

[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](#)

Ostre jedzenie wydłuża życie

Naukowcy z Larner Collage of Medicine (Uniwersytet Vermont) przeprowadzili niedawno spore, prospektywne badanie kohortowe. Dotyczyło ono spożywania ostrych papryczek chilli. Wyniki badań wskazują, że jedzenie tych ostrych papryczek wydłuża nasze życie - ryzyko przedwczesnej śmierci u osób, które sięgają po ostre przyprawę spada o 13%.

Pomimo, że wcześniej wielu naukowców wskazywało na pozytywne efekty spożywania ostrej papryki to tak naprawdę dopiero 2 lata temu chińskim naukowcom udało się znaleźć bezpośrednią relację pomiędzy spożywaniem pikantnych papryczek chilli a umieralnością.

Benjamin Littenberg i Mustafa Chopan w swoim badaniu wykorzystali dane, które dotyczyły ponad 16 tysięcy mieszkańców USA. Dane te pochodziły z programu National Health and Nutritional Examination Survey (NHANES) III. W tym programie obserwowano prawie 40 tysięcy osób przez 23 lata.

Zebrane dane wskazują, że średnio konsument ostrych papryczek to młody mężczyzna pochodzenia meksykańskiego. Badania wskazują, że najczęściej jest on żonaty, pije alkohol i pali papierosy a także ma niższy dochód i gorsze wykształcenie niż osoby, które spożywają mniej ostrych papryczek. Dodatkowo ma on także śmiertelność niższą o 13 % - jest to pozytywny efekt spożywania takich papryczek, szczególnie, jeśli pod uwagę weźmiemy takie przyczyny zgonów, jak zawał serca czy udar.

Obecnie nie wiemy jednak do końca, jakiego rodzaju mechanizm jest odpowiedzialny za takie działanie. Możliwe jednak jest, że kapsaicyna ma bezpośredni, pozytywny wpływ na układ sercowo - naczyniowy (na przykład działanie przeciwzapalne). Można przypuszczać również, że ma ona pośredni wpływ - na przykład zmieniając skład flory bakteryjnej w jelitach. Te hipotezy wymagają jednak dalszych badań.

Źródło: [PLOS One](#)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/26863.html>



26-02-2025

[Czy historia epidemii wpływa na współczesne zachowania społeczne?](#)

Historia epidemii może wpływać na współczesne zachowania społeczne.



21-02-2025

[Dzień Nauki Polskiej](#)

Święto upamiętniające dokonania polskich naukowców.



21-02-2025

Analiza DNA stolca źródłem bardziej wiarygodnych informacji o diecie

Informuje pismo „Nature Metabolism”.



21-02-2025

Przyjmowanie witaminy E w czasie ciąży

Może zmniejszyć ryzyko alergii na orzeszki ziemne u dzieci.



21-02-2025

Naukowcy bliżej naprawdę autonomicznej sztucznej inteligencji

Ma znaleźć zastosowanie w przeróżnych dziedzinach.



21-02-2025

Sonda Einsteina wykryła nietypową parę gwiazd

Rozbłysk promieni X pochodzący od niezwyklej dwójki gwiazd.



21-02-2025

Polski komputer LeopardISS przetestuje przetwarzania danych na orbicie

Przetwarzanie danych na orbicie to intensywnie rozwijający się sektor.



21-02-2025

Dwa nowe obiecujące leki przeciwko łysieniu

Powiedział lekarz trycholog dr Artur Kierlach.

Informacje dnia: [Czy historia epidemii wpływa na współczesne zachowania społeczne? Dzień Nauki Polskiej](#) [Analiza DNA stolca źródłem bardziej wiarygodnych informacji o diecie](#) [Przyjmowanie witaminy E w czasie ciąży](#) [Naukowcy bliżej naprawdę autonomicznej sztucznej inteligencji](#) [Sonda Einsteina wykryła nietypową parę gwiazd](#) [Czy historia epidemii wpływa na współczesne zachowania społeczne? Dzień Nauki Polskiej](#) [Analiza DNA stolca źródłem bardziej wiarygodnych informacji o diecie](#) [Przyjmowanie witaminy E w czasie ciąży](#) [Naukowcy bliżej naprawdę autonomicznej sztucznej inteligencji](#) [Sonda Einsteina wykryła nietypową parę gwiazd](#) [Czy historia epidemii wpływa na współczesne zachowania społeczne? Dzień Nauki Polskiej](#) [Analiza DNA stolca źródłem bardziej wiarygodnych informacji o diecie](#) [Przyjmowanie witaminy E w czasie ciąży](#) [Naukowcy bliżej naprawdę autonomicznej sztucznej inteligencji](#) [Sonda Einsteina wykryła nietypową parę gwiazd](#)

Partnerzy