

「ヒトケミカル」が運動機能を向上

消費者向けセミナーで最新知見を報告

コサナ



コサナ(東京都中央区、03・62602・151)は12月19日、「運動と栄養によるスポーツパフォーマンスの向上」をテーマに消費者向けセミナーを開催。同社の寺尾啓二社長(写真)はスポーツパフォーマンスの向上に必要な要素として①抗酸化、②エネルギー産生促進、③筋力増強の3点を挙げ、それぞれに対する機能性食品のエビデンスを紹介した。

抗酸化作用については、マヌカハニーに含まれるシリング酸メチルは優れた抗酸化作用を持ち、実際に運動パフォーマンスを向上することが分かっている。さらに、 α -オリゴ糖と合わせたマヌカオリゴパウダー(MAP)とすることで、さらに抗酸化活性が向上するとの研究結果も報告した。

生体内でのエネルギー産生については、CoQ10、R体 α -リポ酸、L-カルニチンなどの成分が大きく関わっているが、どちらも安定性や吸収性が悪いことが難点であった。

しかし、 γ -オリゴ糖で包接することでR体 α -リポ酸の安定性を高めるとともに、CoQ10の水溶性を格段に高めることができ、ヒト臨床試験では持久力の向上や疲労回復などの機能性が確認されている。同社ではこれらの成分を「ヒトケミカル」と定義し、5大栄養素と食物繊維を合わせた「8大栄養素」として提唱している。

筋力増強については、ウルソール酸の筋肉増加作用や、クルクミンの抗疲労作用・筋肉損傷抑制作用を紹介。どちらも γ -オリゴ糖で包接することで吸収性が高まるため、より高い効果が期待できるとした。