

Effekt av marint protein til friske unge mennesker- et pilotstudie våren 2016

20.09.17

Grete Hansen Aas, Elin Strand, Anne S. Røsvik,
Per Christian Sæbø og Bodil Bjørndal

Spørsmål

- Kan protein fra umoden silderogn erstatte myse som kosttilskudd?
- Hvilken effekt av proteintilskudd på appetitt, kroppssammensetning og blodparametere?

Tilfeldig dobbeltblindet spiseforsøk

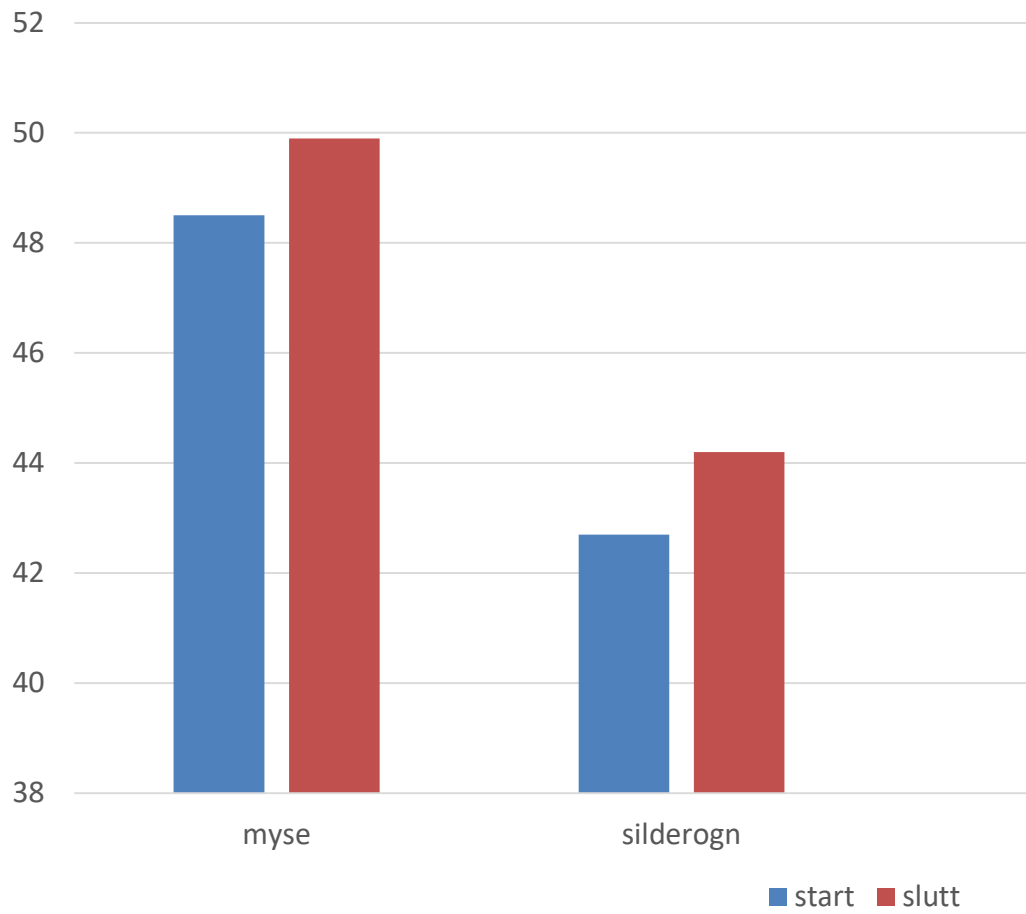
- Rekrutterte 49 normalvektige, friske unge mennesker
35 fullførte
 - To-senter studie:
 - Bergen- studenter bachelor i ernæring
 - Ålesund- studenter i bachelor i bioingeniørfag ++
- 20 g proteintilskudd daglig i 28 dager
fra myse eller umoden silderogn



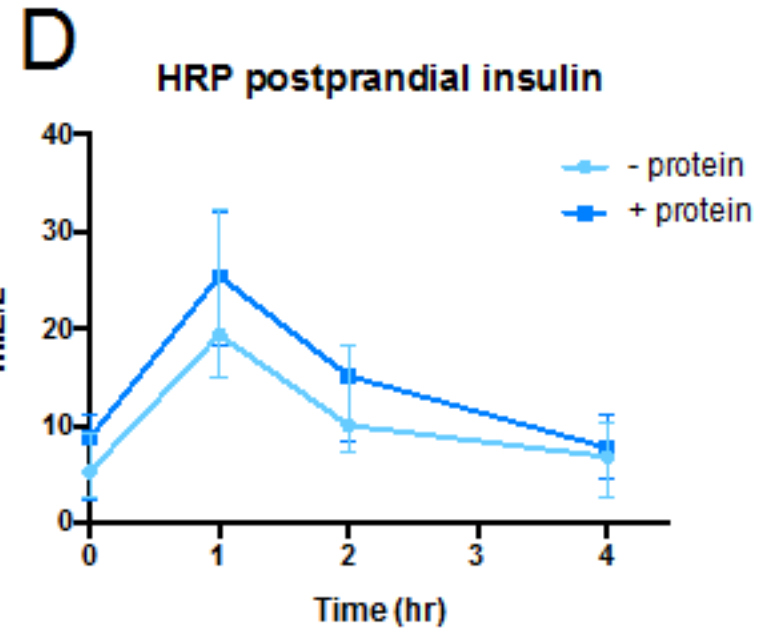
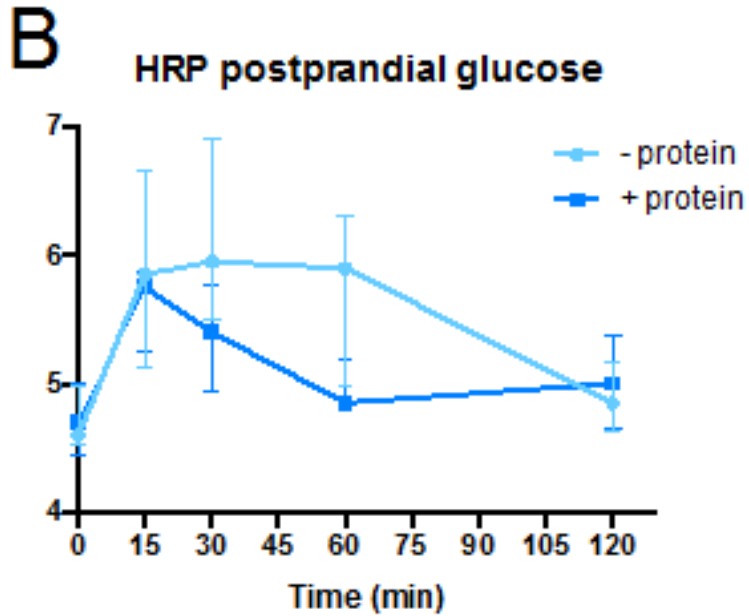
Resultater



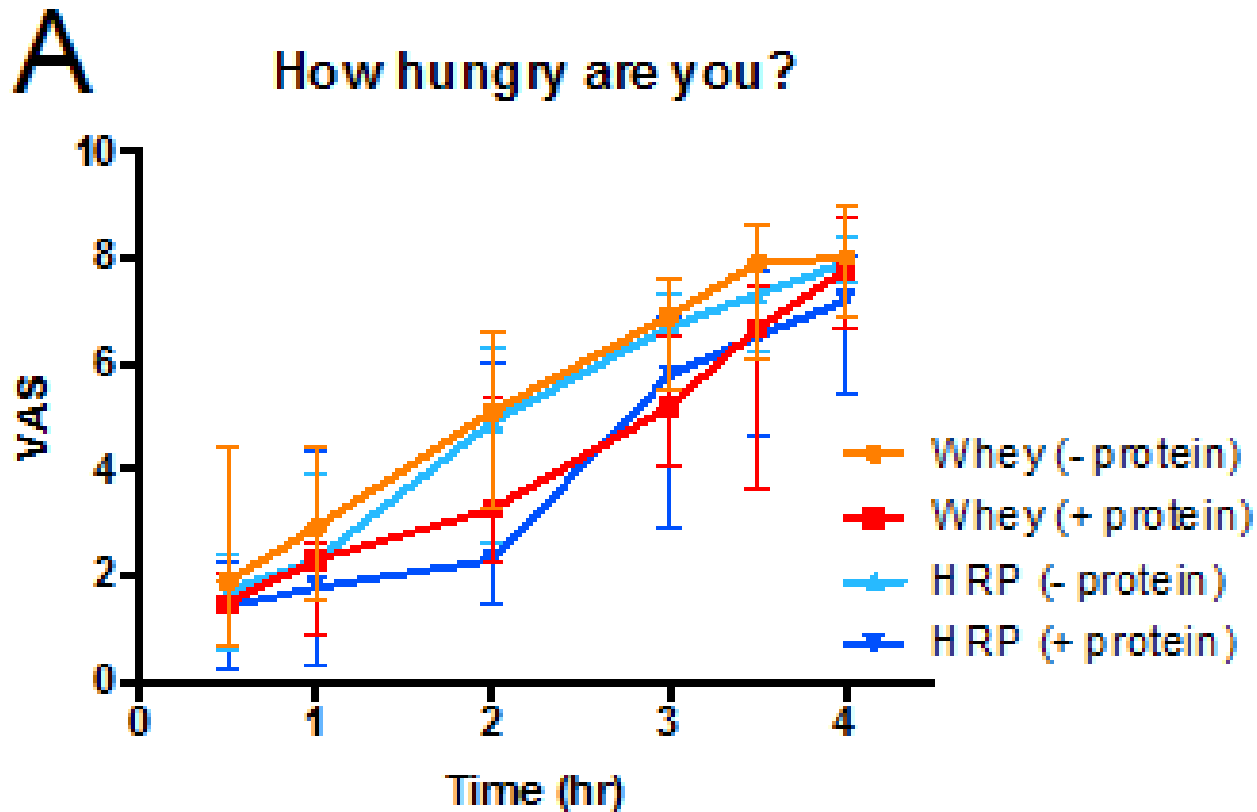
Fettfri kroppsmasse (kg)



Glukose/insulin



Appetitt



Konklusjon

- Silderogn og myse ga sammenlignbare gunstige effekter som proteintilskudd
- Vi kan koble studenter, bedrifter og forskere og utdanne kandidater gjennom relevante oppgaver for industrien
- Nye, lengre forsøk planlagt i FHF-finansiert prosjekt

Takk for oppmerksomheten!

