

DANKWOORD

Dit kenniskompas kwam tot stand met medewerking Nele Cattoor (Food2Know), prof. John Van Camp (UGent) en dr. Erwin Lamot (Flanders' FOOD). Het viWTA dankt de heer Wim Caers (FEVIA), mevrouw Ann Isebaert (OIVO), prof. Theo Niewold (KU Leuven) en Prof. Greet Vansant (UZ Gasthuisberg) als leden van het expertpanel tijdens het middagdebat. Naast deze deskun-

digen dankt het viWTA ook alle andere deelnemers aan de bevraging. Helaas ontbreekt de plaats om hen allemaal op te noemen. U vindt hun namen in het dossier *Functionele voeding Stand van zaken*.

LITERATUURLIJST

Wie meer wil weten over functionele voeding, kan zich tot het viWTA wenden of één van de onderstaande werken raadplegen.

- viWTA-Dossier3: *Functionele voeding Stand van zaken*, Vlaams Instituut voor Wetenschappelijk en Technologisch Aspectenonderzoek, Brussel, 2005
- C. van Dooren. *Functional foods. Alle ingrediënten voor succes*. Keesing Noordervliet BV, 2005.
- Gezondheidsraad. *Nu met extra bacteriën! Voedingsmiddelen met gezondheidsclaims*. In: Signalering ethiek en gezondheid, Gezondheidsraad, Den Haag, Gezondheidsraad, publicatie nummer 2005/07-03, 2005.
- Blom, J. *Expert visie functionele voedingsmiddelen: zin en onzin*. Stichting C3, 1999.
- Pronk, M.E.J. *Functionele voedingsmiddelen en voedingssupplementen: inventarisatie van wetgeving en richtlijnen ten aanzien van claims en veiligheid*. RIVM Rapport 350610001, 2005.
- Zuivelproducten, trendsetters voor functionele voedingsmiddelen. *Nutrinews Special* maart 2001.
- Van Camp, J., Huyghebaert, A. en Roberfroid, M. Voedingsmiddelen –geneesmiddelen. *Een geïntegreerde aanpak van de gezondheidszorg*. *Nutrinews*, april, 2000.

COLOFON

Auteur Els Van den Cruyce **Vormgeving** B.ad

Adres viWTA, Vlaams Parlement, 1011 Brussel **E-mail** viwta@vlaamsparlement.be **Tel** 02 552 40 50

Fax 02 552 44 50 **website** <http://www.viwt.be>

Verantwoordelijke uitgever Robby Berloznik, viWTA, Vlaams Parlement, 1011 Brussel



kenniskompas 2

De zin en onzin van de functionele voeding

juni '06

INHOUD

Voorwoord	p. 1
Wordt voeding een medicijn?	p. 2
De bewijzen voor de gezondheidsvoordelen zijn niet altijd waterdicht.....	p. 2
Een strengere controle dan?.....	p. 2
Wat is de plaats van de functionele voeding binnen de gezondheidsdriehoek?.....	p. 3
Besluit	p. 3
Literatuurlijst	p. 4

VOORWOORD

Het viWTA bracht, in samenwerking met het onderzoeksconsortium Food2Know-Flanders' FOOD, het domein van de functionele voeding in Vlaanderen in kaart. De consument vindt in de winkelrekken steeds meer producten die gezondheidsvoordelen aanbieden. Maar in welke mate zijn deze claims wetenschappelijk onderbouwd? Biedt de functionele voeding een instrument in de bestrijding van de welvaartsziekten? Het viWTA

ondervroeg dertig Vlaamse voedingsdeskundigen. Onder hen bevonden zich beleidsmakers, industriëlen, wetenschappelijk onderzoekers, diëtisten, consumentenorganisaties en winkeliers. Het resultaat werd gebundeld in het dossier *Functionele voeding Stand van zaken* en voorgesteld tijdens het middagdebat *Functionele voeding: Extraatje of essentie?* op 20 april 2006. Dit Kenniskompas geeft de voornaamste conclusies weer.



WAT IS FUNCTIONELE VOEDING?

Functionele voeding zijn geen pillen of vitaminepreparaten, maar wel dagelijkse voedingsproducten waaraan een extra ingrediënt met een beloofde gezondheidsbonus is toegevoegd. Voorbeelden zijn ontbijtgranen met extra mineralen of vitamines, groentedrankjes met anti-oxidanten, margarines met cholesterolverlagende plantensterolen of met omega-3-vetzuren die bescherming bieden tegen hart- en vaatziekten en yoghurtdrankjes met bacteriën om een goede darmwerking te stimuleren. Voor mensen met zwaarlijvigheid worden producten ontwikkeld die het verzadigingsgevoel versterken.

WORDT VOEDING EEN MEDICIJN?

Eten stilt onze honger en is ook een sociaalcultureel gebeuren. Maar daarnaast krijgt voeding steeds vaker een extra gezondheidsfunctie toebedeeld. De bevroegde voedingsdeskundigen zien een duidelijke trend naar medicalisering van onze voeding. Alhoewel de consument zijn producten hoofdzakelijk kiest op basis van smaak en prijs, stijgt het aantal mensen dat bereid is meer te betalen voor producten die een gezondheidsbonus inhouden. Onder deze consumenten bevinden zich eerder hoogopgeleiden, vrouwen en ouderen.

Het aanbod aan gezondheidsbevorderende producten is enorm. Alleen al voor de zuivelproducten zijn er tal van mogelijkheden. Heel wat informatie is voorhanden, maar de boodschappen spreken elkaar soms tegen. Vlaamse voedingsdeskundigen merken op dat het voor de consument heel erg moeilijk is om hieruit de juiste informatie te destilleren. Bovendien stellen ze vast dat de basiskennis van de consument onvoldoende is om een gefundeerde keuze te maken en een evenwichtige voeding samen te stellen.

DE BEWIJZEN VOOR DE GEZONDHEIDSVORDELEN ZIJN NIET ALTIJD WATERDICHT

De wetenschappelijke onderbouw van gezondheidsbeweringen moet beter gecontroleerd worden. Die is volgens de bevroegde deskundigen momenteel onvoldoende betrouwbaar. Een bewering als “bevordert een evenwichtige darmflora” kan bijvoorbeeld moeilijk nagegaan worden. De samenstelling van de darmflora is namelijk grotendeels onbekend. Ook is de werking van functionele voeding veel moeilijker aan te tonen dan die van medicijnen. Functionele voeding bevat verschillende nutriënten samen, wat het moeilijker maakt om specifiek het effect van één bestanddeel te bestuderen. Een andere factor die het wetenschappelijk onderzoek bemoeilijkt is het ontbreken van goede diersmodellen. Veel onderzoek is tot nu toe gebaseerd op knaagdiersmodellen waarvan de relevantie voor de mens twijfelachtig is. Bij studies op de mens geldt vaak het verwijt dat te weinig rekening wordt gehouden met factoren zoals andere

voeding en andere bronnen van persoonlijke variatie zoals de genetische, ethische en culturele achtergrond, geslacht, leeftijd... Een ander obstakel dat door de experts genoemd wordt, is het feit dat de effecten dikwijls pas op lange termijn zichtbaar zijn.

Prof. J. Van Camp (UGent): “Wat betreft de onderbouwing van gezondheidsclaims, moeten we een duidelijk onderscheid maken tussen de verschillende klassen van functionele levensmiddelen.”

Toch zijn er heel wat functionele levensmiddelen die hun nut hebben bewezen. Voedingsproducten met een hoog calciumgehalte bijvoorbeeld kunnen bijdragen tot een hogere calciuminname en calcium is een cruciaal mineraal in het skelet.

EEN STRENGERE CONTROLE DAN?

Toch dient de toetsingsprocedure voor gezondheidsbeweringen niet analoog gemaakt te worden aan deze van een nieuw geneesmiddel. Deze methoden vergen namelijk heel veel tijd en zware kosten. Op die manier zou een te strenge procedure de innovatie in de voedingsindustrie, en vooral bij de KMO's kunnen afremmen. De procedure zou voor elk functioneel ingrediënt afzonderlijk moeten bekeken worden.

E. Lamot (Flanders' FOOD): “De Belgische vereniging van de voedingsindustrie zoekt een evenwicht tussen verstaanbaarheid voor de consument en een verantwoorde wetenschappelijke onderbouwde stelling op de verpakking.”

Wanneer producten verrijkt worden met bepaalde stoffen, kunnen consumenten blootgesteld worden aan aanzienlijk hoge doseringen. De ondervraagde deskundigen pleiten voor het vastleggen van de bovengrens en de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid van elk functioneel ingrediënt. Daarnaast verdient de wisselwerking tussen diverse voedingsstoffen meer aandacht. Plantensterolen in margarines verlagen het cholesterolgehalte in het bloed, maar kunnen een negatieve invloed hebben op de vetoplosbare vitamines. Aan kwetsbare groepen als zwangere vrouwen wordt dan ook aangeraden om deze producten niet te eten. Maar het allergrootste gevaar van functionele voeding is dat het een vals gevoel van veiligheid kan creëren. Gezondheidsdrankjes mogen geen excuus worden om meer te gaan snoepen of minder te gaan bewegen.

WAT IS DE PLAATS VAN DE FUNCTIONELE VOEDING BINNEN DE GEZONDHEIDSDRIEHOEK?

Nagenoeg geen enkele Belg eet genoeg groenten en fruit. Het Ministerie van Volksgezondheid lanceerde het nationaal voedings- en gezondheidsplan om de Belg aan te zetten gezonder te eten. Ook het Vlaamse preventieve gezondheidsbeleid promoot voldoende beweging en een evenwichtig voedingspatroon. Maar is daarmee de gezondheidsdriehoek volledig? Het antwoord van de Vlaamse voedingsdeskundigen is genuanceerd.

In eerste instantie moet de nadruk blijven liggen op een evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl, al kan voor specifieke doelgroepen functionele voeding wel een optie zijn en een bijdrage leveren in de bestrijding van de welvaartsziekten. Voor mensen met hartproblemen die net niet in aanmerking komen voor terugbetaling van geneesmiddelen, kan voeding met extra

omega-3-vetzuren bijvoorbeeld wel helpen in de bestrijding van hart- en vaatziekten. Bovendien investeren mensen steeds minder tijd en energie in gezond koken en sporten. Consumenten zijn vaak op zoek naar gebruiksgemak, vandaar ook het succes van de convenience-producten. Via concepten die aantrekkelijk zijn voor de consument, kan functionele voeding hier een antwoord op geven.

Functionele voeding is een aanvulling bij en geen substituut voor een evenwichtige voeding en gezonde levensstijl. Een evenwichtige voeding levert immers alle nodige bouwstenen om in het levensonderhoud van het lichaam te voorzien. De uitdaging voor de gebruiker bestaat er vooral in om de juiste en gedoseerde keuzen te maken.



BESLUIT

De markt van de functionele voeding groeit. De grootste evoluties worden verwacht bij de levensmiddelen die inspelen op de vergrijzing van de bevolking, zoals cholesterolverlagende producten. Volgens Vlaamse voedingsdeskundigen kan functionele voeding gekaderd worden binnen een gezonde levensstijl. Deze niet te onderschatten trend, biedt volgens hen een opportuniteit in de bestrijding van onze welvaartsziekten.

Dit Kenniskompas is een onderdeel van het Technologie in Kaart-project over de functionele voeding in Vlaanderen.

Momenteel brengt het viWTA het domein van de

industriële biotechnologie in kaart. Op **9 november**

2006 worden deze resultaten tijdens een middagdebat

bekend gemaakt. Wenst u meer te weten over een andere technologie en haar maatschappelijke gevolgen?

Bent u benieuwd naar de Vlaamse sterktepunten in een ander wetenschappelijk domein? Wilt u de mening

horen van de wetenschappers of andere groepen in de samenleving? Aarzel dan niet om suggesties voor nieuwe

Technologie in Kaart-projecten te zenden naar

viwta@vlaamsparlement.be of contact op te nemen met

Els Van den Cruyce 02 552 40 48.

