View this email in your browser

WHOLEFIBER™
Groente voor gezonde darmen.
Eenvoudig en puur natuur.

Nieuwsbrief voor Professionals – nr 2 - oktober 2023

WholeFiber – groente voor gezonde darmen

Onze missie is om mensen te helpen controle te krijgen over hun dieet, hun gezondheid en hun kwaliteit van leven.

Gezonde leefstijl – (darm)gezondheid.
Steeds meer is bekend over het belang van ons darm microbioom en het verband daarmee naar hetvoorkomen en zelfs omkeren van zogenaamde "welvaartsziekten/life-style diseases". Het eten vanvoldoende prebiotische vezels is daarvoor essentieel. WholeFiber is een puur natuur bron vanprebiotische vezels (maar liefst 85 gram per 100 gram) met een wetenschappelijk bewezen positieleffect op het darm microbioom. Twee eetlepels WholeFiber per dag geven 10 gram prebiotischevezel – de hoeveelheid die veel mensen in de Westerse wereld dagelijks tekort komen.

Maaike de Kreek van Wageningen Universiteit gaf begin deze maand de presentatie "**Intrinsieke vezels en het effect op de gezondheid en darm microbioom**" tijdens de het lustrum van deVlaamse Beroepsvereniging voor diëtisten in Antwerpen. WholeFiber bevat prebiotische vezels in de hele plantcel (intrinsieke vezels) die langzaam vrijkomen en door de hele dikke darm een positief effect hebben op de microbioom. Een mooie presentatie! Stuur ons een berichtje bij belangstelling voor de presentatie (info@WholeFiber.nl).

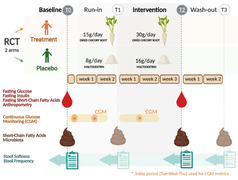
Science update:
GEEF om je buik studie
Marieke van de Put (VU) heeft aan 185 dietisten, leden van DCN, op 9 october in Veenendaal een update gegeven over de voortgang van het project Geef om je Buik (een zg Citizen Science Trial) dat in samenwerking met Wageningen Universiteit en met assistentie van WholeFiber BV, wordt uitgevoerd onder auspiciën van de Maag Lever Darm Stichting (MLDS). Er doen 143 personen mee aan deze trial waarbij gekeken wordt hoe een dieet rijk een voedingsvezels (> 30gram/dag) of rijk aan gefermenteerde producten effect hebben op onder andere: stoelgang, verzadiging, inflammatie en de kwaliteit van het darm microbioom. Ongeveer 10x zo veel mensen hadden zich aangemeld dan konden meedoen. De trial verloopt voorspoedig en enkele voorlopige (positieve) resultaten werden gedeeld. De verwachting is dat de resultaten in het voorjaar van 2024 worden gepresenteerd.

GEEF om je buik | WAGENINGEN UNIVERSITY & RESEARCH | VU | maag lever darm stichting

WholeFiber & verbetering glucosemetabolisme
In eerder onderzoek door Wageningen Universiteit werd al aangetoond bij mensen met prediabetes dat 5 weken gebruik WholeFiber zorgde voor een stabielere bloedglucosewaarde (gemeten met een continue glucose sensor). Zie hieronder het schematische overzicht van hoe de trial is uitgevoerd.

Maastricht University

Recent is de dataverzameling van een onderzoek van Maastricht Universiteit afgerond. In dit onderzoek zijn deelnemers met prediabetes gevolgd die 12 weken lang dagelijks WholeFiber of placebo hebben gebruikt. Hierbij is gekeken naar de invloed van WholeFiber op de insulinegevoeligheid, lichaamssamenstelling, energiemetabolisme, spier- en vetbiopten, darm microbioom en bloedwaarden zoals glucose, HbA1c, triglyceriden en cholesterol. De komende maanden wordt aan de slag gegaan met de bloedwaarden, glucose tracer gegevens en de analyses van het darm microbioom.



Eerdere onderzoeken:
De positieve effecten van WholeFiber op de gezondheid zijn wetenschappelijk bewezen, hier de link https://www.wholefiber.nl/the-health-benefits-of-wholefiber/ naar onze Whitepaper waar resultaten van reeds uitgevoerde studies met WholeFiber beschreven worden.

Nieuw klinisch onderzoek met WholeFiber
Naast het afronden onderzoek van Maastricht Universiteit, zijn we druk bezig met aanvullende onderzoeken. Zo is de HappyFiber studie van Wageningen Universiteit gestart, waar we kijken naar de effecten van verschillende doseringen WholeFiber op constipatie klachten. We zijn partner van het Citizen Science onderzoek "Geef om je buik studie" dat wordt uitgevoerd onder leiding van de VU en Wageningen Universiteit. Er zijn daarnaast onderzoeken in de voorbereidende fase zoals bij patiënten met inflammatoire darmziekte en preoperatieve vezelinname bij dikke darmkanker patiënten, waarover u meer hoort in een volgende nieuwsbrief.

WholeFiber en constipatie
Ongeveer 15% van de Nederlandse bevolking heeft last van constipatie (onderzoek UMC Groningen, Verkuijl 2020; https://rdcu.be/doO4b), ook wel obstipatie of verstopping genoemd. Voor oudere mensen (>60 j) neemt dit percentage toe tot 35% en betreft met name personen die regelmatig medicijnen gebruiken (oa pre-diabetes, T2diabetes, hartziekten, kanker). Een van de adviezen die vaak wordt gegeven is om meer vezels te eten. Vezels nemen namelijk water op waardoor de ontlasting zacht en soepel blijft en constipatie tegengaat. In onze Wageningen studie (eerder al beschreven) hebben we ook het effect van WholeFiber op constipatie onderzocht bij mensen met prediabetes. Hier zien we dat de ontlasting van de mensen die WholeFiber kregen significant zachter werd en dat ook frequenter moeten poepen. Deze effecten werden niet gevonden in de placebogroep. Naast het positieve effect op de stoelgang zorgt WholeFiber voor een gezonder darm microbioom.

WholeFiber en butyraat producerende bacteriën
De resultaten van onze Wageningen studie, uitgevoerd bij mensen met prediabetes, laten zien dat dagelijkse consumptie van WholeFiber leidde tot een significante toename van de bacteriën Bifidobacterium en Anaerostipes. Ook zien we verhogingen van de kortketenige vetzuren acetaat, propionaat en **butyraat**. Dit gebeurde allemaal niet in de placebogroep. Deze kortketenige vetzuren, met name **butyraat**, kunnen een anti-inflammatoire werking hebben en bijdragen aan een gezonde darmwand. We denken dat vanwege het geleidelijk vrijkomen van prebiotische vezels *en* polyfenolen uit WholeFiber tijdens het transport ervan door de dikke darm, extra hoeveelheden kortketenige vetzuren (butyraat) vrijkomen.
Het wordt hoe langer hoe duidelijker dat **butyraat** een essentiële rol speelt bij het in balans houden van fysiologische processen (= homeostase) in de darm en organen (oa hersenen, lever) en daarmee kan bijdragen tot het voorkomen van metabole ziekten. Bij een aantal van deze aandoeningen (T2diabetes, IBD, bepaalde vormen van kanker, Parkinson, Alzheimer) is vastgesteld dat zo genoemde 'butyraat vormende bacteriën' minder voorkomen dan bij gezonde mensen. Verdere klinische trials moeten uitwijzen hoe dit tot stand komt.

Gezonde innovatie Awards:
WholeFiber is genomineerd voor de Gezonde Innovatie Awards – stem op ons via deze link: zoek WholeFiber, zet een ster bij het product, vul naam en email in en klik op verzenden. Alvast veel dank voor uw stem! https://www.gezondeinnovatie.com/

Wilt u informatie over verkrijgbaarheid en de kortingscode voor professionals. Of heeft u vragen over monsters of brochures voor in uw praktijk of winkel of heeft u andere vragen? Neem dan nu contact met ons op. Mail naar info@wholefiber.nl of bel of mail ons voor een afspraak (info@wholefiber.nl / 06-46870690).

Hieronder nog de links naar onze eerder gehouden webinars en naar brochure om te downloaden:
Link naar brochures:
https://www.wholefiber.nl/wp-content/uploads/2022/11/2222819-02-WholeFiber-A5-flyer.pdf

Link naar uitgebreidere uitleg:
Webinar WholeFiber: Het effect van prebiotische groentevezels op de (darm) gezondheid
https://youtu.be/pAy5wV0saVY?feature=shared

Webinar Een gezonder microbioom: de rol van prebiotische vezels in darmgezondheid
https://youtu.be/6T_IsK_3YWM?feature=shared

WHOLEFIBER™
Groente voor gezonde darmen.
Eenvoudig en puur natuur.

WholeFiber cubes zijn krokante, gedroogde witloofwortel blokjes.
Puur natuur groente van Hollandse bodem.
Bevat unieke combinatie van 4 prebiotische vezels (85%) en polyfenolen.

WETENSCHAPPELIJK bewezen gezondheidseffecten:
✓ **Verbetering stoelgang**
✓ **Verbetering darm microbioom**
✓ **Verbetering bloedglucose waarden**
✓ **Verbetering weerstand**
✓ **Langere verzadiging**
✓ **Gezond gewicht**

Gebruik:
Voeg dagelijks 2-3 eetlepels crunchy cubes toe aan je maaltijd. Lekker in de yoghurt, over salade of maaltijd!

Bestel nu online!

www.facebook.com/WholeFiber
www.instagram.com/wholefiber.nl/
www.linkedin.com/company/wholefiber/

Scan voor meer info

Met gezonde groe(n)ten, team WholeFiber

Copyright © 2023 All rights reserved.
Our mailing address is: info@wholefiber.nl
Want to change how you receive these emails?
You can update your preferences or unsubscribe

Intuit mailchimp