

### [Akceptuję](#)

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](#)

## Papryczka chili przedłuża życie

**Regularne spożywanie czerwonej papryczki chili może przedłużyć życie - wynika z badań opublikowanych przez „PLOS ONE”. To kolejne badanie sugerujące korzystny wpływ na zdrowie tego warzywa.**

W 2015 r. „British Medical Journal” opublikował wieloletnie obserwacje przeprowadzone wśród Chińczyków. Wykazały one, że ci, którzy częściej sięgają po papryczki cieszą się dłuższym życiem. Chińczycy jednak w ogóle lepiej się odżywiają, nie było zatem pewności, czy jest to zasługa ostrej papryczki.

Takich wątpliwości nie pozostawiają Mustafa Chopan i Benjamin Littenberg z University of Vermont College of Medicine (USA). Badacze przeanalizowali dane ponad 16 tys. osób w wieku co najmniej 18 lat, które w latach 1988-1994 zostały włączone do programu badawczego National Health and Nutritional Examination Survey III. Zgromadzone wówczas ich dane o stanie zdrowia były analizowane przez obydwu badaczy.

Z tych analiz wynika, że ci, którzy regularnie spożywają czerwone papryczki chili, o 13 proc. są mniej narażeni na zgony z powodu wszystkich przyczyn. Autorzy badań podejrzewają, że jest to zasługa znajdującej się w ostrych papryczkach kapsaicyny nadającej im charakterystyczny piekący smak, a także właściwości drażniące i rozgrzewające.

Wcześniej badania wykazały, że substancja ta zmniejsza ryzyko chorób sercowo-naczyniowych oraz zawału serca i udaru mózgu. Inne wcześniej opublikowane obserwacje sugerują, że papryczka chili zmniejsza ryzyko raka piersi oraz jelita grubego.

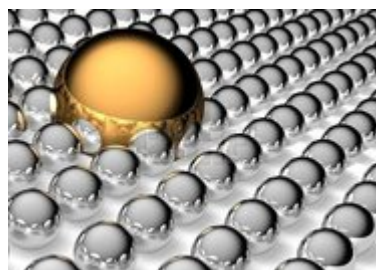
Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)  
<http://laboratoria.net/aktualnosci/26654.html>



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**