

[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](#) [Szkozenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)

[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się



[Strona główna](#) > [Start](#)

"Ostra" broń w walce z nadwagą

Od tego momentu papryka szybko rozprzestrzeniła się w Hiszpanii, następnie we Włoszech, w południowej Francji, Turcji i pozostałych krajach bałkańskich. Do szerokiego rozpropagowania papryki przyczynili się Węgrzy, używający jej od 1526 roku, dla których papryka stała się narodową jarzyną i przyprawą. Wszystkie rodzaje odmian pieprzu zawierają m. in.: sól, potas, magnez, wapń, mangan, żelazo, miedź, fosfor, chlor, karoten, witaminy: E, B1, B2, C (świeża papryka zawiera pięć razy więcej witaminy C niż cytryna!!), kwas nikotynowy (amid kwasu nikotynowego, wit. B3). Co ciekawe jeden z rodzajów pieprzu, pieprz czarny swój ostry smak zawdzięcza, zawartej głównie w wierzchniej warstwie owocu **piperynie** (pochodna piperydyny, alkaloid). Piperyna pobudza zakończenia nerwowe w przewodzie pokarmowym, wzmacniając przede wszystkim wydzielanie soku żołądkowego. Polepsza trawienie pokarmu i wchłanianie mleczka pokarmowego z jelit do krwi, poprawia ukrwienie tkanek, wzmacnia diurezę. Marcowy numer "Journal of Agricultural and Food Chemistry" donosi o odkryciu przez azjatyckich naukowców - Gow-Chin Yen i Chin-Lin Hsu z National Chung Hsing University w Tajwanie, iż jeden z podstawowych składników czerwonego pieprzu - **kapsaicyna** - zapobiega rozwojowi komórek tłuszczowych i może pomagać w walce z nadwagą. Naukowcy udowodnili, że ta niepozorna cząsteczka chemiczna potrafi skutecznie hamować przemianę niedojrzałych komórek tłuszczowych (preadipocytów) w komórki dorosłe

(adipocyty). Dzięki temu obniża w organizmie poziom tkanki tłuszczowej. Jej działanie polega na dostarczaniu specyficznego sygnału biochemicznego do adipocytów. Komórki, które go otrzymują, wchodzi na drogę apoptozy, czyli zaprogramowanej śmierci i ulegają samozniszczeniu. Powyższe odkrycie potwierdza fakt, że w treści żołądkowej mieszkańców Azji, znanych z upodobania do ostrych przypraw (w tym czerwonego pieprzu) i rzadko zmagających się z problemem nadwagi, jest znacznie wyższy poziom kapsaicyny niż w organizmach przedstawicieli innych nacji.

Autor: M.C.

<http://laboratoria.net/home/11053.html>

Informacje dnia: [Zawał serca: jak udzielić pomocy?](#) [Węgiel brunatny kontra wirusy](#) [Nieprawidłowe ciśnienie krwi wpływa na ryzyko demencji](#) [Nowy typ zegara molekularnego](#) [Polacy pracują nad nowym EKG](#) [Jakie są przyczyny otyłości?](#) [Zawał serca: jak udzielić pomocy?](#) [Węgiel brunatny kontra wirusy](#) [Nieprawidłowe ciśnienie krwi wpływa na ryzyko demencji](#) [Nowy typ zegara molekularnego](#) [Polacy pracują nad nowym EKG](#) [Jakie są przyczyny otyłości?](#) [Zawał serca: jak udzielić pomocy?](#) [Węgiel brunatny kontra wirusy](#) [Nieprawidłowe ciśnienie krwi wpływa na ryzyko demencji](#) [Nowy typ zegara molekularnego](#) [Polacy pracują nad nowym EKG](#) [Jakie są przyczyny otyłości?](#)

Partnerzy



-
- [Baza wiedzy](#)
- [Forum](#)
- [Humor](#)
- [Regulamin](#)
- [Oferta reklamy](#)
- [O nas](#)
-

Copyright © 2013 by Laboratoria.net | Aktualizacja: 23.08.2019 13:20