

[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](#) [Szkozenia](#) [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](#)

Składnik czerwonego wina może chronić seniorów przed upadkiem



Resweratrol, substancja zawarta między innymi w czerwonym winie, może ułatwiać seniorom poruszanie się i zapobiegać groźnym dla życia upadkom - poinformowano podczas 244. zjazdu American Chemical Society w Filadelfii.

Resweratrol to naturalny związek organiczny. Najwięcej resweratrolu zawierają winogrona, a zwłaszcza ich skórka. Wina czerwone, otrzymane z fermentacji soku razem ze skórkami owoców, zawierają więcej resweratrolu niż wina białe. Znacznie mniejsze ilości obecne są w orzeszkach ziemnych, owocach (głównie skórce) morwy i czarnej porzeczki.

Resweratrol to wyjątkowo skuteczny przeciwutleniacz, ma także działanie grzybobójcze. Zmniejsza ryzyko chorób serca, działa przeciwzapalnie, obniża poziom cholesterolu.

Badania przeprowadzone przez zespół Jane E. Cavanaugh z Duquesne University w Pittsburgu (USA) na laboratoryjnych myszach wykazały, że podawany im resweratrol ułatwia także zachowanie równowagi. Po czterech tygodniach diety zawierającej tę substancję stare myszy poruszały się na równoważni równie zręcznie, co młode. Autorzy badań uważają, że możliwe będzie opracowanie naturalnych produktów, pozwalających starszym Amerykanom prowadzić bezpieczniejsze i bardziej satysfakcjonujące życie.

Upadki stają się z wiekiem coraz większym zagrożeniem - po 65. roku życia to najczęstsza przyczyna śmierci wskutek urazu. Według danych American Geriatrics Society mniej więcej co trzeci Amerykanin ma trudności z utrzymaniem równowagi lub chodzeniem - w szczególności dotyczy to osób z chorobą Parkinsona i innymi zaburzeniami neurologicznymi związanymi z wiekiem. Samo picie czerwonego wina nie wystarczy - resweratrol słabo się wchłania, toteż aby osiągnąć efekt taki jak u myszy, przeciętna osoba musiałaby wypijać 700 kieliszków dziennie.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/14415.html>



12-05-2026

Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy