

[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](#) [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](#)

Jadłospis zapisany w genach

Warianty posiadanych przez nas genów mogą sterować naszymi wyborami żywieniowymi - poinformowali hiszpańscy naukowcy podczas dorocznej konferencji Experimental Biology 2017, która odbywa się w dniach 22-26 kwietnia br. w Chicago (USA).

"Większości osób trudno jest zmienić swoje nawyki żywieniowe, nawet jeśli są świadomi tego, że dany rodzaj pożywienia im szkodzi. Nasze badania obrazują, w jaki sposób geny wpływają na nasz mózg oraz preferencje kulinarne" - mówi autorka badań Silvia Berciano z Universidad Autonoma de Madrid.

W badaniach wzięło udział 818 osób pochodzenia europejskiego. Informacje dotyczące ich nawyków żywieniowych uzyskano z wypełnionych przez uczestników kwestionariuszy.

Okazało się, że geny analizowane przez naukowców odgrywały istotną rolę w dokonywanych przez uczestników wyborach żywieniowych. Niektóre warianty genu kodującego receptor oksytocyny wpływały na przykład na większe spożycie czekolady i większy obwód w pasie, a geny związane z otyłością wpływały na spożycie warzyw i błonnika. Zidentyfikowano także geny związane ze spożyciem soli i tłuszczu.

"Wiedza nabyta dzięki tym badaniom otworzy drzwi do lepszego zrozumienia nawyków żywieniowych i ułatwi tworzenie spersonalizowanych porad dietetycznych, bardziej dostosowanych do indywidualnych potrzeb. Tak skonstruowanej diety łatwiej będzie przestrzegać i będzie ona przynosiła lepsze rezultaty" - komentuje Berciano.

Naukowcy planują przeprowadzenie podobnych badań wśród osób o różnym pochodzeniu etnicznym. Chcą także sprawdzić, czy zidentyfikowane warianty genów wpływających na to, co jemy, mają związek z ryzykiem chorób takich jak cukrzyca, choroby serca czy nowotwory.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<https://laboratoria.net/aktualnosci/27113.html>



23-06-2026

[Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#)

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

[Przyjemnych snów życzy anestezjolog](#)

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

[Za mało siedzenia także może szkodzić](#)

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad](#)

[terapię](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy