



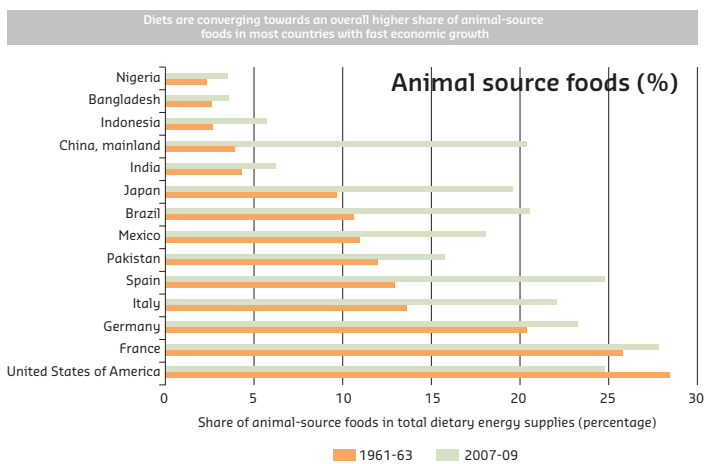
**Nieuw Europees onderzoek van start:
SUSFANS en SHARP**

Meer kennis nodig voor uitspraken over gezonde én duurzame voedingspatronen

We zijn er nog niet, concludeert dr. Anneleen Kuijsten tijdens het EMF symposium over gezonde en duurzame voeding. Er is volgens Kuijsten nog veel werk te doen voordat duidelijk is wat een gezond én duurzaam voedingspatroon is. De wetenschappelijke inzichten achter een duurzaam en gezond voedingspatroon veranderen vrijwel continu. Omdat het huidige advies is gebaseerd op bestaande gegevens, is te verwachten dat nieuw onderzoek zoals uitgevoerd onder SUSFANS leidt tot andere uitkomsten.

Dr. Anneleen Kuijsten is vanuit Wageningen UR betrokken bij het Europees onderzoeksproject SUSustainable Food And Nutrition Security (SUSFANS). Dit vierjarig onderzoeksproject is in april van start gegaan met vijftien partners en staat onder leiding van Wageningen UR. Het doel van SUSFANS is om optimale voedingspatronen vast te stellen die niet alleen gezond en duurzaam zijn maar ook worden geaccepteerd door consumenten. Duurzaam en gezond voedsel is nodig om de groeiende wereldbevolking in de toekomst op een verantwoorde manier te voeden. Dat stelde dr. Anneleen Kuijsten, onderzoeker bij de afdeling Voeding en Epidemiologie

van Wageningen University. Wereldwijd neemt de vraag naar voedsel toe en dat is niet alleen omdat er steeds meer monden te voeden zijn. Kuijsten: 'Ook het aantal kilocalorieën dat per persoon per dag wordt gegeten, neemt toe. Zo'n 40 jaar geleden kreeg de gemiddelde wereldburger 2.000 kilocalorieën per dag binnen. Naar verwachting is dat in 2030 gestegen tot meer dan 2.500 kilocalorieën per dag.' Daarnaast verandert het voedingspatroon wereldwijd. De vraag naar dierlijke voedingsmiddelen als vlees en zuivel neemt toe, vooral in landen met opkomende economieën (figuur 1). Kuijsten: 'Een goed voorbeeld is China: 40 jaar geleden leverden dierlijke producten daar slechts 5% van de dagelijkse calorieën. Inmiddels is dat



Figuur 1. De procentuele bijdrage van dierlijke producten aan de totale energie uit voeding (bron: FAO).

toegenomen tot 20%. In de Verenigde Staten is in absolute zin de vleesconsumptie ook toegenomen. Dat het procentueel iets afgenomen is komt door de stijging van het aantal kilocalorieën per dag.

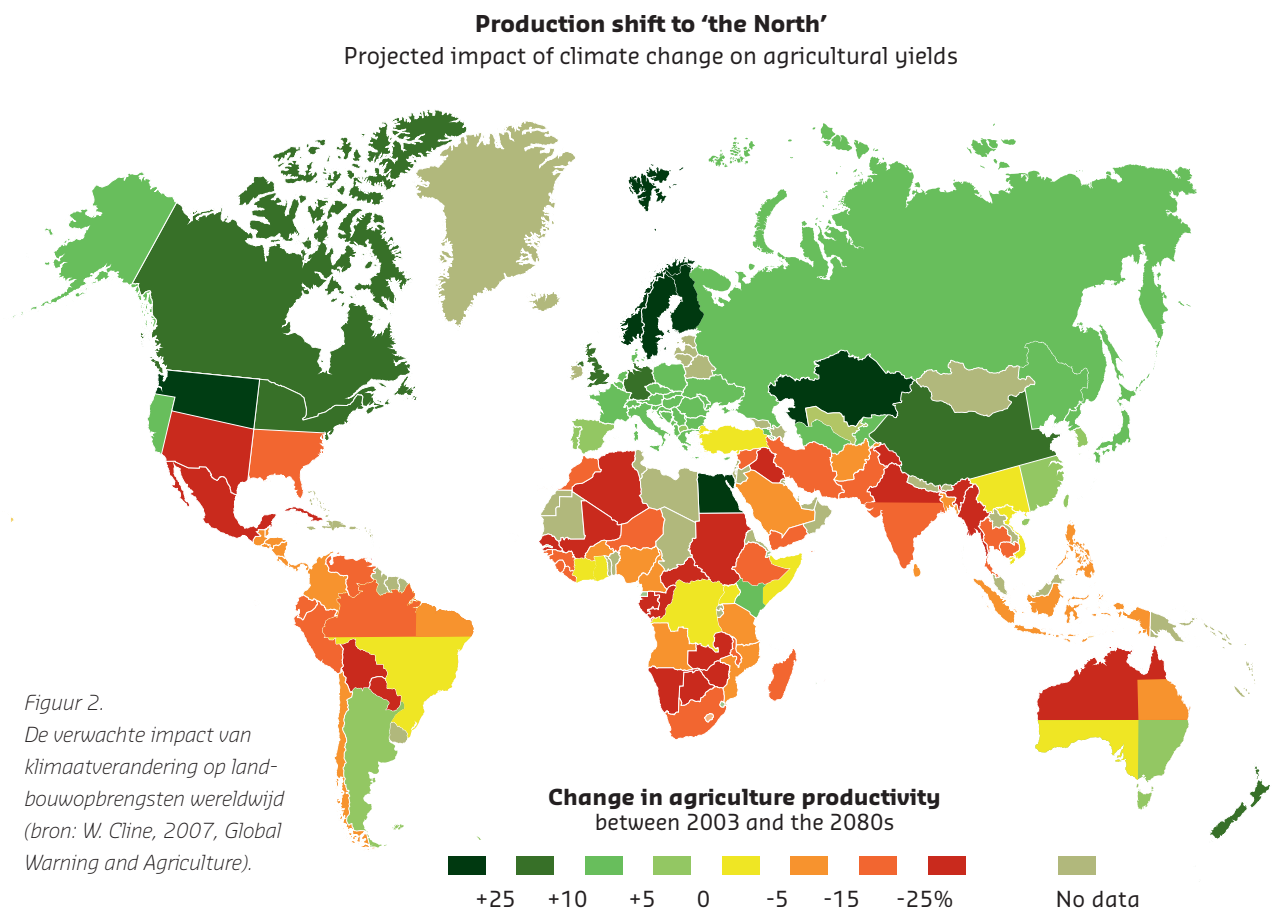
Duurzaam voedsel voor een gezonde toekomst

De toenemende vraag naar voedsel legt een steeds groter beslag op landbouwgrond en het milieu. Kuijsten: ‘Onze voeding is verantwoordelijk voor naar schatting 15-28%

van de uitstoot van broeikasgassen. Wereldwijd is er niet veel landbouwgrond meer beschikbaar. Nu al is er competitie om bebouwbare grond voor de productie van voedsel, veevoer en brandstof.’ De klimaatverandering vormt nog een complicerende factor voor de voedselproductie (figuur 2). Kuijsten: ‘Door de stijgende temperatuur zal de voedselproductie in het zuiden van de wereld afnemen en in het noorden toenemen.’ Door al deze ontwikkelingen neemt de vraag naar een duurzame en gezonde voeding toe. Daarmee rijst de vraag wát een duurzaam en gezond voedingspatroon precies is. De Wereldvoedselorganisatie (FAO) stelde daarvoor in 2010 richtlijnen op: een duurzaam en gezond voedingspatroon belast het milieu zo min mogelijk, draagt bij aan voedselzekerheid en gezondheid en voorziet in alle benodigde voedingsstoffen. Kuijsten: ‘Zo’n voedingspatroon kan voor iedere cultuur anders zijn, maar het respecteert en beschermt de biodiversiteit en ecosystemen en is betaalbaar, voedzaam, veilig en gezond. Daarnaast wordt optimaal gebruik gemaakt van hulpbronnen zoals grondstoffen en arbeid.’

Teveel focus op vervanging

Onlangs is een systematische review verschenen over het duurzame effect van veranderingen in de voeding (1). Deze review is gebaseerd op veertien publicaties, waarvan tien hebben gekeken naar de effecten op uitstoot van broeikasgassen, twee naar de effecten op landgebruik en twee naar beide duurzaamheidsindicatoren. Daaruit blijkt dat het vervangen van dierlijke voedingsmiddelen door plantaardige voedings-



Figuur 2. De verwachte impact van klimaatverandering op landbouwopbrengsten wereldwijd (bron: W. Cline, 2007, *Global Warning and Agriculture*).

middelen het meeste zoden aan de dijk zet. Kuijsten: ‘Vergeleken met de huidige voeding gaat een vegetarische voeding gepaard met 20-35% minder broeikasgassen en 30-50% minder landgebruik. Als niet alleen vlees, maar ook zuivel en eieren uit de voeding worden weggelaten is het effect nog iets groter: een veganistische voeding zorgt voor 25-55% minder broeikasgassen en 50-60% minder landgebruik.’ Kuijsten is geen voorstander van dit soort scenario’s, waarbij in de huidige voeding dierlijke voedingsmiddelen als vlees worden vervangen door plantaardige voedingsmiddelen. Kuijsten: ‘Het is allereerst niet altijd duidelijk waardoor vlees wordt vervangen. Dat kunnen peulvruchten als soja zijn, maar ook noten of groenten en fruit. Ten tweede is er de aanname dat de rest van de voeding hetzelfde blijft. Maar als je vlees weglaat uit de voeding, verandert het hele voedingspatroon. Mensen die gewend zijn om aardappelen, groenten en vlees te eten, gaan in de praktijk bijvoorbeeld geen aardappelen, groenten en noten eten. Daarnaast wordt er ook geen rekening mee gehouden dat mensen door het weglaten van vlees nutriënten uit vlees missen. En tenslotte moet zo’n verschuiving in de voeding acceptabel zijn voor consumenten. Een scenario dat iedereen vegetariër wordt, is niet reëel.’

SHARP voedingspatronen

Om tot een gezond en duurzaam voedingspatroon te komen, moet volgens Kuijsten meer gekeken worden naar de complete voeding en voedingspatronen. In het nieuwe Europese project is Wageningen University daarom gestart met het concept ‘SHARP’ voedingspatronen (figuur 3). SHARP staat voor Sustainable, Healthy, Affordable, Reliable, Palatable. Kuijsten: ‘Bij SHARP focussen we op duurzaamheid, gezondheid en consumentvriendelijkheid. Bij dat laatste gaat het erom of mensen de benodigde verschuivingen in de voeding accepteren. Is het smakelijk en betaalbaar?’ Wat het onderdeel gezondheid betreft pleit Kuijsten voor een meer holistische benadering: ‘De nadruk ligt nu vooral op het halen van de aanbevolen hoeveelheden en het minderen van verzadigd vet, vrije suikers en zout. Maar voedingsmiddelen zijn meer dan alleen leveranciers van nutriënten. De voedingsmatrix, de smaak en of er al dan niet gekauwd moet worden, spelen ook een belangrijke rol.’ Ook het lichaam is volgens Kuijsten meer dan een optelsom van eiwitten, vetten, koolhydraten, vitamines en mineralen. En gezondheid is iets anders dan de afwezigheid van ziekten. Kuijsten: ‘Het totaal is de som van de onderdelen plus de complexiteit.’



Figuur 3. SHARP voedingspatronen zijn duurzaam, gezond en consumentvriendelijk



Voor wetenschappelijk onderzoek zijn soms aannames nodig. Maar door die simplificering kunnen interacties verloren gaan. We moeten dus altijd in het achterhoofd houden dat we enkel naar onderdelen kijken en niet naar het geheel.’

Duurzaamheidsgegevens ontbreken

Ook bij het onderdeel duurzaamheid pleit Kuijsten voor een brede blik. Momenteel wordt vooral gekeken naar de uitstoot van broeikasgassen, gevolgd door het landgebruik. Maar eigenlijk zouden verschillende duurzaamheidsindicatoren met elkaar gecombineerd moeten worden om duurzaamheid beter te definiëren. Kuijsten: ‘Watergebruik is bij de productie van fruit en noten bijvoorbeeld van groot belang en ook vrij hoog. Als je alleen kijkt naar de uitstoot van broeikasgassen en niet naar het watergebruik, zou je een verkeerd advies kunnen geven. Biodiversiteit speelt ook een rol bij duurzaamheid, al is dat moeilijk in een getal weer te geven.’ Momenteel zijn er vooral duurzaamheidsgegevens bekend van onbewerkte landbouw- en veeteeltproducten. Wat mist zijn gegevens van samengestelde voedingsmiddelen, die door een heel industrieel proces zijn gegaan. Kuijsten: ‘De uitstoot van broeikasgassen is slechts van zo’n 400 voedingsmiddelen bekend, terwijl er circa 5.000 voedingsmiddelen verkrijgbaar zijn. Wel zijn die 400 voedingsmiddelen verantwoordelijk voor meer dan 50% van de energie-inname.’ Verder wordt er volgens Kuijsten meestal geen rekening gehouden met verliezen na de oogst of verspilling door consumenten. Kortom: er is nog heel wat werk te doen voor duidelijk is hoe een duurzaam, gezond én consumentvriendelijk voedingspatroon er uit ziet. Volgens Kuijsten zal daar niet één optimaal voedingspatroon uit komen: ‘Dat is voor iedereen anders. Het hangt onder andere af van waar je woont en wat je voedingsbehoeften en voorkeuren zijn. Bovendien is zo’n voedingspatroon aan verandering onderhevig. Het wordt gebaseerd op bestaande kennis over duurzaamheid, gezondheid en consumentengedrag. Nieuwe gegevens daarover kunnen leiden tot andere uitkomsten.’

• Angela Severs

Literatuur

- 1 Hallström E, Carlsson-Kanyama A, Börjesson P. Environmental impact of dietary change: a systematic review. *Journal of Cleaner Production* 91 (2015) 1-11.