

[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](#)

Bakterie pomagają sportowcom

Sportowi mistrzowie mają w jelitach sprzymierzeńców - mikroorganizmy, które pomagają im rozkładać kwas mlekowy czy węglowodany. Naukowcy pracują już nad bakteryjnymi suplementami, które mają pomóc w osiągnięciu lepszych sportowych wyników.

Badacze z Harvard Medical School postanowili znaleźć podstawy biologiczne, w tym genetyczne, wyjątkowej formy fizycznej najlepszych atletów.

„Kiedy zaczęliśmy o tym myśleć, zapytano mnie, czy można byłoby użyć genomiki do odnalezienia kolejnego Michaela Jordana” - opowiada dr Jonathan Scheiman, jeden z autorów pracy zaprezentowanej w czasie 254. edycji National Meeting & Exposition of the American Chemical Society. „Odpowiedziałem jednak, że istnieje lepsze pytanie: czy można wyizolować biologię Jordana i przekazać ją innym, aby pomóc w stworzeniu następnego Michaela Jordana” - tłumaczy naukowiec.

Swoje poszukiwania naukowcy zaczęli od analizy mikroorganizmów zamieszkujących układ pokarmowy. „Jesteśmy bardziej bakteriami niż ludźmi” - mówi dr Scheiman. „Bakterie w naszym jelicie wpływają na metabolizm, ułatwiają rozkładanie węglowodanów, białek, błonnika. Biorą też udział w stanach zapalnych i procesach neurologicznych. Być może więc mikrobiom (zamieszkujące organizm mikroorganizmy - przyp. red.) może być istotny dla wytrzymałości, regeneracji, a nawet odporności psychicznej” - opowiada badacz.

Najpierw zespół z Harvardu odkrył pewne szczególne bakterie w jelitach maratończyków. Okazało się, że po biegu silnie namnażały się u nich bakterie, które doskonale radzą sobie z rozkładaniem kwasu mlekowego. Substancja ta powstaje w czasie wysiłku i może powodować osłabienie oraz ból mięśni.

Kolejne eksperymenty wskazały natomiast, że różne bakterie mogą pomagać w innych dyscyplinach. Jelita przebadanych ultramaratończyków zamieszkiwały bakterie, które rozkładają węglowodany i błonnik. W ten sposób pomagały sportowcom w biegach na długie dystanse. Bakterii tych nie było na przykład u wioślarzy.

Zespół z Harvardu poszukuje kolejnych mikroorganizmów u sportowców innych dyscyplin. Działająca już firma Fitbiomics ma natomiast pozwolić na wykorzystanie odkrycia w praktyce. „Chcę myśleć, że w ciągu roku od startu, będziemy mogli wprowadzić na rynek nowe probiotyki” - mówi dr Scheiman.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/27576.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