

[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](#)

Gorzka czekolada pomaga przywrócić elastyczność tętnic

✘ Gorzka czekolada pomaga przywrócić elastyczność tętnic i zapobiega przyleganiu leukocytów do śródbłonna, zmniejszając tym samym ryzyko rozwoju miażdżycy - wynika z badań opublikowanych przez "The FASEB Journal". Periodyk jest wydawany przez

Federację Amerykańskich Towarzystw Biologii Eksperymentalnej.

Naukowcy z Holandii postanowili zbadać wpływ spożywania gorzkiej czekolady na stan naczyń krwionośnych 44 mężczyzn w średnim wieku z nadwagą, którzy byli obserwowani przez dwa czterotygodniowe okresy. Spożywali wówczas 70 gramów czekolady dziennie. Jednocześnie monitorowane były markery zdrowia naczyń krwionośnych.

Uczestnicy konsumowali specjalnie przygotowaną gorzką czekoladę z wysoką zawartością flawonoli (przeciwutleniaczy) lub gorzką czekoladę dostępną w sklepach. Oba rodzaje czekolady miały bardzo zbliżoną zawartość kakao.

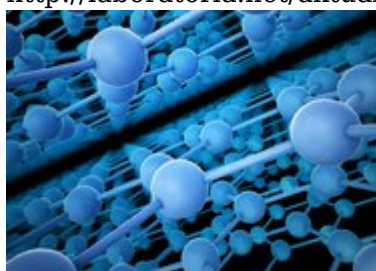
W czasie trwania obserwacji uczestnicy nie mogli spożywać produktów wysokoenergetycznych, by uniknąć dalszego przybierania na wadze.

Okazało się, że spożywanie czekolady, zarówno tej z podwyższoną zawartością flawonoli, jak i tej powszechnie dostępnej, równie skutecznie poprawiało stan zdrowia naczyń krwionośnych badanych mężczyzn.

"Zwiększenie zawartości flawonoli nie zwiększało korzystnego działania czekolady na zdrowie tętnic. Wpływa jednak na smak i motywację do spożywania czekolady" - mówi autor badań dr Diederik Esser z Uniwersytetu Wageningen.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/20789.html>



28-05-2024

Drżące nanorurki

Właściwości zależą m.in. od tego, w jaki sposób struktury te wibrują.



28-05-2024

[Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#)

Informuje "Nature".



28-05-2024

[ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#)

W roku 2022 dzieci z diagnozą ADHD było o milion więcej niż w roku 2016.



28-05-2024

[Testy na obecność HPV](#)

Co osiem lat równie skuteczne, co regularna cytologia.



28-05-2024

Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO

Przeznaczonych do walki z malarią.



28-05-2024

Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku

Niektóre gatunki owadów są w stanie zjadać plastik.



28-05-2024

Terapia daremna przedłuża cierpienie, przedłuża agonię

Terapia daremna nie jest w stanie pomóc pacjentowi.



28-05-2024

Widzimy eskalację zaburzeń związanych ze stresem

Szeroko rozumianych lękowo-depresyjnych.

Informacje dnia: [Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#)

Partnerzy