

Werkwijze en onderwerpen van de commissie RGV

Op naar de nieuwe Richtlijnen Goed Voeding

In de tweede helft van 2015 zullen de nieuwe Richtlijnen Goede Voeding (RGV) verschijnen. Prof dr Daan Kromhout is voorzitter van de Commissie RGV van de Gezondheidsraad. In overeenstemming met de visie die hij in de Publiekslezing van de NAV ontvouwd zal in de nieuwe RGV meer dan in vorige versies nadruk komen te liggen op gezondheidseffecten van consumptie van voedingsmiddelen en voedingspatronen, en minder op gezondheidseffecten van nutriënten.

De nieuwe RGV inventariseert wetenschappelijke gegevens over interacties tussen voedingsmiddelen en de in Nederland meest voorkomende chronische ziekten: coronaire hartziekte, beroerte, hartfalen, longkanker, borstkanker, colonkanker, COPD, dementie en depressie.

De Commissie RGV bestaat uit vijftien experts met verschillende achtergronden. Tijdens vergaderingen van de Commissie bespreken de experts werkdocumenten die aan de hand van de literatuur zijn samengesteld door de drie wetenschappelijk secretarissen van de Gezondheidsraad.

Commentaarronde

Op basis van de werkdocumenten en onderlinge discussies stellen de experts achtergronddocumenten op (zie kader). De achtergronddocumenten worden in conceptvorm gepubliceerd, waarna een openbare commentaarronde volgt, waarin alle geïnteresseerden gedurende een maand hun visie op de documenten kunnen geven. Dit commentaar, mits relevant, wordt verwerkt in het uiteindelijke advies RGV.

Bijdrage voedingssupplementen

Ook nieuw in de RGV 2015 is aandacht voor vitamine- en mineralensupplementen. In Nederland gebruikt 38% van de kinderen in de leeftijd van 7 tot 18 jaar supplementen. Bij volwassen mannen ligt het gebruik op 35%, en bij vrouwen op 53%. Het gebruik is het hoogst bij jonge kinderen en vrouwen, en het laagst bij jongens tussen 14 en 18 jaar. Voedingssupplementen dragen in de algemene bevolking tot ongeveer 10% bij aan de inname van vitamines, en tot ruim 5% aan de inname van mineralen, met name zink, seleen, ijzer en koper. Onder gebruikers van micronutriëntensupplementen is de bijdrage aan de inname van mineralen hoger.

De Commissie RGV zal overigens niet komen met praktische voedingsadviezen, zei Prof Daan Kromhout eind vorig jaar in een interview in het Nederlands Tijdschrift voor Voeding en Diëtetiek: 'De praktische invulling zal het Voedingscentrum verzorgen. Het is in elk geval niet meer van deze tijd om te zeggen: je moet zo veel van dit en zo veel van dat eten. Wij beperken ons tot het leggen van de fundering voor de voedingsvoorlichting.'

• JAN BLOM

[Literatuur]

1. Trichopoulos A, Orfanos P, Norat T et al. Modified Mediterranean diet and survival: EPI-elderly prospective cohort study. *BMJ* 2005;330:991

Onderwerpen van de achtergronddocumenten voor de nieuwe Richtlijnen Goede Voeding

Een serie achtergronddocumenten beschrijft effecten van voedingsstoffen op het risico van chronische ziekten:

- Eiwitten
- Vetzuren
- Verteerbare koolhydraten
- Voedingsvezel
- Voedingscholesterol
- Natrium
- Kalium
- Alcohol
- Microvoedingsstofsupplementen

Voor micronutriënten uit voedingsmiddelen worden geen achtergronddocumenten opgesteld omdat de stand van de wetenschap op dit terrein is beschreven in adviezen die tussen 2008 en 2012 zijn gepubliceerd.

Een andere reeks achtergronddocumenten betreft de stand van de wetenschap over de effecten op chronische ziekten van voedingsmiddelen:

- Vis
- Groente
- Fruit
- Granen en graanproducten
- Peulvruchten
- Noten en zaden
- Zuivel
- Vlees
- Eieren
- Aardappelen
- Vetten en oliën

en van dranken:

- Thee
- Koffie
- Water
- Dranken met toegevoegd suiker
- Alcoholhoudende dranken

Er is ook een achtergronddocument over relaties tussen voedingspatronen en chronische ziekten.