

[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](#)

Ostre jedzenie wydłuża życie

Naukowcy z Larner Collage of Medicine (Uniwersytet Vermont) przeprowadzili niedawno spore, prospektywne badanie kohortowe. Dotyczyło ono spożywania ostrych papryczek chilli. Wyniki badań wskazują, że jedzenie tych ostrych papryczek wydłuża nasze życie - ryzyko przedwczesnej śmierci u osób, które sięgają po ostre przyprawę spada o 13%.

Pomimo, że wcześniej wielu naukowców wskazywało na pozytywne efekty spożywania ostrej papryki to tak naprawdę dopiero 2 lata temu chińskim naukowcom udało się znaleźć bezpośrednią relację pomiędzy spożywaniem pikantnych papryczek chilli a umieralnością.

Benjamin Littenberg i Mustafa Chopan w swoim badaniu wykorzystali dane, które dotyczyły ponad 16 tysięcy mieszkańców USA. Dane te pochodziły z programu National Health and Nutritional Examination Survey (NHANES) III. W tym programie obserwowano prawie 40 tysięcy osób przez 23 lata.

Zebrane dane wskazują, że średnio konsument ostrych papryczek to młody mężczyzna pochodzenia meksykańskiego. Badania wskazują, że najczęściej jest on żonaty, pije alkohol i pali papierosy a także ma niższy dochód i gorsze wykształcenie niż osoby, które spożywają mniej ostrych papryczek. Dodatkowo ma on także śmiertelność niższą o 13 % - jest to pozytywny efekt spożywania takich papryczek, szczególnie, jeśli pod uwagę weźmiemy takie przyczyny zgonów, jak zawał serca czy udar.

Obecnie nie wiemy jednak do końca, jakiego rodzaju mechanizm jest odpowiedzialny za takie działanie. Możliwe jednak jest, że kapsaicyna ma bezpośredni, pozytywny wpływ na układ sercowo - naczyniowy (na przykład działanie przeciwzapalne). Można przypuszczać również, że ma ona pośredni wpływ - na przykład zmieniając skład flory bakteryjnej w jelitach. Te hipotezy wymagają jednak dalszych badań.

Źródło: [PLOS One](#)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/26863.html>



03-10-2024

[Studenci poszerzają wiedzę medyczną](#)

Dzięki grze w wirtualnej rzeczywistości.



03-10-2024

Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji

Informuje Ministerstwo Cyfryzacji.



03-10-2024

Psycholog o pomocy powodzianom

Mamy naturalną potrzebę pomagania ludziom.



03-10-2024

Muzyka pomocna w leczeniu osób

Z zaburzeniami wynikającymi z używania narkotyków czy alkoholu.



03-10-2024

Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi

Podobnie jest też w innych krajach.



03-10-2024

Potrafimy zapędzić bakterie do roboty

Odpowiednio zaprogramowane bakterie produkują leki, białka i żywność.



03-10-2024

Mikrożele zmieniające właściwości podczas druku 3D

Dla lepszego poznania raka piersi.



03-10-2024

System ewaluacji działalności naukowej wymaga zmian

Poważniejsze zmiany powinny wejść w życie od następnego okresu.

Informacje dnia: [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#) [Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiologia zmagająca się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#) [Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiologia zmagająca się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów](#)

[korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#)
[Kardiochirurgia zmaga się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#)

Partnerzy