nieuws

"Werking eetlustremmers vaak onvoldoende bewezen"

nieuws

Steeds meer bedrijven brengen eetlustremmende voedingsmiddelen op de markt. Eetlustremmende vetten en eiwitten in koekjes, soepen of brood moeten het groeiende leger lijnende mensen helpen om minder te eten. Ook universiteiten trachten te achterhalen welk type voedingsmiddelen beter verzadigt dan andere. Deskundigen pleiten er voor dat de claims over de hongerwerende effecten sterk genoeg onderbouwd worden. In de praktijk is dat niet altijd het geval.

13 APRIL 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:59

Steeds meer bedrijven brengen eetlustremmende voedingsmiddelen op de markt. Eetlustremmende vetten en eiwitten in koekjes, soepen of brood moeten het groeiende leger lijnende mensen helpen om minder te eten. Ook universiteiten trachten te achterhalen welk type voedingsmiddelen beter verzadigt dan andere. Deskundigen pleiten ervoor dat de claims over hongerwerende effecten sterk genoeg onderbouwd worden.

In Nederlandse supermarkten ligt al eetlustremmende yoghurt, Optimel Control geheten. Producent Campina onderzoekt nu of deze yoghurt ook interessant is voor de Belgische markt, zo laat een woordvoerder weten. Optimel Control bevat per flesje van 100 milliliter 2 gram "natuurlijk plantenextract" dat "helpt om minder te eten". De door het chemiebedrijf DSM gepatenteerde extracten zijn in elkaar geknutselde bolletjes palmolie, ingepakt in een olielaagje uit haver. Ze moeten de afgifte van het verzadigingshormoon stimuleren.

Op die claim is al wat kritiek gekomen. Zo ook uit de Universiteit van Wageningen. Volgens voedingsdeskundige Kees de Graaf, hoogleraar Eetgedrag, zijn de vijf onderbouwende studies te mager om deze claim te kunnen waarmaken. Zijn collega Greet Vansant van de KU Leuven is het daarmee eens. "Bovendien zijn er helemaal geen studies gedaan naar de veiligheid van het product", stelt zij. "Studies die effect

aantonen, zouden moeten herhaald worden bij meerdere groepen vooraleer de fabrikant een claim mag opvoeren".
Volgens de deskundigen zijn er bovendien natuurlijke middelen die een verzadigingsgevoel opwekken. "Van groenten en fruit is al wel wetenschappelijk bewezen dat ze goed verzadigen", stelt Kees de Graaf. "Theoretisch is snelle verzadiging snel en goedkoop te bereiken: gewoon veel vezels eten en ook trager eten zodat je lichaam de tijd krijgt om verzadigingssignalen af te geven", meent zijn collega Vansant.(GL)

Bron: De Standaard

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