

[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
<http://laboratoria.net/aktualnosci/27113.html>



14-01-2025

[Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

[Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

[Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

[Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

[Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#)

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

[Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

[Głęboki sen oczyszcza mózg](#)

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

[Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie](#)

Informuje pismo „Nutrients”.

Informacje dnia: [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza](#) [Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana](#) [Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Partnerzy