nieuws

# Insecten eten helpt tegen hoge bloeddruk

nieuws

Wie insecten eet, zou zijn bloeddruk met 10 à 15 procent zien dalen. Dat blijkt uit een doctoraatsstudie aan de UGent. Het zijn de eiwitten die in de insecten, en dan vooral in rupsen, zitten die de bloeddruk helpen onder controle te houden. In de westerse wereld zijn er naar schatting meer dan 250 miljoen mensen met een hoge bloeddruk. Onderzoekers moeten nu op zoek naar een commerciële toepassing. Het lijkt immers niet zo simpel om gegadigden voor rupsenboter of -yoghurt te vinden, schrijft De Morgen.

25 NOVEMBER 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:06

Wie insecten eet, zou zijn bloeddruk met 10 à 15 procent zien dalen. Dat blijkt uit een doctoraatsstudie aan de UGent. Het zijn de eiwitten die in de insecten, en dan vooral in rupsen, zitten die de bloeddruk helpen onder controle te houden. In de westerse wereld zijn er naar schatting meer dan 250 miljoen mensen met een hoge bloeddruk. Onderzoekers moeten nu op zoek naar een commerciële toepassing. Het lijkt immers niet zo simpel om gegadigden voor rupsenboter of -yoghurt te vinden, schrijft De Morgen.

Het onderzoek werd door Liesbeth Vercruysse uitgevoerd voor de vakgroep Gewasbescherming aan de UGent. "De vakgroep heeft verschillende projecten in Zuid-Oost Azië", legt dr. Benedikt Sas uit. Sas maakt deel uit van Food2Know, een spin-off van de UGent die nu aan de slag gaat met de bevindingen uit de doctoraatsstudie. "In die regio is insecten eten de normaalste zaak van de wereld. Bij dit onderzoek werd nagegaan of er enige biologische effecten op het lichaam zijn bij het eten van insecten". Dat bleek inderdaad het geval te zijn. "Het insecteneiwit heeft een positief effect op de bloeddruk", aldus Sas. "Er werden verschillende soorten insecten getest - wantsen, rupsen en sprinkhanen - maar vooral de rupsen, en dan zeker de zijdemotrups, die ook veelvuldig gegeten wordt, blijkt gunstig te zijn. Momenteel werden er alleen nog maar tests uitgevoerd bij ratten. Daar zagen we de bloeddruk met 10 à 15 procent dalen en

dat is een significant verschil. Wat het helemaal interessant maakt, is dat lopend onderzoek lijkt aan te tonen dat er bij gezonde proefdieren geen effect is".
Dat wil zeggen dat de eiwitten in courante voedingsmiddelen ingewerkt kunnen worden zonder dat die daardoor nadelig worden voor mensen met een lage of normale bloeddruk. Al moet over de praktische uitwerking nog nagedacht worden. "Die insecten mogen dan al wereldwijd gegeten worden, willen we ze in ons land op de markt brengen dan zijn er toch nog toxicologische tests en proeven allerhande nodig", weet Sas.
"Bovendien is het de vraag hoe je dit aan de man zult brengen. Neem nu de cholesterolverlagende stof in boter, daar is ook heel lang over getwijfeld in welk product dat het best gebracht zou kunnen worden. Ik kan mij voorstellen dat een insectendrankje voor veel mensen niet echt aanlokkelijk klinkt. We moeten bekijken of we voor een voedingssupplement als een capsule opteren dan wel het verwerken in een product", luidt het.
Sas moet de verdere onderzoeken afwachten maar hij verwacht dat er wel degelijk gebruik zal worden gemaakt van het echte insectenextract. "Insecten maken dit eiwit zeer gemakkelijk aan. We kunnen proberen om een synthetische versie van de stof te ontwikkelen maar de vraag is of dat ooit zo efficiënt zou zijn". De markt voor een middeltje tegen hypertensie is in ieder geval reusachtig. Een kwart miljard mensen zou aan hoge bloeddruk lijden en op die manier een hoger risico lopen voor het ontstaan van hart- en vaatziekten. "Verwacht wordt dat die groep in de toekomst alleen maar toeneemt", aldus Sas. De medicijnen die vandaag op de markt zijn, hebben vaak nevenwerkingen waardoor een nieuw, natuurlijk middel welkom zou zijn.(KS)

**Bron:** De Morgen</i>


## 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