nieuws

Eén-programma doet sporters rode bietensap drinken

nieuws

Dankzij het Eén-programma ‘Ook getest op mensen’ is rode bietensap een wondermiddel geworden voor sporters.

27 JANUARI 2011 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:14

Lees meer over:
gezondheid

Dankzij het Eén-programma ‘Ook getest op mensen’ schudt rode bietensap zijn oubollige imago van zich af en werd het een wondermiddel”, stelt De Morgen vast na een rondvraag bij bio- en natuurwinkels. Sinds het programma liet zien dat het sap de uithouding tot 16 procent doet stijgen, is het product erg geliefd bij sporters. Inspanningsfysioloog Peter Hespel van de K.U.Leuven bevestigt de werking.
“Vlaanderen loopt storm voor rode bietensap en sporters vallen met bosjes voor het product”, heet het in De Morgen. Bio- en natuurwinkels zien de flessen de deur uit vliegen. De uitbaters stellen dan ook vast dat de impact van het tv-programma en van mond-aan-mondreclame bijzonder groot is. Sinds zes wielertoeristen in ‘Ook getest op mensen’ aantoonden dat het sap de uithouding gevoelig verbetert, lijkt niemand nog te malen om de vreemde smaak van het sap.
"Niet verwonderlijk, ik heb zelden een product gezien dat op zo'n consistente manier werkt", zegt inspanningsfysioloog Peter Hespel van de K.U.Leuven. Hespel onderzoekt in Leuven ook zelf de werkzaamheid van rode bieten. Hij weet dat onder meer Engelse wetenschappers inmiddels al bewezen hebben dat het sap de uithouding tot 16 procent kan verbeteren.
Volgens Hespel heeft dat te maken met de nitraten die in de groente zitten. Wanneer die opgenomen worden door het lichaam bevorderen ze de aanmaak van stikstofoxide. Dat product regelt op zijn beurt de zuurstofopname in het bloed. Hoe beter die geregeld is, hoe beter de uithouding. Buitenlands onderzoek bewees volgens Hespel al

de werkzaamheid op korte termijn, “wij onderzoeken nu of het ook op langere termijn effect heeft”.
De professor benadrukt nog dat bietensap volstrekt natuurlijk is en niets met doping te maken heeft. Volgens Hespel is het effect van sap al doorgedrongen in het wieler- en triatlonmilieu. Dopingcontroleurs weten intussen dat rood gekleurde urine meestal betekent dat de sporter rode bietensap drinkt.

Bron: De Morgen

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