

Tien jaar voedingsaanbevelingen voor België

I. Coene

Voedingsdeskundige NICE

In 1997 bracht de Hoge Gezondheidsraad voor het eerst de voedingsaanbevelingen voor België uit. Zij zijn onder meer bedoeld om de overheid te ondersteunen bij het ontwikkelen van een voedingsbeleid en bij het volgen van de effecten van dat beleid. De tiende verjaardag van deze voedingsaanbevelingen is een goede gelegenheid om terug te blikken op het ontstaan ervan maar ook om stil te staan bij de huidige stand van zaken en vooruit te kijken. Prof. Dr. ir. Greet Vansant is van bij de start nauw betrokken bij de opstelling van de voedingsaanbevelingen voor België. Wij gingen haar opzoeken.



Foto: Gettyimages

In 1941 werden in de Verenigde Staten voor het eerst officiële aanbevelingen voor voedingsstoffen opgesteld. Geleidelijk aan volgden ook andere landen dit voorbeeld. Tijdens de eerste Internationale Conferentie over Voeding

in december 1992 te Rome, bleken België en Malta de enige Europese landen die nog niet over eigen voedingsaanbevelingen beschikten. Hoe komt dat? Greet Vansant: "Het thema voeding en gezondheid genoot voor de jaren negen-

Sinds 1997 beschikt België over eigen voedingsaanbevelingen bestemd voor de gezonde bevolking. Zij kunnen variëren naar gelang de leeftijd, het geslacht, bepaalde levensfasen (bv. bij zwangerschap en borstvoeding, na de menopauze) en de mate van fysieke activiteit. Zoals in de meeste landen zijn ook de Belgische voedingsaanbevelingen vooral gericht op een adequate voorziening van essentiële voedingsstoffen en op de preventie van chronische aandoeningen zoals overgewicht, hart- en vaatziekten, diabetes type 2, osteoporose en bepaalde vormen van kanker. Het is belangrijk dat elk land zijn eigen voedingsaanbevelingen heeft. Zij vormen immers de weten-

schappelijke basis voor een efficiënt voedings- en gezondheidsbeleid en een effectieve voedingsvoorlichting die onder meer sterk afhankelijk is van de voedingsgewoonten die binnen een land of regio heersen. De voedingsaanbevelingen die zich beperken tot het niveau van de voedingsstoffen werden in Vlaanderen vertaald naar concrete aanbevelingen voor voedingsmiddelen en gevisualiseerd in een eigen voedingsvoorlichtingsmodel, de actieve voedingsdriehoek. Deze geeft op een bevattelijke manier weer wat we elke dag gemiddeld moeten eten en drinken en hoeveel we moeten bewegen om gezond te blijven.

SAMENVATTING

tig maar weinig belangstelling bij de Belgische overheid. Diëtisten en voedingsdeskundigen waren het gewoon om bij de opstelling van voedingsadviezen beroep te doen op buitenlandse bronnen. In Vlaanderen werd gretig gebruik gemaakt van de Nederlandse voedingsrichtlijnen. De Franstaligen richtten zich vooral op de Franse aanbevelingen en nog anderen baseerden zich op de Amerikaanse RDA's. Geen wonder dat er toen ook zeer uiteenlopende en soms zelfs tegenstrijdige adviezen circuleerden. De eerste Internationale Conferentie die volledig gewijd was aan de voedingsproblemen in de wereld en in december 1992 te Rome plaatsvond op initiatief van de "Food and Agriculture Organization" (FAO) en de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO), betekende een keerpunt voor België. Daar werd voor de eerste keer de nodige aandacht besteed aan de gevolgen van overvoeding die in het westen dikwijls ook samenging met tekorten aan specifieke micronutriënten. De oorzaak was een eenzijdige of onevenwichtig samengestelde voeding. Er werd in Rome onder meer gepleit voor de promotie van een evenwichtig en gevarieerd voedingspatroon en een gezonde leefstijl via een doordacht voedingsbeleid. Ter voorbereiding van deze conferentie werd regeringen gevraagd rapporten voor te bereiden over de voedingstoestand binnen hun land en de factoren te beschrijven die van invloed zijn op de nutritionele status van de bevolking in het algemeen en van bevolkingsgroepen die kwetsbaar zijn voor voedingsproblemen in het bijzonder. Om op deze vraag te kunnen ingaan werd de Nationale Raad voor de Voeding opgericht die in 1996 is opgenomen in de Hoge Gezondheidsraad (zie kadertekst). De toenmalige Belgische stand van zaken werd neergeschreven in de "Country Paper for Belgium". Dit initiatief heeft ons land er verder toe aangezet heel wat initiatieven op voedingsgebied te nemen, waaronder ook de uitwerking van voedingsaanbevelingen voor België. De eerste versie van de voedingsaanbevelingen voor België werden gepubliceerd in 1997."

Waarom is het belangrijk dat België over eigen voedingsaanbevelingen kan beschikken ?

Greet Vansant: "Terwijl er op Europees niveau wordt gestreefd naar zoveel

mogelijk uniformiteit blijft dit op het vlak van de voedingsaanbevelingen moeilijk. De specifieke voedingsgewoonten verschillen per land en per regio. Dit heeft onder meer te maken met het feit dat voedingsgewoonten deels zijn ingebed in tradities en lokale culturen. Om tot een efficiënt voedings- en gezondheidsbeleid en een effectieve voedingsvoorlichting te kunnen komen moet hiermee rekening worden gehouden. De aanbevolen inname van nutriënten vormt de wetenschappelijke basis die nodig is voor de omzetting naar de aan te raden inname van voedingsmiddelen. In Frankrijk worden aardappelen bijvoorbeeld tot de groenten gerekend terwijl aardappelen in België worden beschouwd als een basisonderdeel van de klassieke warme maaltijd en in het bijzonder als een goede bron van complexe koolhydraten. Het is bij de opstelling van de voedingsaanbevelingen bovendien belangrijk dat rekening wordt gehouden met het werkelijke voedselconsumptiepatroon van de bevolking. Dit om te vermijden dat de voedingsaanbevelingen een niet-werkbaar instrument worden. Het gebrek aan recente en relevante voedselconsumptiegegevens was een zwak punt bij de uitwerking van de eerste voedingsaanbevelingen voor België. Men beschikte toen enkel over de onderzoeksgegevens van de BIRNH-studie, die de voedingsgewoonten van de Belgische bevolking tussen 1979 en 1984 in kaart had gebracht."

Op basis van welke informatie werden de voedingsaanbevelingen voor België uitgewerkt?

Greet Vansant: "Bij de uitwerking van voedingsaanbevelingen trachtte men zoveel mogelijk beroep te doen op eigen onderzoeksgegevens. Omdat er in ons land voor meerdere nutriënten weinig of geen wetenschappelijk onderzoek

beschikbaar was, zijn veel voedingsaanbevelingen ontleend aan deze van de Europese Unie en van buurlanden waaronder in het bijzonder Nederland, Frankrijk (vooral voedingsaanbevelingen voor kinderen) en het Verenigd Koninkrijk. In de herziene versie van november 2006 werd eveneens beroep gedaan op het WHO-rapport "Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases" (Geneva 2003).

De aanbevolen voedingsstoffeninname is geen minimum wenselijk niveau van inname, maar een gemiddelde waarde die de behoefte dekt van bijna alle leden van de groep (> 97,5 %) voor wie de specifieke aanbeveling geldt. Indien het een andere waarde betreft, dan wordt dit uitdrukkelijk vermeld (bv. voor de vitamines pantotheenzuur en biotine). De aanbevelingen hebben betrekking op de gezonde bevolking maar kunnen variëren naargelang de leeftijd, het geslacht, bepaalde levensfasen (bv. bij zwangerschap en borstvoeding, na de menopauze) en de mate van fysieke activiteit.

De tendens om te streven naar een optimale voeding om de gezondheid te bevorderen en die zich deels uit in de opgang van functionele voedingsmiddelen, heeft zich nog niet vertaald in de huidige voedingsaanbevelingen. Zoals in de meeste landen zijn ook de Belgische voedingsaanbevelingen vooral gericht op de preventie van chronische aandoeningen zoals overgewicht, hart- en vaatziekten, diabetes type 2, osteoporose en bepaalde vormen van kanker. De idee van een adequate voorziening van essentiële voedingsstoffen primeert (1)."

In november 2006 is de derde herziene versie van de voedingsaanbevelingen gepubliceerd. Eerdere aanpassingen vonden plaats in 2000 en 2003. Is het een vaste afspraak om om de drie jaar de voedingsaanbevelingen te herzien?

Greet Vansant: "Neen, het is eerder toevallig dat er telkens na drie jaar een update is gepubliceerd. De werkgroep "Voedingsaanbevelingen", die opereert binnen de Hoge Gezondheidsraad en in het bijzonder binnen het domein "Voeding en gezondheid, voedselveiligheid inbegrepen" (zie kadertekst), komt regelmatig samen en toetst eigenlijk voortdurend het advies aan de huidige stand van de voedingswetenschappen. De voedingsaanbevelingen worden

De voedingsaanbevelingen voor België beperken zich tot het niveau van de voedingsstoffen.

regelmatig geactualiseerd op basis van de meest recente stand van zaken. Het feit dat de voedingsaanbevelingen nu ook online te raadplegen zijn, zal elke noodzakelijke update nog vereenvoudigen. In 2006 werden de hoofdstukken over de energiebehoefte in de verschillende levensfasen en de energieleveren de macronutriënten (eiwitten, koolhydraten en vetten) grotendeels of volledig herschreven. In 2008 worden vooral de hoofdstukken over de micronutriënten (vitaminen, mineralen, spoorelementen) herwerkt en waar nodig geactualiseerd. Ook de aanbevelingen van de macronutriënten zullen dan opnieuw worden bekeken."

Wat is de belangrijkste reden voor de aanpassingen in 2006 en 2007?

Greet Vansant: "Uiteraard wordt bij elke herziening gekeken naar de recente ontwikkelingen van de wetenschappelijke kennis inzake voeding en gezondheid. Dankzij het groeiende aantal wetenschappelijke interventies, heeft men vooral de laatste vijf jaar veel meer meta-analyses kunnen uitvoeren die interessante en belangrijke informatie bijbrengen. Een meta-analyse is een kwantitatieve vorm van literatuuronderzoek die toelaat tot één effectmaat te komen die betrouwbaarder is dan de vele kleine effectmaten die uit een aantal afzonderlijke studies kunnen worden afgeleid. Wanneer resultaten van verschillende vergelijkbare studies elkaar tegenspreken, kan het samenbrengen van deze onderzoeksgegevens in een meta-analyse mogelijk alsnog enkele algemene conclusies trekken. Voorwaarde voor een goede meta-analyse is dat de resultaten die worden vergeleken uit goed en vergelijkbaar opgezette studies komen en dat er geen relevante studies over het hoofd worden gezien.

De belangrijkste reden voor de herziening in 2006 en 2007 is echter de bekendmaking van de resultaten van de eerste Belgische voedselconsumptiepeiling, uitgevoerd in 2004 bij de bevolking van 15 jaar en ouder. Dankzij deze gegevens kreeg men opnieuw zicht op de huidige voedingsgewoonten van de Belgen en kon hiermee ook rekening worden gehouden bij de herziening van de voedingsaanbevelingen. Wij kijken trouwens al uit naar de opvolger van de eerste voedselconsumptiepeiling. Wijzigingen in het voedingspatroon zijn

De voedingsleer is een dynamische en nog relatief nieuwe wetenschap. De huidige aanbevelingen zijn dan ook geen eindpunt.

immers een toetsing van het systeem van de voedingsaanbevelingen die bedoeld zijn om de overheid te ondersteunen bij het ontwikkelen van een voedingsbeleid en bij het volgen van de effecten van dat beleid.

Waaruit blijkt de invloed van de resultaten van de Belgische voedselconsumptiepeiling op de voedingsaanbevelingen?

Greet Vansant: "De beschikking over deze resultaten heeft onder meer geleid tot een gewijzigde aanbeveling voor de totale vetinname. De voeding van de gemiddelde Belg brengt gemiddeld 37,9 energie% vetten aan (37 energie% bij vrouwen en 38,9 energie% bij mannen) en overschrijdt daarmee ver de aanbeveling van maximaal 30 energie% vet. Omdat men bij het uitwerken van de voedingsaanbevelingen toch een zekere haalbaarheid bij de doelpopulatie voor ogen moet houden, werd de vroegere aanbeveling van maximaal 30 energie% vet aangepast naar 30 tot 35 energie%.

Is deze aanpassing te verantwoorden in het kader van de groeiende obesitasproblematiek?

Greet Vansant: "Ja, want overgewicht is vooral het gevolg van een te grote energie-inname en van te weinig lichaamsbeweging. Dat betekent dat mensen ertoe moeten worden aangezet om de totale hoeveelheid calorieën in hun voeding te controleren en indien nodig te verminderen en anderzijds meer fysieke activiteit in hun dagelijkse activiteiten in te bouwen. Bij een gelijke calorie-inname is een vetinname van 30 of 35 energie% niet van invloed op het gewicht. Uiteraard is het belangrijk dat de vetinname binnen de perken wordt gehouden en dat er ter preventie van metabole complicaties wordt gestreefd naar een optimale vetzuurinname waarvoor ook spe-

cifieke aanbevelingen zijn opgesteld. Maar in het kader van de obesitasproblematiek is het ook belangrijk dat de bevolking beseft dat een calorie een calorie is, ongeacht of ze afkomstig is van eiwitten, koolhydraten of vetten. In de VS is gebleken dat een al te eenzijdige fixatie op het verminderen van de vetinname geen garanties biedt op minder overgewicht. Veel Amerikanen zijn in plaats van bijvoorbeeld meer groenten, fruit en volkoren producten te eten, overgeschakeld op light- en "low fat"-producten. Dergelijke producten kunnen nog relatief veel calorieën aanbrengen in de vorm van bijvoorbeeld suikers, zeker ook bij een ongeremd gebruik."

In tegenstelling tot de voedingsaanbevelingen in de meeste andere landen pleiten de Belgische voedingsaanbevelingen voor maximaal 10 energie% toegevoegde suikers. Waarom?

Greet Vansant: "Het is waar dat er nog discussie bestaat over de invloed van de inname van toegevoegde suikers op de gezondheid. Met deze aanbeveling willen we echter waarschuwen voor de oprukkende "verzoeting" van onze maatschappij maar vooral ook het gebruik van complexe koolhydraten stimuleren en in het bijzonder het gebruik van volle graanproducten, peulvruchten, groenten en fruit, die bovendien rijk zijn aan vezels, essentiële voedingsstoffen en antioxidantia."

Op welke manier vormen de voedingsaanbevelingen de basis voor de voedingsvoorlichting in ons land?

Greet Vansant: "De voedingsaanbevelingen voor België beperken zich tot het niveau van de voedingsstoffen (macro- en micronutriënten). Om voedingsvoorlichting in de praktijk te vergemakkelijken werden zij door het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie (VIG) geconcretiseerd en vertaald naar aanbevelingen voor voedingsmiddelen. Het resultaat was de voedingsdriehoek, die in 1997 werd gelanceerd. De voedingsdriehoek vertelt wat men elke dag gemiddeld moet eten om gezond te blijven. Het geeft bovendien de volledige voeding weer en niet alleen de basisbehoefte en mogelijke tekorten ook het probleem van overvoeding te bespreken. In het Franstalige landsdeel werd de voedingspiramide ontwikkeld, een geza-

menlijke realisatie van het Institut Paul Lambin (Houte Ecole Léonard de Vinci) en Diffu-Sciences. In beide modellen wordt rekening gehouden met de in België heersende voedingsgewoonten.”

Impliceren aanpassingen van de voedingsaanbevelingen ook aanpassingen van het voedingsvoorlichtingsmodel?

Greet Vansant: “Dat lijkt evident. De voedingswetenschappen zijn sterk in evolutie en sinds de uitwerking van de voedingsdriehoek voor Vlaanderen zijn de voedingsaanbevelingen reeds verschillende keren aangepast en bijgewerkt. Het is belangrijk de richtlijnen in

de voedingsdriehoek te blijven toetsen aan de voedingsaanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad en ze indien nodig te optimaliseren. Hierbij moet echter ook altijd de vraag worden gesteld of het zinvol is om bepaalde complexe boodschappen binnen de promotie van een gezonde eet- en leefstijl naar het publiek te brengen. Het voedingsvoorlichtingsmodel moet duidelijk en goed verstaanbaar blijven voor de algemene bevolking.

Nadat de Hoge Gezondheidsraad de aanbevelingen voor afzonderlijke vetzuurgroepen en in het bijzonder voor de poly-onverzadigde vetzuren in 2003 had

herzien, werd door het VIG onderzocht of deze nieuwe voedingsaanbevelingen ook in de voedingsdriehoek konden worden vertaald. Aanvullende boodschappen inzake afzonderlijke vetzuurgroepen in de voedingsdriehoek werden, zoals bleek uit een pretest, niet begrepen. Er werd daarom besloten om in de voedingsdriehoek enkel noten (walnoten en hazelnoten) en peulvruchten beter te visualiseren, de boodschappen omtrent het gebruik van vetten vooral in de begeleidende teksten te verfijnen en het publiek hieromtrent meer bewust te maken door middel van voorlichting (2).

Volksgezondheid en preventie in België en Vlaanderen

De bevoegdheden inzake het gezondheidsbeleid in België zijn verdeeld over de federale en de regionale overheden en de gemeenschapsoverheden. Als gevolg hiervan zijn er in België momenteel zeven ministers bevoegd voor gezondheid en preventie. Naast de federale minister van Volksgezondheid is er ook een Vlaamse minister, een Waalse minister, een Franstalige en een Duitstalige gemeenschapsminister en twee Brusselse ministers. De verschillende ministers werken elk samen met de administraties die overeenstemmen met hun bevoegdheden. Voor de Federale minister van Volksgezondheid zijn dit de Federale Overheidsdienst Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu en het Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen. Voor de Vlaamse minister van Volksgezondheid is dit het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid. De verdeling van de specifieke bevoegdheden is niet altijd duidelijk. Momenteel is er overleg tussen de verschillende betrokkenen om deze verdeling beter te definiëren.

Federale overheid

FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu

De Federale overheidsdienst (FOD) Volksgezondheid, Veiligheid van de

Voedselketen en Leefmilieu is opgericht in 2001. Haar opdracht is in hoofdzaak gericht op

- de voorbereiding van het beleid inzake volksgezondheid en de uitvoering ervan via de organisatie en de financiering van de zorgvoorzieningen;
- de organisatie van de gezondheidszorgberoepen;
- de dringende medische hulpverlening (het integraal crisismanagement),
- internationaal overleg en de samenwerking.

Een tweede luik van de voorbereiding van het beleid is gericht op voedselveiligheid en de vrijwaring van de volksgezondheid en het leefmilieu. Tot dit takenpakket behoren

- de normering van gezondheidsaspecten in verband met voedingsmiddelen en andere consumptieproducten (zoals alcohol, tabak, cosmetica), de normering van grondstoffen, de plantaardige sector, de diergezondheid en de dierlijke productie, de normering en het beheer van dierenwelzijn;
- internationaal overleg inzake voedselveiligheid;
- nationaal en internationaal milieubeleid, de promotie van een duurzame productie- en consumptiewijze.

De FOD is dus verantwoordelijk voor de productnormering van voedingsmiddelen

(bv. samenstelling, etikettering, hygiënenormen, contaminanten, additieven), inclusief de voedings- en de gezondheidsbeweringen, en onderhoudt de internationale relaties ter zake (bv. de Codex Alimentarius, de Commissie en de Wereldgezondheidsorganisatie).

Sinds 1 januari 2007 werd de normering en controle van geneesmiddelen toevertrouwd aan het Federaal Agentschap voor Geneesmiddelen en Gezondheidsproducten (FAGG).

Voor beleidsondersteunend onderzoek of adviesverlening zijn er drie wetenschappelijke instellingen verbonden aan de FOD: het Centrum voor Onderzoek in Diergeneeskunde en Agrochemie (CODA), het Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid (WIV) en de Hoge Gezondheidsraad (zie verder). Aan het WIV werd in 2004 de uitvoering van de Belgische voedselconsumptiepeiling toevertrouwd. Zij heeft ook reeds drie nationale gezondheidsenquêtes uitgevoerd.

Binnen de FOD bestaan er tevens nog verschillende andere overlegorganen. Het Federaal Borstvoedingcomité is opgericht om te adviseren over een beleid ter ondersteuning van borstvoeding. De Adviesraad inzake Voedingsbeleid en gebruik van andere Consumptieproducten (de vroegere commissie van advies inzake voedingsmiddelen) pleegt overleg met de verschil-

In de loop der jaren kwam er ook steeds meer wetenschappelijk bewijs voor het feit dat boodschappen om meer evenwichtig te eten en meer te bewegen hand in hand moeten gaan. Een begrijpelijke vertaling van deze aanbevelingen naar de consument via de voedingsdriehoek drong zich dan ook op. Via een literatuurstudie en een pretest werd nagegaan op welke manier er een praktische vertaling mogelijk was. Het resultaat was dat de voedingsdriehoek werd uitgebreid met een beweeglaag en werd omgedoopt tot de actieve voedingsdriehoek. De aanbeveling luidt: minstens 30 minuten voor volwassenen en minstens



lende betrokken sectoren binnen de voedselketen in het kader van de beleidsvoorbereiding en normering van voedingsmiddelen en andere consumptieproducten zoals tabak en cosmetica. De Adviesraad voor Bioveiligheid is verbonden aan het WIV en adviseert de federale en regionale overheden over de diverse veiligheidsaspecten van genetisch gemodificeerde organismen (GMO's). De Plantencommissie adviseert de FOD over het veilig gebruik van planten in voedingsmiddelen en voedingssupplementen.

Op wereldvlak en binnen de Europese Unie neemt de aandacht voor de relatie tussen voeding en gezondheid toe. Er wordt in het bijzonder gefocust op de preventie van welvaartsziekten zoals overgewicht en obesitas, hart- en vaatziekten, diabetes type 2, osteoporose, tandoeningen en bepaalde vormen van kanker. In dat kader worden ook de lidstaten van de WHO ertoe aangezet een adequaat beleid te ontwikkelen, te bevorderen en te implementeren om de voedingsgewoonten te verbeteren en de mate van fysieke activiteit te verhogen. Als antwoord op de wereldstrategie inzake voeding, fysieke activiteit en gezondheid heeft België in 2006 een Nationaal Voedings- en Gezondheidsplan (NVGP) gelanceerd. Dit plan heeft tot doel de voedingsgewoonten en de mate van fysieke activiteit van de Belgische bevolking te verbeteren (www.mijnvoedingsplan.be). Het NVGP is gestructureerd rond zeven krachtlijnen: (1) communicatieactiviteiten, (2) verbetering van de omgeving om gezonde voedingsgewoonten en voldoende fysieke activiteit te stimuleren, (3) engagementen van de private actoren, (4) borstvoeding, voeding van zuigelingen en jonge kinderen, (5) problematiek van micronutriënten, (6) ondervoeding en (7) voedselconsumptiepeiling en wetenschappelijk onderzoek.

Wat de voedselveiligheid betreft, zijn er op Europees vlak algemene principes en gedetailleerde regelgeving opgesteld.

Hoge Gezondheidsraad

De Hoge Gezondheidsraad is het wetenschappelijk adviesorgaan van de Federale Overheidsdienst (FOD) Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu. Zijn opdracht is inmiddels heel wat ruimer dan in 1849 toen het werd opgericht bij het Ministerie van Binnenlandse zaken om de jonge Belgische staat te adviseren bij vraagstukken op het vlak van hygiëne.

De Hoge Gezondheidsraad geeft onafhankelijk wetenschappelijk advies op alle terreinen van de volksgezondheid ter ondersteuning van beleidsmeden. Op vraag van de minister, de administratie of andere federale instellingen maar ook op eigen initiatief formuleert de Hoge Gezondheidsraad aanbevelingen en stelt rapporten samen op basis van de meest recente wetenschappelijke kennis. Een vaste kern van maximaal 90 Belgische leden, door de koning benoemd op basis van hun experti-

se in een specifiek domein van de volksgezondheid, worden bij de uitvoering van hun taken bijgestaan door uitgenodigde ambtenaren en externe, onpartijdige experts uit de Belgische wetenschappelijke instellingen en universiteiten.

De Hoge Gezondheidsraad is bevoegd voor zes domeinen en is opgebouwd rond werkgroepen die zijn samengesteld uit experts uit specifieke vakgebieden:

1. geestelijke gezondheid (bv. gedrag, verslaving, psychosociale factoren in de volksgezondheid, opleiding van beroepsmensen, psychotherapie);
2. fysische omgevingsfactoren (bv. ioniserende straling, niet-ioniserende straling, geluid);
3. chemische omgevingsfactoren (bv. chemicaliën, pollutanten, biociden en pesticiden);
4. voeding en gezondheid, voedselveiligheid inbegrepen (bv. voedingsaanbevelingen, novel foods) (zie verder);
5. biologische problemen – type 1 (bv. bloed en derivaten, cellen, weefsels en organen van menselijke en dierlijke oorsprong, weefsel- en celbanken);
6. biologische problemen – type 2 (bv. infectiologie, vaccins, hygiëne).

Zowel beleidsmeden, wetenschappers als journalisten erkennen de bekwaamheid, de deskundigheid en de ervaring van de Hoge Gezondheidsraad. Zijn adviezen bepalen zelfs de norm in een aanzienlijk aantal vakgebieden die door de verschillende beroepssectoren op het terrein van

60 minuten voor kinderen en jongeren. De tekeningen in de beweeglaag zijn

Bij de opstelling van de voedingsaanbevelingen moet rekening worden gehouden met het werkelijke voedselconsumptiepatroon van de bevolking.

dagelijks aanbevolen beweegactiviteiten met een matig intensieve intensiteit zoals fietsen, stevig doorstappen, traplopen, zwemmen, dansen en balsporten. Van dergelijke activiteiten is aangetoond dat ze de gezondheid bevorderen (2)."

Welke belangrijke boodschap zou u ten slotte nog willen meegeven?

Greet Vansant: "De voedingsleer is een dynamische en nog relatief nieuwe wetenschap. We verwerven bij manier van spreken nog elke dag nieuwe inzichten in de complexe materie van voeding en gezondheid. En er is nog veel te ontdekken. Dat betekent ook dat wat we

vandaag als bewezen aanvaarden, we in de komende tijd mogelijk zullen moeten aanpassen of nuanceren. Voedingsaanbevelingen ter ondersteuning van een efficiënt voedingsbeleid en een effectieve voedingsvoorlichting moeten bovendien rekening houden met technologische ontwikkelingen en veranderende noden in de samenleving, bijvoorbeeld als gevolg van de vergrijzing van de bevolking. De huidige aanbevelingen zijn dus geen eindpunt.

Het is ten slotte belangrijk dat artsen, diëtisten en andere gezondheidswerkers die voedingsvoorlichting geven op de hoogte blijven van de meest recente

de volksgezondheid moeten worden gerespecteerd. Het is daarom belangrijk dat gezondheidswerkers voldoende bekend zijn met de Hoge Gezondheidsraad en vooral ook met zijn adviezen. Deze zijn te raadplegen via de portaalsite van de FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu (<https://portal.health.fgov.be>). Uit een enquête die de Hoge Gezondheidsraad begin 2006 liet uitvoeren blijkt dat vele mensen al wel van de Hoge Gezondheidsraad hebben gehoord, maar geen duidelijk idee hebben van wat deze Raad precies doet. Aan de hand van campagnes wenst men de zichtbaarheid van de Hoge Gezondheidsraad te verhogen bij iedereen die beroepsmatig betrokken is bij de volksgezondheid. Er werd een folder, een eigen logo en een nieuwe website gelanceerd. Intussen wordt ook gewerkt aan een boek die het historisch belang van de Hoge Gezondheidsraad in de verf zal zetten.

Werkgroep Voedingsaanbevelingen

De werkgroep voedingsaanbevelingen opereert binnen de Hoge Gezondheidsraad en in het bijzonder binnen het domein "Voeding en gezondheid, voedselveiligheid inbegrepen". Deze werkgroep komt regelmatig samen en houdt de vinger aan de pols van nieuwe ontwikkelingen in de voedingswetenschappen en de voedingstechnologie die eventuele aanpassingen van de voedingsaanbevelingen nodig maken.

Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen

Het Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen (FAVV of Voedselagentschap) werd opgericht in 2000 en omvat alle diensten voor inspectie en controle in de agrovoedingssector. Het heeft als opdracht te waken over de veiligheid van de voedselketen en de veiligheid van onze voeding.

Om zijn beleid van openheid en inspraak te bewerkstelligen, werd een raadgevend comité opgericht waarin alle partners van het FAVV vertegenwoordigd zijn, namelijk consumentenorganisaties, beroepsverenigingen, verenigingen voor dierenbescherming en belanghebbende overheidsdiensten (gewesten, gemeenschappen, de FOD Economie en de FOD Volksgezondheid). Het raadgevend comité brengt advies uit over het beleid dat op het vlak van de voedselveiligheid moet worden gevoerd (bv. risicomanagement, autocontrole, financiering, communicatie).

Het FAVV wordt daarnaast ook geadviseerd door een Wetenschappelijk Comité. Het Wetenschappelijk Comité van het FAVV is samengesteld uit een twintigtal wetenschappelijke topexperts die los staan van het FAVV en werkzaam zijn bij universiteiten en onderzoekscentra in België en in het buitenland. Het Wetenschappelijk Comité is volledig autonoom, staat in voor risicobeoordeling en brengt advies uit over ontwerpregelgeving en controleplannen.

Daarnaast waakt het erover dat het FAVV pro-actief optreedt. Het moet opduikende problemen tijdig onderkennen en melden zodat het FAVV de nodige maatregelen kan treffen, bijvoorbeeld in de vorm van een gepast bewakingsstelsel.

Nutriënten België (NUBEL vzw)

De vzw NUBEL (Nutriënten België) werd op 9 maart 1990 opgericht en beheert de wetenschappelijke informatie over de nutritionele samenstelling van voedingsmiddelen die in het normale Belgische voedingspatroon voorkomen. De gegevens van de NUBEL-gegevensdatabank worden ter beschikking gesteld van verschillende doelgroepen: medisch en paramedisch korps, onderwijs, distributiesector, producenten, wetenschappelijke instellingen, patiëntenverenigingen en de consumenten in het algemeen. NUBEL geeft de Belgische Voedingsmiddelentabel uit en biedt daarnaast via de website nog andere werkmiddelen aan zoals de NUBEL-voedingplanner en de merknamedatabank (www.nubel.com). Een Wetenschappelijke Raad, samengesteld uit wetenschappers deskundig op voedingsgebied en afkomstig van alle Belgische universiteiten en onderzoekscentra, beoordeelt en valideert de analysecijfers en evalueert de behoeften van de gebruikers.

voedingsaanbevelingen en de wetenschappelijke achtergrond hiervan. Alleen op die manier kunnen we patiënten maar ook gezonde personen op een uniforme en geloofwaardige manier motiveren tot een meer gezonde eet- en leefstijl. Ook het bedrijfsleven heeft er baat bij weet te hebben van de voedingsaanbevelingen voor België.

Productontwikkeling en productaanpassingen conform de voedingsaanbevelingen kunnen bijdragen tot gunstige veranderingen in de samenstelling van het huidige voedingspatroon.”

De voedingsaanbevelingen zijn te raadplegen via de website van de Hoge Gezondheidsraad (www.health.fgov.be/CSH_HGR > zoeken op 'voedingsaanbevelingen') en in de Belgische voedingsmiddelentabel (4^{de} editie 2007), een publicatie van NUBEL vzw (www.nubel.com).

Literatuur

1. Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België. Herziening november 2006 HGR dossiernummer 7145-2 – www.health.gov.be/CSH_HGR
2. C. Bollars. Voedingsvoorlichting: hoe communiceren omtrent vetzuren en beweging? VIG, mei-september 2004 – www.vig.be > thema voeding > de voedingsdriehoek > verantwoording.
3. www.health.fgov.be
4. www.favv.be
5. www.nubel.com
6. www.zorg-en-gezondheid.be

Vlaamse overheid

Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid

Het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid werd opgestart op 1 april 2006 en maakt deel uit van het beleidsdomein "Welzijn, Volksgezondheid en Gezin". De opzet van dit agentschap kaderde in de hervormingsoperatie "Beter Bestuurlijk Beleid" van de Vlaamse overheid. Een beleidsdomein is een verzameling of een cluster van beleidsvelden die uit het oogpunt van de politiek en uit het oogpunt van de klant of de doelgroep een herkenbaar en samenhangend geheel vormen. Het beleidsdomein "Welzijn, Volksgezondheid en Gezin" bestaat uit een departement en verschillende intern en extern verzelfstandigde agentschappen (IVA's en EVA's). Het departement en de intern verzelfstandigde agentschappen zonder rechtspersoonlijkheid vormen samen het Vlaams Ministerie van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin.

Gezonde voeding en beweging zijn centrale aandachtspunten in het preventiebeleid van de Vlaamse Gemeenschap. Vlaanderen formuleerde in 1998 in navolging van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) een gezondheidsdoelstelling over gezonde voeding en voerde hierrond een aantal preventiecampagnes. Door specifieke, meetbare en algemeen aanvaarde doelstellingen te formuleren die men in

een bepaalde periode wil realiseren, worden accenten gelegd binnen het preventieve gezondheidsbeleid. Voorstellen voor gezondheidsdoelstellingen worden geformuleerd door een gezondheidsconferentie. De komende gezondheidsconferentie in 2008 zal zich zowel buigen over gezonde voeding als over voldoende beweging. Beide thema's zijn de twee belangrijkste pijlers in de strijd tegen obesitas.

Om een beleid rond gezonde voeding en beweging te realiseren werkt de Vlaamse overheid samen met verschillende organisaties, diensten en personen. Enkele van de partners zijn het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie (VIG) en de LOGO's (Locoregionaal Gezondheidsoverleg en -Organisatie).

Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie (VIG) en LOGO's

Het VIG heeft specifiek rond gezonde voeding verschillende methodieken uitgewerkt. De meest belangrijke zijn de methodieken rond de actieve voedingsdriehoek. Met deze methodieken wil het VIG iedereen die rond voeding werkt (bv. voedingsvoorlichters, diëtisten, preventiewerkers, LOGO-medewerkers, vormingswerkers) ondersteunen bij het begeleiden van veranderingsprocessen die moeten leiden tot betere voedingsgewoonten en meer beweging.

Om op lokaal vlak acties rond gezonde voeding te promoten, doet de Vlaamse

overheid beroep op de LOGO's. Een LOGO omvat een netwerk van lokale partners uit gezondheids- en aanverwante sectoren die de handen in elkaar slaan voor het lokaal implementeren van gezondheidsprojecten en voor het ontwikkelen van een integraal gezondheidsbeleid in bedrijven, scholen, gemeenten en andere settings. Ze worden daarbij aangestuurd door de Vlaamse gezondheidsdoelstellingen. De netwerken worden ondersteund door professionele multidisciplinaire LOGO-teams. In Vlaanderen en Brussel zijn in totaal 26 LOGO's actief.

Vlaamse Gezondheidsraad

De Vlaamse Gezondheidsraad (VGR) verleent advies aan de Vlaamse Regering en het Vlaams Parlement omtrent alle gezondheidsaangelegenheden. Daartoe volgt de VGR het gezondheidsbeleid en de ontwikkelingen inzake gezondheid op en toetst ze aan de gezondheidsstatus van de bevolking. Hierbij heeft de Raad oog voor nieuwe noden. Daarnaast evalueert de VGR het aanbod van de verzorgingsvoorzieningen en formuleert ze voorstellen voor de verdere ontwikkeling ervan.