

# Účinok pravidelnej konzumácie aróniovej šťavy na rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení u žien v postmenopauzálnom období

Mrázová Jana, Kolesárová Anna, Kopčeková Jana, Zeleňáková Lucia

Slovenská poľnohospodárska univerzita v Nitre, Ústav výživy a genetiky

## Súhrn

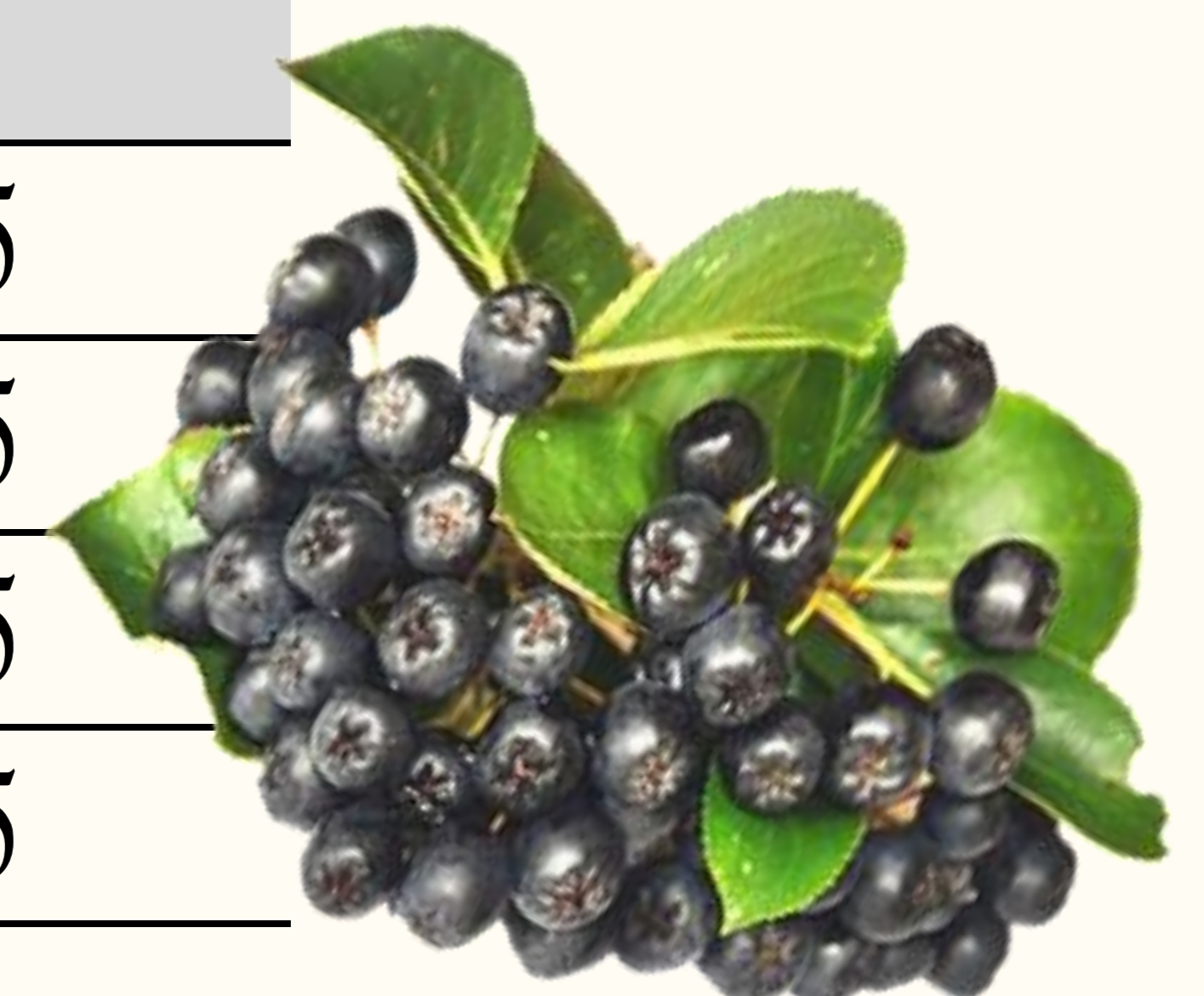
Klinická štúdia bola zameraná na zhodnotenie vplyvu pravidelnej konzumácie 100 % aróniovej šťavy na vybrané rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení u žien v postmenopauzálnom období. Arónia čiernoplodá (*Aronia melanocarpa* L.) je v dnešnej dobe cenená pre svoj vysoký obsah biologicky aktívnych látok ako polyfenoly, minerálne látky a vitamíny. Štúdie sa zúčastnilo 14 žien, veku od 41 do 58 rokov, s priemerným vekom  $51,5 \pm 4,1$  rokov, ktoré konzumovali 50 ml aróniovej šťavy denne v priebehu 4 týždňov. V hodnotení antropometrických parametrov môžeme konštatovať, že konzumácia šťavy má pozitívny vplyv na zdravotný stav probandiek v redukcii telesného tuku, ako aj viscerálneho tuku ( $p < 0,05$ ). Z biochemických parametrov sme sledovali lipidové parametre a zápalový marker c-reaktívny proteín (CRP). Zaznamenali sme štatisticky nepreukazné zníženie rizikových faktorov LDL cholesterolu a celkového cholesterolu a zvýšenie HDL cholesterolu ( $p > 0,05$ ). Zápalový marker CRP u probandiek bol štatisticky preukazne znížený ( $p < 0,05$ ). Záverom môžeme konštatovať, že pravidelná konzumácia extraktu z arónie čiernoplodej by mohla prispieť k priaznivým účinkom na zníženie rizika kardiovaskulárnych ochorení lipidových a zápalových parametrov, ako aj zníženie viscerálneho tuku žien v postmenopauzálnom období.



Arónia čiernoplodá je vysoko biologicky hodnotná rastlina, vhodná pre udržanie zdravia a v prevencii civilizačných ochorení. Čerstvé a nespracované bobule arónie sa pre ich horkotrpkú chuť často nekonzumujú, preto sa plody arónie využívajú pri výrobe štiav, nektárov, sirupov, džemov, ovocných dezertov, želé, vín a rôznych likérov, ale aj ako potravinárske farbivo. Extrakt z aróniovej šťavy obsahuje významné množstvo niacínu, ktorý môže zmierniť kardiovaskulárne ochorenia znížením aktivity lipidov. Kardioprotektívne a protizápalové vlastnosti arónie boli testované aj v klinických štúdiách u pacientov trpiacich kardiovaskulárnymi ochoreniami.



Parameter	1. meranie	2. meranie	p-hodnota
BMI ( $\text{kg}\cdot\text{m}^{-2}$ )	$28,43 \pm 3,59$	$28,16 \pm 3,75$	$p < 0,05$
WHR	$0,98 \pm 0,06$	$0,97 \pm 0,06$	$p < 0,05$
BFM (%)	$38,42 \pm 5,44$	$38,13 \pm 5,78$	$p < 0,05$
VFA ( $\text{cm}^2$ )	$123,99 \pm 26,94$	$120,86 \pm 27,65$	$p < 0,05$



BMI (body mass index) – index telesnej hmotnosti, BFM (body fat mass) – množstvo tuku v tele, (WHR (waist to hip ratio) – pomer pás/boky, VFA (visceral fat area) – viscerálna tuková plocha



Parameter	1. meranie	2. meranie	p-hodnota
Celkový cholesterol ( $\text{mmol}\cdot\text{l}^{-1}$ )	$6,62 \pm 1,07$	$6,46 \pm 1,07$	$p > 0,05$
LDL-cholesterol ( $\text{mmol}\cdot\text{l}^{-1}$ )	$4,29 \pm 0,99$	$4,08 \pm 1,13$	$p > 0,05$
HDL-cholesterol ( $\text{mmol}\cdot\text{l}^{-1}$ )	$1,81 \pm 0,43$	$1,86 \pm 0,40$	$p > 0,05$
Triacylglyceroly ( $\text{mmol}\cdot\text{l}^{-1}$ )	$1,15 \pm 0,42$	$1,15 \pm 0,47$	$p > 0,05$
Pomer LDL/HDL	$2,49 \pm 0,75$	$2,31 \pm 0,81$	$p < 0,05$

Táto práca bola podporená projektom VEGA 1/0159/21