

WINOGRONA... ANTYCUKRZYCOWE

Serwis EurekAlert publikuje wyniki badań, które dowodzą, że spożywanie winogron zmniejsza ryzyko chorób serca i cukrzycy.

Naukowcy z Uniwersytetu Michigan zauważyli, że dieta bogata w winogrona może chronić przed zespołem metabolicznym, który jest często zwiastunem miażdżycy i cukrzycy typu 2. Szacuje się, że obecnie problem ten dotyczy 50 mln Amerykanów.

Swoje korzystne działanie winogrona zawdzięczają tzw. fitochemikaliom, czyli substancjom czynnym pochodzenia roślinnego, które wykazują działanie przeciwutleniające.

Naukowcy przeprowadzili eksperyment, podczas którego podawali sproszkowaną mieszankę zielonych, czerwonych i czarnych winogron szczurom laboratoryjnym, które były podatne na tycie. Oprócz winogron gryzonie dostawały wysokotłuszczowe pokarmy, odzwierciedlające amerykański sposób odżywiania się. Szczury były następnie porównywane z kontrolną grupą gryzoni, które nie konsumowały sproszkowanych winogron.

Po trzech miesiącach okazało się, że w pierwszej grupie gryzoni obniżyło się ciśnienie tętnicze i poziom trójglicerydów, a także poprawiła się praca serca i tolerancja glukozy. Nie zaobserwowano natomiast żadnych zmian w wadze ciała.

Choć badania były przeprowadzane na gryzoniach, naukowcy przypuszczają, że spożywanie winogron ma podobnie korzystny wpływ na ludzi.

- Zredukowanie tych czynników ryzyka może opóźnić rozwój cukrzycy oraz chorób serca lub złagodzić ich przebieg. W konsekwencji może przyczynić się zmniejszenia obciążeń wynikających z rosnącej liczby chorych - stwierdza autor badań, dr Mitchell Seymour.

Źródło: PAP/Rynek Zdrowia