

[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](#)

Papryczka chili przedłuża życie

Regularne spożywanie czerwonej papryczki chili może przedłużyć życie - wynika z badań opublikowanych przez „PLOS ONE”. To kolejne badanie sugerujące korzystny wpływ na zdrowie tego warzywa.

W 2015 r. „British Medical Journal” opublikował wieloletnie obserwacje przeprowadzone wśród Chińczyków. Wykazały one, że ci, którzy częściej sięgają po papryczki cieszą się dłuższym życiem. Chińczycy jednak w ogóle lepiej się odżywiają, nie było zatem pewności, czy jest to zasługa ostrej papryczki.

Takich wątpliwości nie pozostawiają Mustafa Chopan i Benjamin Littenberg z University of Vermont College of Medicine (USA). Badacze przeanalizowali dane ponad 16 tys. osób w wieku co najmniej 18 lat, które w latach 1988-1994 zostały włączone do programu badawczego National Health and Nutritional Examination Survey III. Zgromadzone wówczas ich dane o stanie zdrowia były analizowane przez obydwu badaczy.

Z tych analiz wynika, że ci, którzy regularnie spożywają czerwone papryczki chili, o 13 proc. są mniej narażeni na zgony z powodu wszystkich przyczyn. Autorzy badań podejrzewają, że jest to zasługa znajdującej się w ostrych papryczkach kapsaicyny nadającej im charakterystyczny piekący smak, a także właściwości drażniące i rozgrzewające.

Wcześniej badania wykazały, że substancja ta zmniejsza ryzyko chorób sercowo-naczyniowych oraz zawału serca i udaru mózgu. Inne wcześniej opublikowane obserwacje sugerują, że papryczka chili zmniejsza ryzyko raka piersi oraz jelita grubego.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/26654.html>



21-05-2026

[Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

[Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

[Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#)

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

[Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#)

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

[Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#)

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

[Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

[Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet](#)

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

[Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę](#)

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczewieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz](#)

[to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy