

### [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](#)

## Słodkie napoje powiązane są ze starzeniem się organizmu



**Osoby spożywające słodzone napoje mają krótsze telomery w białych komórkach krwi, co oznacza, że są bardziej narażone na choroby związane z procesem starzenia się organizmu - czytamy w „American Journal of Public Health”.**

Naukowcy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w San Francisco (USA) dowiedli, że konsumpcja słodzonych napojów koreluje ze skracaniem się telomerów (fragmentów chromosomu zlokalizowanych na jego końcu) w leukocytach. Zjawisko to wiąże się z przyspieszonym procesem starzenia komórkowego i zwiększonym ryzykiem zachorowania na cukrzycę, choroby układu krwionośnego i niektóre typy nowotworów.

„Regularna konsumpcja napojów słodzonych może wpływać na rozwój chorób nie tylko poprzez zaburzenie metabolicznej kontroli poziomu cukru we krwi, ale również poprzez przyspieszone starzenie się komórek w tkankach” - mówi prof. Elissa Epel, współautorka badania.

Badacze przeanalizowali próbki DNA pochodzące od ponad 5 tys. zdrowych osób w wieku od 20 do 65 lat. Przeciętne spożycie słodzonych napojów wyniosło w tej grupie 12 oz (ok. 0,35 l), ale 21 proc. uczestników przyznało się do picia 20 oz (ok. 0,59 l) tego rodzaju trunków w ciągu dnia.

Ustalono, że osoby, które konsumowały dużo słodzonych napojów miały krótsze telomery. Po przeliczeniu na wiek chronologiczny okazało się, iż badani spożywający 20 oz płynów posiadali komórki „starsze” o 4,6 lat. Podobnej wielkości efekt wywołuje np. palenie papierosów.

Autorzy pracy podkreślają, że wykazali jedynie istnienie korelacji pomiędzy spożyciem słodzonych napojów a długością telomerów. Trwają już jednak badania, które mają na celu określenie związku przyczynowo-skutkowego w odniesieniu do tych zmiennych.

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/22371.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 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 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**