

Voedingswetenschap verwacht consument

Voedingswetenschappers moeten de publiciteit mijden als zij een gevonden relatie tussen voeding en gezondheid niet aannemelijk kunnen maken met een biologisch mechanisme, zo stelde Sander Kersten op 10 mei in zijn inaugurele rede. Anders verwarren ze het publiek en tasten ze de geloofwaardigheid van de voedingswetenschap aan, aldus de hoogleraar moleculaire voeding. Mee eens, zegt de Consumentenbond. Volgens anderen gaat de stelling te ver.

TEKST ASTRID SMIT ILLUSTRATIE IEN VAN LAANEN FOTOGRAFIE GUY ACKERMANS



SANDER KERSTEN
Hoogleraar moleculaire voeding
Wageningen University

Ik poneer deze stelling omdat ik me zorgen maak over het aanzien van de voedingswetenschap. De stortvloed aan berichten over voeding en gezondheid die elkaar tegenspreken verwart de burger en dat heeft zijn weerslag op de voedingswetenschap. De ene keer is vitamine E goed voor je, een paar jaar later toch weer niet, of alleen in bepaalde gevallen. Zo ging het ook met foliumzuur en bèta-caroteen, en welke stoffen zullen er nog meer volgen? Telkens komen we weer terug op een eerder gevonden verband tussen voeding en gezondheid. Wij voedingswetenschappers kunnen daar mee omgaan – deze bijstellingen vallen onder het kopje ‘voortschrijdend inzicht’ – maar het publiek begrijpt dit niet. En ook wetenschappers van andere domeinen en wetenschapsjournalisten raken geërgerd. Ik

bemerk soms zelfs een beetje minachting. Je hoort ze denken ‘Oh, heb je hen weer: gooi maar in mijn pet’. Laatst bracht een Amerikaanse universiteit in het nieuws dat mensen die veel chocolade eten, gemiddeld minder dik zijn dan mensen die weinig chocolade eten. Dat bericht werd door veel media overgenomen. Terwijl op geen enkele manier duidelijk was waardoor dat zou komen. Volgens mij moeten ze zo'n bericht dan ook niet de wereld in slingeren. Ik denk dat de voedingswetenschap alleen de publiciteit moet zoeken als meerdere studies een specifiek verband tussen voeding en gezondheid aantonen en er een duidelijk idee is over wat dat verband biologisch zou kunnen verklaren. Dat kost tijd, maar alleen dan heb je pas echt nieuws te melden, iets dat beklijft.’





SANDRA DE JONG
Voorlichting voeding
Consumentenbond

Daar zijn wij het mee eens. Wij zijn nu bezig met een campagne over zout. Via ons dagelijks eten krijgen we daar te veel van binnen. Wetenschappers zijn het erover eens dat consumenten niet meer dan 6 gram zout per dag moeten consumeren, dat meer slecht is voor hart- en bloedvaten. Dachten we. Maar onlangs publiceerden Belgische wetenschappers in de *Journal of the American Medical Association* een artikel waarin stond dat minder zout niet helpt om gezondheidsproblemen te voorkomen. Dat is zeer verwarrend voor de consument. En dan moeten wij weer alle zeilen bijzetten om de boodschap 'eet minder zout' overeind te houden. Achteraf bleek dat er veel haken en ogen aan de studie zaten en dat de wetenschappers veel te stellig hun conclusies voor het voetlicht brachten. Overigens zaaien niet alleen wetenschappers verwarring door te vroeg een verband naar buiten te brengen. Ook journalisten, persvoorlichters en de industrie doen dat. Die laatste claimt de ene na de andere relatie tussen voeding en gezondheid. Gelukkig controleert de Europese Commissie de laatste twee jaar zeer secuur de houdbaarheid van die claims. Afgelopen voorjaar keurden ze slechts 222 van de ruim vierduizend voedingsclaims goed. Wij weten niet door wie de consument het meest in de war raakt, maar het zou goed zijn als de wetenschap het voortouw neemt en alleen goed onderbouwde relaties tussen voeding en gezondheid in het nieuws brengt.'

‘De geloofwaardigheid van de voedingswetenschap is bijna tot het nulpunt gedaald’





PHILIP DEN OUDEN
Directeur van de Federatie
Nederlandse Levensmiddelen Industrie

‘Ik ben het met Kersten eens dat voedingswetenschappers niet zomaar correlaties tussen voeding en gezondheid naar buiten moeten brengen. Ze moeten – in een soort disclaimer – verantwoording afleggen over dat verband: wat is de mogelijke oorzaak, wat betekenen hun onderzoeksresultaten precies voor de consument. Maar het gaat mij te ver om te stellen dat voedingswetenschappers eerst moeten wachten tot ze een biologische verklaring hebben voor een verband tussen voeding en gezondheid. Overigens is de voedingswetenschap niet de enige partij die voorzichtig moet zijn met het naar buiten brengen van onderzoeksresultaten. Dat geldt ook voor voorlichters, de pers en de voedingsmiddelenindustrie. Fabrikanten zijn gebonden aan strikte regels van de Europese Commissie. Die regels zijn zó strikt dat ze minder mogen zeggen over een verband tussen voeding en gezondheid dan wetenschappers. Een bedrijf dat interessante onderzoeksresultaten heeft voor zijn consumenten, kan daar nauwelijks iets over kwijt op zijn website of zijn producten. Dat is jammer. Maar in het verleden hebben fabrikanten inderdaad iets te veel de grenzen opgezocht bij de gezondheidsclaims op hun producten.’



HANS VAN MAANEN
Wetenschapsjournalist en schrijver
van de column *Twijfel in de Volkskrant*

‘Met de diagnose van Kersten ben ik het eens. De geloofwaardigheid van de voedingswetenschap is bijna tot het nulpunt gedaald. Maar ik geloof niet dat hij de juiste therapie voorschrijft. Zijn oplossing – alleen solide resultaten naar buiten brengen – klinkt mooi, maar lijkt me onhoudbaar. Als een wetenschappelijk tijdschrift een artikel publiceert, dan is het openbaar. En wie maakt uit wat een tussenstand is en wanneer we de einduitslag kunnen rapporteren? Ik zie het probleem toch echt in de kwaliteit van veel onderzoek. Voedingswetenschappers proberen nogal eens in het nieuws te komen met ‘visexpedities’: ze zoeken in een grote database naar een relatie tussen x en y, zonder dat ze een goede hypothese hebben of een idee van een biologisch mechanisme. Ik denk dat ze met dat lukraak zoeken nu wel kunnen stoppen. Daarnaast vind ik dat voedingswetenschappers – en voorlichters – eerlijker zouden kunnen aangeven hoe groot het risico of het gezondheidsvoordeel is voor een consument. Rood vlees wordt nu in verband gebracht met kanker en sterfte. Je kans om eerder dood te gaan is 13 procent, kopten de kranten in navolging van onderzoekers. Maar als je naar de absolute getallen kijkt dan gaat het om een heel kleine toename van de individuele kans: voor mannen van 11 op de 1000 naar 14 op de 1000 per jaar. Als je het zo presenteert, ziet iedereen veel sneller hoe futiel het allemaal is – en dan komt het misschien vanzelf niet meer in de krant.’



DAAN KROMHOUT
Hoogleraar volksgezondheidsonderzoek, Wageningen University

‘Ik sta sympathiek tegenover de stelling, maar vind Kerstens oplossing niet praktisch. Er gaan vaak jaren overheen voordat je een verband tussen voeding en gezondheid echt hard kunt maken met een biologisch mechanisme. Moet je dan als voedingswetenschapper al die tijd wachten met het naar buiten brengen van je onderzoeksresultaten? Dan kun je wachten tot je een ons weegt. Het is juist de taak van een epidemioloog om – op basis van een hypothese – verbanden te vinden en dan in vervolgonderzoek uit te zoeken welk biologisch mechanisme er achter schuilt. Soms moet je dan een eerder gevonden verband nuanceren of er helemaal op terugkomen. Dat hoort bij de dynamiek van de wetenschap. Ik denk niet dat dit het aanzien van de voedingswetenschap aantast. We zullen er mee moeten leren leven dat onderzoeksresultaten uit onze koker altijd in de picture staan en bediscussieerd worden, dat is eigen aan het onderwerp voeding. Daar heeft iedereen verstand van, net als van voetbal. Wat we als voedingswetenschappers wel meer moeten doen is, de onderzoeksresultaten in de media in een groter kader plaatsen en relativeren. Vaak worden resultaten extra uitvergroot en ontstaat er een hype rondom één voedingsmiddel of ingrediënt. De ene keer is dat de tomaat, de andere keer de framboos, chocolade of groene thee. Het is een wat saaie boodschap, maar mensen die zich aan de algemene voedingsrichtlijn houden, zitten goed met hun voeding. Je eet niet gezonder door kilo’s frambozen of tomaten per week te consumeren.’ ■