

[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](#)

Wpływ antocyjanów na zdrowie człowieka

Antocyjany są zdrowymi składnikami diety, które w badaniach nad zwierzeniami wykazują właściwości chroniące przed chorobą układu krążenia, rakiem i otyłością. Naukowcy aktualnie przeprowadzają testy tych składników w badaniach z udziałem ludzi.

Antocyjany to składniki pochodzenia roślinnego, które wykazały w badaniach nad zwierzeniami szereg

pozytywnych skutków zdrowotnych. Nie ma jednak dowodów na takie działanie uzyskanych w kontrolowanych badaniach z udziałem człowieka.

W ramach inicjatywy [ATHENA](#) (Anthocyanin and polyphenol bioactives for health enhancement through nutritional advancement) prowadzono badania na ludziach oceniające skuteczność diety bogatej w antocyjany w przeciwdziałaniu chorobom przewlekłym. Prace w projekcie ATHENA obejmowały odpowiedź na dawkę, mechanizmy działania, biodostępność antocyjanów i ich właściwości prozdrowotne.

W ramach projektu ATHENA opracowano produkty żywnościowe o różnym składzie antocyjanów z kukurydzy i pomidorów, aby określić zależność odpowiedzi od dawki i ocenić korzyści ze spożywania różnych związków. Udało się skrzyżować linie transgenicznych pomidorów, aby uzyskać wyższe poziomy antocyjanów na bazie resweratrolu, izoflawonów, genistyny i pelargonidyny.

Prowadząc badania epidemiologiczne z udziałem człowieka, naukowcy ustalili, że czynniki ryzyka chorób serca malały w odpowiedzi na spożywanie antocyjanów. W projekcie ATHENA odkryto, że dieta bogata w antocyjany może stanowić ochronę przed uszkodzeniami wynikającymi z radioterapii stosowanej w leczeniu raka piersi.

Uczestnicy projektu ocenili, że spożywanie antocyjanów może zmniejszać ryzyko chorób krążenia u szczurów. Zespół opracował nowe protokoły badań działania zbóż o wysokiej zawartości antocyjanów na skład mikroflory jelitowej.

W projekcie ATHENA określono, że dieta bogata w antocyjany przeciwdziała otyłości u szczurów, porównując różnice w profilach ekspresji ich genów ze szczurami na diecie wysokotłuszczowej i diecie pozbawionej antocyjanów. Ustalono, że spożywanie antocyjanów ograniczało zmiany epigenetyczne sprzyjające otyłości u szczurów na diecie wysokotłuszczowej. Stwierdzono również, że wybrane antocyjany podwyższyły tolerancję glukozy, przez co mogą być użyteczne w leczeniu cukrzycy.

Następnie naukowcy uzyskali szereg czystych antocyjanów do badań bioaktywności i żywienia. Uzyskano już zgodę na przeprowadzenie badań epidemiologicznych u ludzi.

Na koniec w projekcie ATHENA stworzono bazę danych z informacjami na temat antocyjanów oraz mikro- i makroskładników różnych produktów żywnościowych. Badania wykazały potencjalną korzyść wzbogacenia diety antocyjanami w celu złagodzenia zagrożeń zdrowia człowieka.

Źródło: www.cordis.europa.eu

<https://laboratoria.net/aktualnosci/26141.html>



09-04-2026

Światło uwięzione w ultracienkiej siatce

Ten wynik otwiera drogę do nowych, płaskich elementów fonicznych.



09-04-2026

Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu

Będzie można regenerować kości i stawy



09-04-2026

WAT z nowymi pracowniami dla Instytutu Radioelektroniki

Otrzymał nowy budynek z pracowniami i aulą dla studentów.



09-04-2026

Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki

Dwie trzecie z nich wyciąga inne wnioski.



09-04-2026

Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego

Bakterie rozprzestrzeniają się nie tylko w szpitalach.



09-04-2026

Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p

Przydatnym w leczeniu wielu schorzeń, jak choroby nowotworowe i autoimmunologiczne.



09-04-2026

Bez podstawowej wiedzy o roślinach

Wprowadzamy coraz więcej gatunków obcych inwazyjnych.



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.

Informacje dnia: [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#) [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#)

Partnerzy