

[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](#)

Bakterie jelitowe poprawiają czekoladę

✘ Obecne w naszych jelitach bakterie przetwarzają kakao i czekoladę na substancje o działaniu przeciwzapalnym, korzystnie oddziałujące na serce - informuje serwis "BBC News/Health".

Jak wykazał zespół dra Johna Finleya z Louisiana State University bakterie jelitowe z rodzaju

Bifidobacterium, fermentując kakao i czekoladę doprowadzają do uwolnienia korzystnych dla zdrowia przeciwutleniaczy - polifenoli. Zdaniem autorów badań dodanie do czekolady owoców może przyspieszyć fermentację.

US National Heart, Lung and Blood Institute planuje przeprowadzenie szeroko zakrojonych badań nad czekoladową pigułką zapobiegającą chorobom serca. Producent wyrobów czekoladowych - firma Mars - opatentowała sposób uzyskiwania z kakao korzystnie działających na serce flawanoli w dużych stężeniach i umieszczania ich w kapsułkach.

Jak zaznacza dr JoAnn Mason, która będzie kierowała badaniami, korzystnych dla zdrowia flawanoli zawartych w kakao nie ma w dużej części obecnych na rynku słodczy, ponieważ często ulegają rozkładowi w toku procesów produkcyjnych. Badanie ma wykazać jak działają składniki czekolady, jeśli nie towarzyszą im cukier i tłuszcz.

W badaniach uczestniczyć ma 18 000 osób. Przez cztery lata część z nich będzie otrzymywać codziennie dwie kapsułki flawanoli, zaś pozostali - placebo. Ani uczestnicy eksperymentu, ani prowadzący go naukowcy nie będą wiedzieć, kto dostaje placebo, a kto prawdziwe flawanole.

W wypowiedzi dla BBC Christopher Allen z British Heart Foundation wyjaśnia, że choć gorzka czekolada powinna zawierać wiele flawanoli, objadanie się nią nie jest najlepszym sposobem dbania o serce, jako że część cennych substancji może ulegać rozkładowi w procesie przetwarzania, a ponadto tabliczka czekolady zawiera także cukier i tłuszcz, których nadmierne spożycie sprzyja otyłości oraz cukrzycy typu II, a co za tym idzie - chorobom serca.

Przypomniał, że najlepszym sposobem na zdrowe serce są dieta bogata w owoce i warzywa oraz aktywny styl życia.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/20975.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