat antocyjanów oraz mikro- i makroskładników różnych produktów żywnościowych. Badania wykazały potencjalną korzyść wzbogacenia diety antocyjanami w celu złagodzenia zagrożeń zdrowia człowieka.

Źródło: www.cordis.europa.eu

<http://laboratoria.net/aktualnosci/26141.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

[Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

[Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy