

[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](#)

Gorzka czekolada pomaga przywrócić elastyczność tętnic

✘ Gorzka czekolada pomaga przywrócić elastyczność tętnic i zapobiega przyleganiu leukocytów do śródbłonna, zmniejszając tym samym ryzyko rozwoju miażdżycy - wynika z badań opublikowanych przez "The FASEB Journal". Periodyk jest wydawany przez

Federację Amerykańskich Towarzystw Biologii Eksperymentalnej.

Naukowcy z Holandii postanowili zbadać wpływ spożywania gorzkiej czekolady na stan naczyń krwionośnych 44 mężczyzn w średnim wieku z nadwagą, którzy byli obserwowani przez dwa czterotygodniowe okresy. Spożywali wówczas 70 gramów czekolady dziennie. Jednocześnie monitorowane były markery zdrowia naczyń krwionośnych.

Uczestnicy konsumowali specjalnie przygotowaną gorzką czekoladę z wysoką zawartością flawonoli (przeciwutleniaczy) lub gorzką czekoladę dostępną w sklepach. Oba rodzaje czekolady miały bardzo zbliżoną zawartość kakao.

W czasie trwania obserwacji uczestnicy nie mogli spożywać produktów wysokoenergetycznych, by uniknąć dalszego przybierania na wadze.

Okazało się, że spożywanie czekolady, zarówno tej z podwyższoną zawartością flawonoli, jak i tej powszechnie dostępnej, równie skutecznie poprawiało stan zdrowia naczyń krwionośnych badanych mężczyzn.

"Zwiększenie zawartości flawonoli nie zwiększało korzystnego działania czekolady na zdrowie tętnic. Wpływa jednak na smak i motywację do spożywania czekolady" - mówi autor badań dr Diederik Esser z Uniwersytetu Wageningen.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/20789.html>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i

[adekwatne](#)

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

[Przydatność organów do przeszczepu](#)

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

[Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#)

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

[Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#)

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

[Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

[Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy