

[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>



24-09-2024

Migrena to choroba - można ją leczyć

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

Będzie kolejna edycja maratonu programistów

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy