

# Cacao zou goed zijn voor de gezondheid van de slagaders

- 04/06/20 om 11:00
- Bijgewerkt op 02/06/20 om 13:48

**Josy Martens Luc Ruidant**

Volgens een fase II-studie kan cacao de stapprestaties bij patiënten met perifeer arterieel lijden verbeteren

De vorsers hebben hun gerandomiseerde, dubbelblinde klinische studie uitgevoerd bij 44 patiënten ouder dan 60 jaar met perifeer arterieel lijden. Eén groep kreeg een cacaodrank zonder suiker driemaal per dag gedurende zes maanden en de andere een placebodrank. De testdrank leverde 15 g cacao en 75 mg epicatechine per dag. De placebodrank bevatte noch cacao noch epicatechine, het belangrijkste flavanol in cacao. De 2 primaire eindpunten was de afstand die in 6 minuten kon worden afgelegd 2,5 uur en 24 uur na het drinken van de studiedrank na 6 maanden. Er werd ook een staptest uitgevoerd op een loopband. De doorbloeding werd gemeten met een MRI. Bij sommige proefpersonen werd een biopsie van de kuitspieren uitgevoerd.

De stapprestaties waren beter bij de proefpersonen die een cacaodrank kregen. Bij de staptest 2,5 uur na het drinken van de cacaorank konden ze 42,6 m meer afleggen dan de proefpersonen van de placebogroep. En bij de staptest 24 uur na de drank konden ze 18 meter meer afleggen. Bij de patiënten van de placebogroep verminderden de stapprestaties, wat logisch was aangezien zij tijdens de zes maanden durende studie geen aanvullende behandeling hebben gekregen.

De auteurs hebben ook vastgesteld dat cacao de prestaties op een loopband niet verbeterde, maar wel de bloedstroom naar de kuit en de spierfunctie verbeterde. Bij analyse van kuitspierbiopten bleek cacao de activiteit van de mitochondria te verbeteren, de dichtheid van de haarvaten te verhogen, de doorbloeding naar de kuitspieren te verhogen en de centrale kernen te verminderen in vergelijking met de placebo.

De groep vermoedt dat epicatechine direct de werking van de mitochondria verbetert, wat een verklaring kan vormen voor de betere prestaties bij het stappen.

Volgens die preliminaire resultaten heeft cacao een therapeutisch effect op het stappen bij mensen met perifeer arterieel lijden. Verder onderzoek is vereist om die resultaten te bevestigen.

(referentie: *Circulation Research*, 14 februari 2020, doi: 10.1161/CIRCRESAHA.119.315600)

•  
•