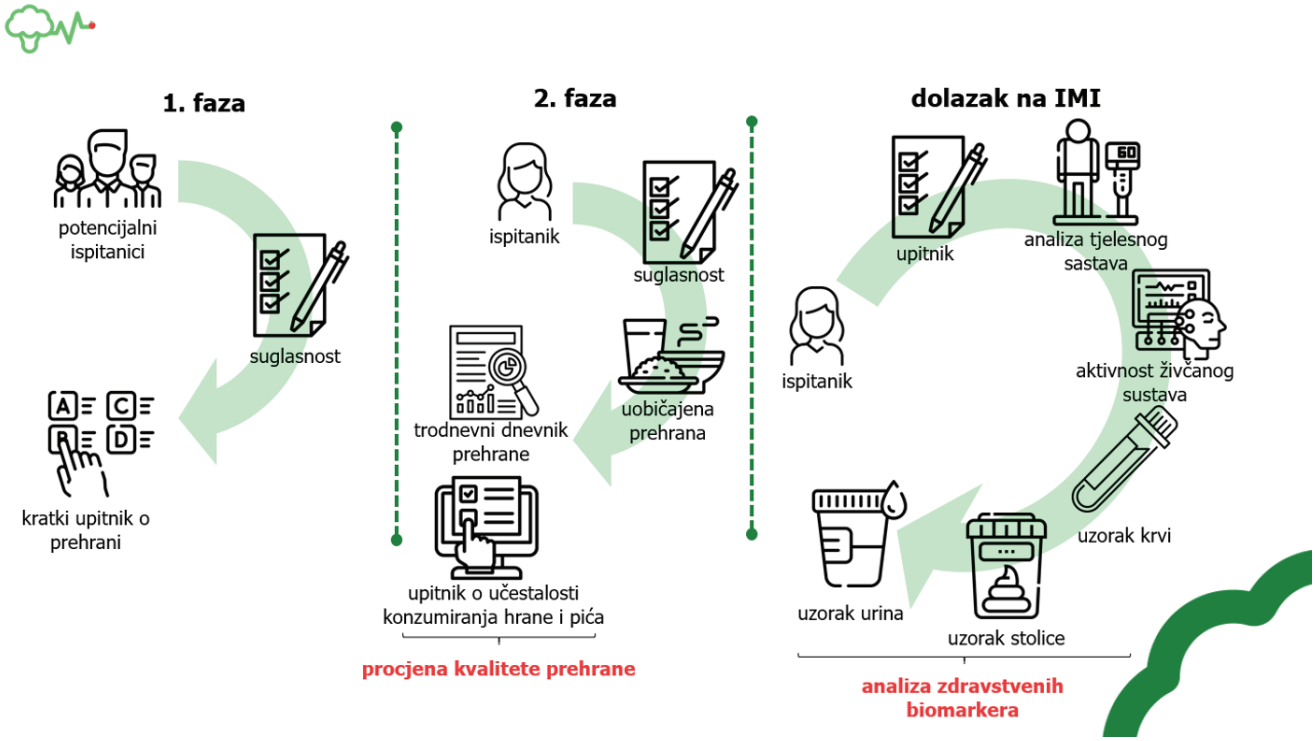
Projekt Usporedba zdravstvenih biomarkera u ljudi s različitim prehrambenim navikama (UZDRAVLJe, HRZZ-IP-2025-02-2823)

Pozivamo vas na sudjelovanje u studiji projekta UZDRAVLJe, koji je započeo u prosincu 2025., a financirat će ga Hrvatska zaklada za znanost (HrZZ). Nositelj projekta je Institut za medicinska istraživanja i medicinu rada (IMI) u Zagrebu. Projekt okuplja 11 znanstvenika koji pokrivaju područja molekularne biologije, biomedicine, medicine, nutricionizma, bioinformatike i javnog zdravstva. Veći dio istraživanja provodit će se u Zavodu za toksikologiju i Zavodu za medicinu rada i okoliša IMI, dok su suradne ustanove *Instituto de Investigación Biomédica de Málaga y Plataforma en Nanomedicina* iz Španjolske, KB Merkur i Sveučilište u Zagrebu – Prehrambeno-biotehnološki fakultet.

Projekt UZDRAVLJe usmjerili smo na rješavanje tri glavna problema: (1) temeljitije istraživanje utjecaja vrste i kvalitete prehrane na zdravlje korištenjem dobro utvrđenih biomarkera, (2) personalizirano stručno mišljenje o načinu prehrane pojedinca i (3) promicanje trenutnog znanja utemeljenog na dokazima.



Ljudi svojom prehranom vrlo lako mogu utjecati na unos esencijalnih i toksičnih tvari u svoj organizam te na taj način utjecati i na održavanje zdravlja. Jedna od najočitijih posljedica neuravnotežene prehrane jest pretilost, globalna pandemija koja značajno podiže rizike za nezarazne bolesti, a usto donosi i goleme financijske troškove. Prema najnovijim smjernicama komisije *EAT Lancet 2.0* nazvanim *Planetary Health Diet* predviđeno je smanjivanje unosa namirnica životinjskog podrijetla i povećanje unosa biljnih namirnica. Tim znanstvenika iz Instituta za medicinska istraživanja i medicinu rada već više od desetljeća istražuje utjecaj prehrane na ljudsko zdravlje. Ponovno su nam u fokusu istraživanja prehrane temeljene na biljkama, poput veganstva, vegetarijanstva, mediteranske prehrane, ali i ostalih obrazaca svejedstva. Posebna pozornost bit će usmjerena na kvalitetu prehrane te kolika je upravo njena važnost za naše zdravlje.

Više informacija o projektu, ali i o njegovu tijeku, dostupno je na mrežnoj stranici projekta (https://projekti.imi.hr/uzdravlje/) te na društvenoj mreži LinkedIn.

Marko Gerić i Goran Gajski


PROJEKT UZDRAVLJE
POZIV ZA SUDJELOVANJE
Financira Hrvatska Zaklada za Znanost
HRZZ
O NAMA
Cilj nam je utvrditi utjecaj različitih prehrambenih navika na biomarkere povezane sa zdravljem.
Tim stručnjaka iz Hrvatske i Španjolske s dugogodišnjim iskustvom provodi ovaj trogodišnji projekt.
JAVITE NAM SE
Hranite se vegetarijanski, veganski ili pak pratite mediteranski stil prehrane?
ŠTO OČEKIVATI
Procjena kvalitete prehrane
Analiza sastava tijela
Krvne pretrage: vitamini B12, D, hormoni štitnjače, esencijalni metali, kolesterol, inzulin, kortizol i dr.
Analiza crijevnog mikrobioma
Aktivnost autonomnog živčanog sustava
TKO SE MOŽE UKLJUČITI
stanovnici Grada Zagreba i Zagrebačke županije
osobe oba spola, 18-55 g, BMI 18-30 kg/m2
bez većih zdravstvenih problema
KONTAKT
Ksaverska cesta 2, Zagreb
uzdravlje@imi.hr
projekti.imi.hr/uzdravlje/
UZDRAVLJe
imi
ibima
Plataforma BIONAND
KLINIČKA BOLNICA MERKUR