nieuws

'Hongerhormoon' leptine bepaalt ook smaakvoorkeur

nieuws

Onze 'goede smaak' - en vooral het voedsel waar we spontaan verlekkerd op raken en gulzig naar grijpen - wordt grotendeels hormonaal gestuurd. Een onderzoeksteam van de universiteit van Cambridge heeft namelijk het hormoon geïdentificeerd dat verantwoordelijk zou zijn voor onze smaakvoorkeuren. Het gaat om leptine, ook wel eens 'het hongerhormoon' gedoopt. Eerder was al bekend dat de mens zich verzadigder voelt naargelang er meer leptine in het bloed circuleert.

15 SEPTEMBER 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 14:39

Onze 'goede smaak' - en vooral het voedsel waar we spontaan verlekkerd op raken en gulzig naar grijpen - wordt grotendeels hormonaal gestuurd. Dat beweert een onderzoeksteam van de universiteit van Cambridge. We zijn dan blijkbaar toch een pure zak willoze darmen, water en DNA, schrijft De Morgen.

Dr. Sadaf Farooqi en Dr. Paul Fletcher hebben het hormoon geïdentificeerd dat verantwoordelijk zou zijn voor onze smaakvoorkeuren. Het gaat om leptine, ook wel eens 'het hongerhormoon' gedoopt. De eerste serieuze experimenten met leptine gebeurden al in de jaren '50 bij muizen, diertjes die door een lichaamsmutatie - defecte receptoren - nooit verzadigd raakten als ze aten. Deze obesitasmuizen werden dikker en dikker.

In de jaren '90 werd duidelijk dat leptine ook de schranzende mens in zijn wurggreep kan houden. Eén van de principes luidt: hoe meer leptine er in het bloed circuleert, hoe verzadigder de mens zich voelt. Farooqi en Fletcher gaan in hun recente research nog een stap verder: leptine is niet alleen het sleutelhormoon dat ons hongergevoel kan beïnvloeden, maar het is ook de controleur die bepaalt welke voeding we lekker of vies vinden.

Het team bestudeerde patiënten met een zeldzame genetische afwijking: personen die haast leptineloos door het leven gaan. Net als de muizen waren deze patiënten excessieve eters. Regelmatig kregen ze foto's van eten (chocoladecake, pizza, maar ook

broccoli) en van non-fooditems (zoals auto's en bomen) te bekijken, waarbij door complexe scanners telkens hun breinrespons werd gemeten. Wat bleek? De patiënten reageerden hyperactief op elke afbeelding van voedsel. Ze bleven ook hongerig, zelfs als ze recht van tafel kwamen.
Maar wanneer ze een dosis leptine kregen toegediend, viel hun respons op dezelfde foto's dramatisch terug. Hun hongergevoel kromp en ze werden op den duur ook kieskeuriger in hun voedselkeuze, met gewichtsverlies als gevolg. Kortom: wie een nijpend tekort heeft aan dit hormoon, is gedoemd om te schranzen. Het verklaart meteen ook voor een deel waarom mensen allerlei junk food blijven bunkeren.
Eigenlijk hebben de onderzoekers niet veel nieuws ontdekt, want een andere studie toonde recentelijk aan dat de afkeer van onbekend of nieuw voedsel, vooral bij kinderen, ook zwaar beïnvloed wordt door genetische factoren. Onderzoeker Lucy Cooke van de Cancer Research UK Health Behaviour Unit - die jarenlang duizenden tweelingen bestudeerde - beweert immers dat deze zogeheten food neophobia (angst voor onbekend eten) voor 78 procent door erfelijke factoren en slechts voor 22 procent door individuele omgevingsfactoren wordt bepaald.
De wetenschap reikt ons dus plots dubbelzinnige argumenten aan. Als u straks immers uw zoveelste friet met mayonaise en berenklauw bestelt, kan u altijd beweren dat uw schrijnend leptinetekort de ware boosdoener is. Of dat u nu eenmaal genetisch voorbestemd bent om liever in McDonald's dan in Comme chez Soi te tafelen. Vergeet het dus maar dat u uw kroost nog spruitjes, witloof of schorseneren leert appreciëren: uw DNA is namelijk verantwoordelijk voor hun njet.(KS)
Meer informatie: Hormone regulates fondness for food

VILT vzw
Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact
M • info@vilt.be

Volg ons op:
screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/

screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada