



**Prof dr Gert Jan Hiddink**  
Hoofredacteur VoedingsMagazine

## Gezondheidseffecten van gefermenteerde zuivelproducten

Aan yoghurt in onze voeding wordt veel wetenschappelijk onderzoek gewijd, omdat de consumptie vaak positieve effecten heeft op de gezondheid. Om resultaten van onderzoek met elkaar te delen en bediscussiëren is vorig jaar een jaarlijks internationaal congres in het leven geroepen. De tweede 'Global Summit on the Health Effects of Yogurt' vond afgelopen april plaats tijdens het 'Experimental Biology Congress 2014' in San Diego. Een prachtige gelegenheid om in dit nummer van VoedingsMagazine de stand van zaken rondom gefermenteerde zuivelproducten in kaart te brengen.

Zo blijkt uit de wetenschappelijke literatuur dat de consumptie van yoghurt kan bijdragen aan vermindering van de eetlust en aan gewichtsregulering. Maar hoe werkt dat dan; wat is het mogelijke werkingsmechanisme? Op basis van onderzoeksresultaten van verschillende studies presenteerde de Canadese professor Tremblay een aantal mogelijke verklaringen.

Gewichtsregulering is ook een belangrijk onderdeel van het HELENA-programma (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence), waarbij een cross-sectionele studie is uitgevoerd bij adolescenten in tien Europese steden. Het programma is gericht op het voorkomen van complicaties als gevolg van obesitas door gezonde voeding bij adolescenten te bevorderen. Dr. Luis Moreno Aznar (Universiteit van Saragossa) besprak de rol van zuivelproducten bij een gezonde voeding van adolescenten.

De associatie van de consumptie van gefermenteerde zuivelproducten met het risico op type 2 diabetes werd onderzocht door Dr. Nita Forouhi (University of Cambridge School of Clinical Medicine) in een multinational epidemiolo-

gisch onderzoek. Deze InterAct-studie is uitgevoerd bij 26 centra in acht Europese landen. In Europa wordt veel zuivel geconsumeerd, en tussen de landen bestaan aanzienlijke verschillen in de consumptie van verschillende typen zuivelproducten. Dankzij deze heterogeniteit kunnen de effecten van de consumptie van verschillende typen zuivelproducten goed bestudeerd worden.

Eveneens zeer interessant is het onderzoek van Dr. Marjet Munsters (Universiteit Maastricht, promotor Prof. dr. Wim Saris). Zij beschrijft in haar proefschrift meerdere voedingsstrategieën voor het beïnvloeden van metabole profielen en het substraatgebruik. De centrale vraag in het proefschrift is welke voedingsmaatregelen leiden tot een vermindering van metabole stoornissen zoals hyperglycemie en hyperinsulinemie. Reden voor de redactie van VoedingsMagazine om haar te interviewen.

Tevens besteden we in deze VoedingsMagazine aandacht aan het productieproces van melk. Melk speelt wereldwijd een belangrijke rol bij het voorzien in de nutriëntenbehoeften van de mens. De koe zet voor mensen oneetbaar voer om in nutriëntendichte melk. Steeds vaker rijst de vraag of de eiwitconversie voldoende toegevoegde waarde heeft en hoe dit zich verhoudt tot de milieudruk van de zuivelproductie. Professor Toon van Hooijdonk van Wageningen Universiteit ontwikkelt samen met collega's een model om dit inzichtelijk te maken.

Ik wens u veel leesplezier!



nederlandse zuivel organisatie

**VoedingsMagazine**  
**27<sup>ste</sup> jaargang, juni 2014**  
Kwartaaltijdschrift

**Uitgever**  
NZO, Postbus 165  
2700 AD Zoetermeer

**Redactie**  
Prof. dr. ir. Gert Jan Hiddink  
(voedingskundige – hoofdredacteur)  
Jolande Valkenburg (eindredacteur)  
Nienke Vermeulen  
(diëtist – bladmanagement)

**Redactionele medewerkers**  
Dr. Jan Blom (wetenschapsjournalist)  
Angela Severs (Scriptum communicatie  
over voeding)

**Realisatie**  
Quantes, Rijswijk

**Vormgeving**  
Elan Strategie & Creatie, Rijswijk

**Adreswijzigingen**  
[www.voedingsmagazine.nl/](http://www.voedingsmagazine.nl/)  
adreswijzigen

**Abonnement opzeggen**  
[www.voedingsmagazine.nl/bevestigen](http://www.voedingsmagazine.nl/bevestigen)

**Copyright**  
Niets uit deze uitgave mag zonder schriftelijke toestemming worden overgenomen op welke wijze dan ook. Auteursrechten berusten bij de uitgever.

[www.VoedingsMagazine.nl](http://www.VoedingsMagazine.nl)  
[www.NutritionMagazine.nl](http://www.NutritionMagazine.nl)  
[www.zuivelengezondheid.nl](http://www.zuivelengezondheid.nl)