

[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](#)

Kofeina zwiększa apetyt na słodzone napoje



Badania wykazały, że pijemy znacznie większe ilości słodzonych napojów, jeśli zawierają one kofeinę - informuje "British Journal of Nutrition".

Naukowcy z Deakin University w Australii przeprowadzili badania w grupie 99 osób w wieku 18 - 30 lat, z których połowa spożywała napoje z kofeiną (jej poziom odpowiadał temu występującemu w popularnych napojach gazowanych), a druga połowa - bezkofeinowe. Uczestników poinformowano, że celem testów jest ocena smaku napojów. Przez 28 dni badani mogli konsumować dowolne ilości napojów, co było monitorowane przez naukowców.

Okazało się, że osoby testujące napoje z dodatkiem kofeiny wypijały dziennie średnio 419 ml, podczas gdy grupa spożywająca napoje bezkofeinowe - jedynie 273 ml.

Osobna grupa osób oceniła, że smak obu napojów nie różnił się, co podważa argument producentów, iż kofeina sprawia, że napoje smakują lepiej.

Szacuje się, że ponad 60 proc. spożywanych napojów słodzonych stanowią napoje z dodatkiem kofeiny; głównie te dodające energii oraz reklamowane przez Świętego Mikołaja.

"Wyniki te stanowią kolejny argument przemawiający za potrzebą większej regulacji składników dodawanych do produktów żywnościowych, gdyż sprzyjają one nadmiernej konsumpcji. Zbyt częste spożywanie ubogich w składniki odżywcze wysokoenergetycznych przekąsek i napojów przyczynia się z kolei do problemów z nadwagą i otyłością" - podkreśla autorka badań Lynn Riddell.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/22844.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