

# Groenten & fruitconsumptie

Nederlanders eten

**153 g/dag**

groenten



**Hoogopgeleiden** eten **meer** groente dan laag- en middelbaaropgeleiden

**Tomaat, komkommer** en **wortel** zijn de meest gegeten groenten

Nederlanders eten gemiddeld

**6 dagen**

in de week groenten



Nederlanders eten gemiddeld

**150 g/dag**

fruit, noten en olijven (waarvan 135 g fruit inclusief conserven)

**Peuters** eten **meer** fruit dan tieners



Nederlanders eten gemiddeld

**4 à 5 dagen**

in de week fruit



**Appel** en **banaan** zijn de meest gegeten fruitsoorten

*Voedselconsumptiepeiling 2019-2021 (RIVM, 2023)*

# Onderbouwde claims als kans voor tuinbouw en gezondheid

Dr. Alie de Boer

Food Claims Research Centre | Maastricht University

AI & Gezondheid, 12 november 2024

 @Alie\_dB

 a.deboer@maastrichtuniversity.nl





# Voedingsclaim

- *Wat er in zit*
- Heilzame voedings-eigenschappen



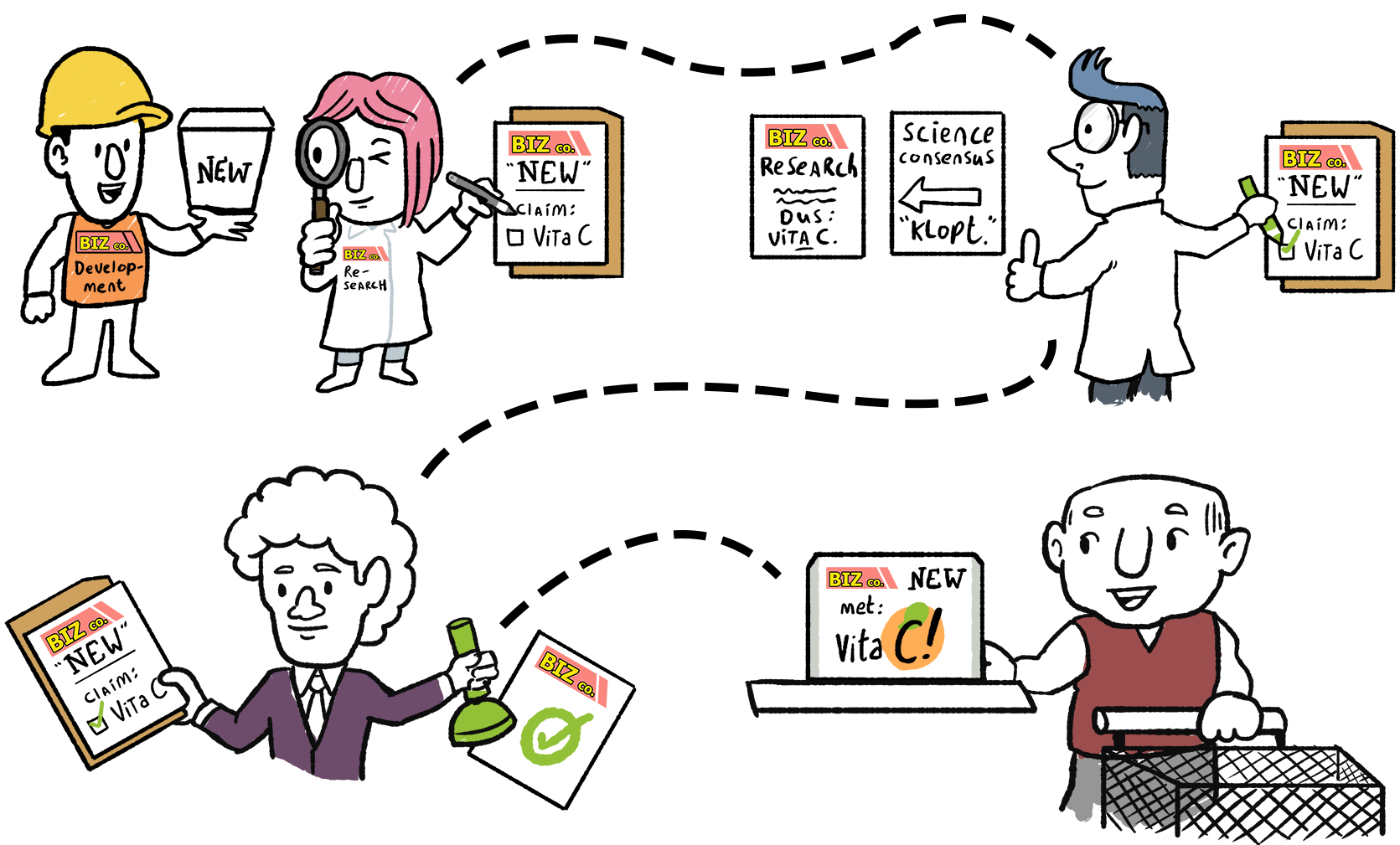
# Gezondheidsclaim

- *Wat het in je lijf doet*
- Relatie voeding (ingrediënt) en gezondheid



# Voedings- en gezondheidsclaimsverordening

- Doel: consumenten **goed informeren**
  - Beschermen tegen valse & misleidende informatie
  - Geen medische claims
- Wetenschappelijke onderbouwing effectiviteit als **middel**



# Onderbouwing



Ingrediënt



Effect



Causaal verband

*de Boer et al., 2014; Lenssen et al., 2018*



# Wie zit er op te wachten?

- Bewuste consument
  - Jongere vrouwen
  - Ouderen
- Gezondheidsclaims lijken (tegenwoordig) meer gewaardeerd dan voedingsclaims
- Transparantie en vertrouwen essentieel

# Meten is weten

- Voedingswaarde: voedselconsumptiedatabases



Contents lists available at [ScienceDirect](#)

## Journal of Food Composition and Analysis

journal homepage: [www.elsevier.com/locate/jfca](http://www.elsevier.com/locate/jfca)



### Nutrient composition of fresh produce—Assessing variability between European countries to substantiate nutrition and health claims

Belen Beltramo<sup>a,\*</sup>, Aalt Bast<sup>b</sup>, Hanne Diliën<sup>c</sup>, Alie de Boer<sup>a</sup>

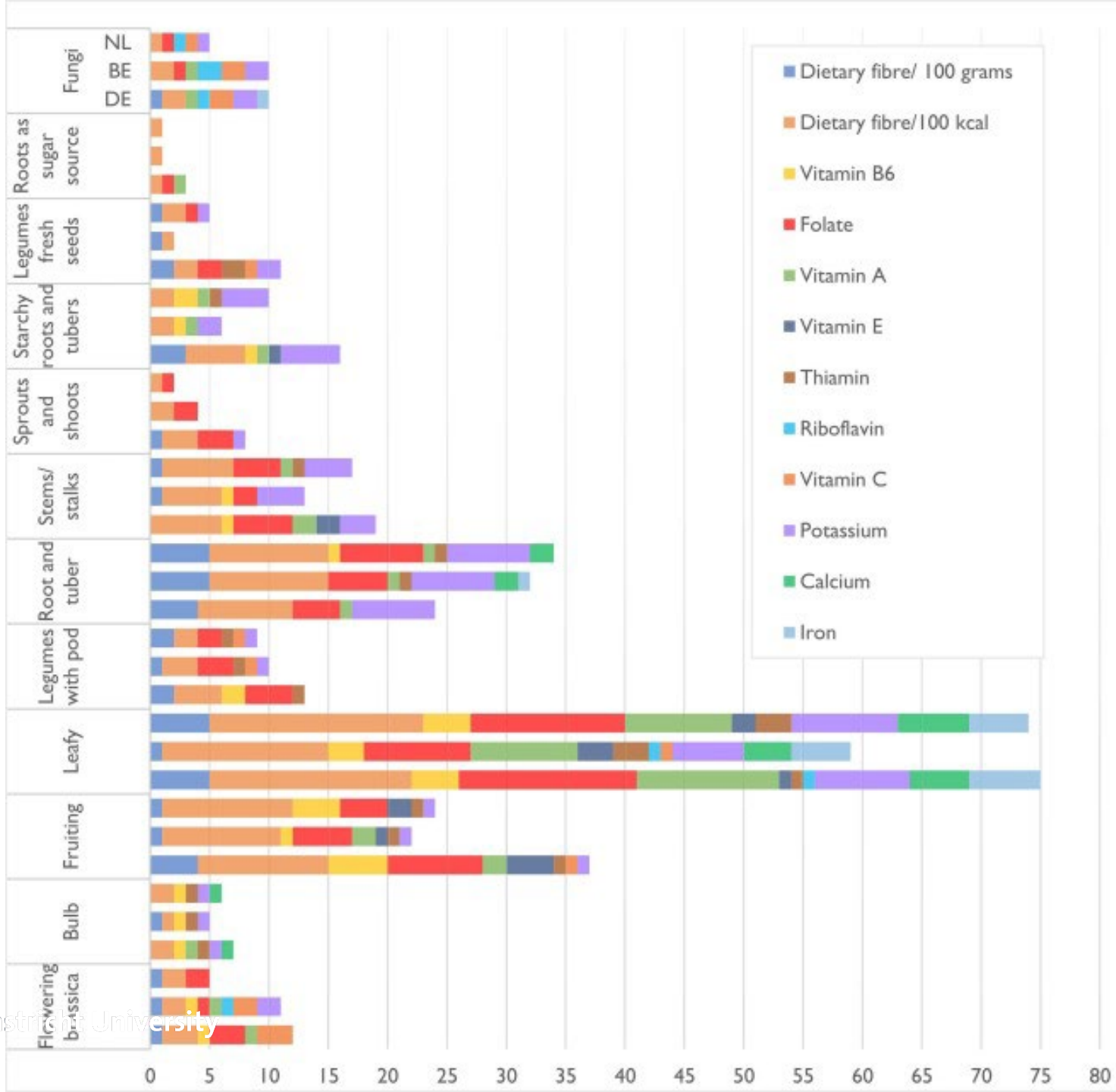
<sup>a</sup> Food Claims Centre Venlo, Campus Venlo, Faculty of Sciences and Engineering, Maastricht University, Venlo, the Netherlands

<sup>b</sup> Department of Pharmacology and Toxicology, Medicine and Life Sciences, Faculty of Health, Maastricht University, Maastricht, the Netherlands

<sup>c</sup> Sensor Engineering Department, Faculty of Sciences and Engineering, Maastricht University, P.O. Box 616, 6200MD Maastricht, the Netherlands

# Voedselconsumptiedatabases

- Vitamineconcentraties **verschillen** per land, met meeste variatie in vitamine c.



# Voedselconsumptiedatabases

- Vitamineconcentraties **verschillen** per land, met meeste variatie in vitamine c.
- In databases **ontbreken gegevens** over cultivar, praktijken, seizoensgebondenheid en productieregio.
- Databases zijn belangrijke bronnen voor producenten om voedingsclaims te ondersteunen.

# Maar: meten was weten?

- Meer inzicht nodig in variatie voedingsstoffen door de keten
- Variaties in rassen en teelttechniek inzichtelijk maken
- Consument verwacht betrouwbare informatie

