



Eetgedrag in de toekomst

ir. Pauline van der Veeken

59

E-515630

(Beperkte Circulatie)

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

Ir. Pauline van der Veeke

Vakgroep Humane Voeding

Landbouwwuniversiteit Wageningen, april 1989.

VOORWOORD

De Vakgroep Humane Voeding van de Landbouwniversiteit Wageningen doet onderzoek naar mogelijke ontwikkelingen in het eetgedrag in de toekomst. De bevindingen in dit rapport zijn de resultaten van een bijzondere discussie-bijeenkomst, van schriftelijke rapportages en, tot slot, van schriftelijke interviews over dit onderwerp.

Een woord van dank past op deze plaats aan het Ministerie van Landbouw en Visserij, die dankzij haar financiële steun mogelijk heeft gemaakt met deze activiteit te beginnen. Verder zeggen wij dank aan al diegenen die een persoonlijke bijdrage hebben geleverd door het schrijven van een visie of door deel te nemen aan de discussie over mogelijke ontwikkelingen in het eetgedrag in de toekomst.

De Vakgroep Humane Voeding zal actief blijven op dit terrein en verschillende activiteiten voor de toekomst zijn in planning.

Prof. Joseph Hautvast

Ir. Pauline van der Veen

Wageningen
20 mei 1989

SAMENVATTING

Dit rapport bevat de resultaten van een inventariserend onderzoek naar de mogelijke ontwikkelingen van het eetgedrag in de toekomst. Om de verschillende visies die er bestaan omtrent dit onderwerp in kaart te brengen, werd een aantal activiteiten georganiseerd door de vakgroep Humane Voeding van de Landbouwwuniversiteit Wageningen. Ten eerste werd de bijeenkomst "Eetgedrag in de toekomst" gehouden, waarin met een select gezelschap over de mogelijke ontwikkelingen in het eetgedrag van gedachten werd gewisseld. Ten tweede werd een groot aantal personen, die in hun werkveld met voeding te maken hebben, aangeschreven met het verzoek hun mening over deze ontwikkelingen schriftelijk te ventileren. Verder werden een kwalitatief en een kwantitatief onderzoek uitgevoerd bij de consument om inzicht te krijgen in de motieven van het huidige eetgedrag en in de houdingen en verwachtingen voor het eetgedrag in de toekomst.

Naar voren is gekomen dat in het eetgedrag in de toekomst veranderingen zullen optreden onder invloed van allerlei maatschappelijke invloeden (demografische, economische en technologische ontwikkelingen en veranderingen in normen en waarden). Deze veranderingen betreffen de samenstelling van het voedselpakket (een grotere diversificatie van het produktaanbod met nieuwe produkten, die voldoen aan de grotere vraag naar gemak, "kwaliteit", "gezond", "vers" en "natuurlijk"), de eetmomenten (meer tussendoor eten, "grazing" en toename van maaltijdverstrekking door bedrijfskantines), het buitenshuis eten (hierin wordt een toename verwacht) en de bereiding (door de week: kant en klaar, in het weekend hobby-koken).

Het toenemende gezondheidsbewustzijn bij de consument zal ook in de komende jaren invloed hebben op het eetgedrag. Deze invloed zal zich met name uiten in een grotere vraag naar 'natuurlijk', 'vers' en 'gezond'. Of dit, samen met de overige gesignaleerde veranderingen in het voedselpakket, ook zal leiden tot grote veranderingen in de samenstelling van de voeding lijkt niet erg waarschijnlijk. Veranderingen in de richting van de aanbevolen samenstelling van de voeding lijken eens te meer onwaarschijnlijk, omdat de gemiddelde Nederlander te kennen geeft zijn huidige eetgedrag als gezond te beschouwen. Verder onderzoek naar de achterliggende factoren en houdingen lijkt gewenst.

INHOUDSOPGAVE.

1. INLEIDING.....	1
2. VERSLAG VAN DE BIJEENKOMST: EETGEDRAG IN DE TOEKOMST (7 NOVEMBER 1988)....	3
2.1. Eetgedrag in de toekomst: belangrijkste punten.....	3
2.1.1. De voedingsvoorlichting.....	3
2.1.2. Factoren/ ontwikkelingen die het eetgedrag beïnvloeden.....	5
2.1.3. Richtingen voor voedingsonderzoek.....	6
2.2. 'Food for thought'.....	6
3. VERWACHTINGEN: EEN INVENTARISEREND ONDERZOEK BIJ DESKUNDIGEN.....	8
3.1. Doel van het onderzoek.....	8
3.2. Methode.....	8
3.3. Belangrijkste bevindingen.....	9
3.3.1. Verwachtingen omtrent veranderingen in het eetgedrag.....	9
3.3.2. Maatschappelijke ontwikkelingen.....	9
3.3.2.1. Demografische ontwikkelingen.....	10
3.3.2.2. Economische ontwikkelingen.....	12
3.3.2.3. Technologische ontwikkelingen.....	13
3.3.2.4. Veranderingen in normen en waarden.....	13
3.3.3. De invloed van toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid.....	14
3.3.4. Gezonde levensmiddelen.....	14
3.3.5. Verschuivingen in produktgroepen.....	15
3.3.6. De bevindingen van de voedingswetenschap: overtuigend ja of nee?..	16
3.4. Conclusies.....	16
4. ATTITUDES EN VERWACHTINGEN: EEN KWALITATIEF ONDERZOEK BIJ CONSUMENTEN....	17
4.1. Doel van het onderzoek.....	17
4.2. Methode.....	17
4.2.1. De steekproef.....	17
4.2.2. De groepsdiscussie.....	17
4.3. Belangrijkste bevindingen van groep 1: 'De ouderen'.....	18
4.3.1. Factoren die een rol spelen bij de voedselkeuze.....	18
4.3.2. Meninge over de relatie voeding en gezondheid.....	18
4.3.3. Verwachtingen voor de toekomst.....	19
4.3.4. De rol van overheid, bedrijfsleven en wetenschap.....	19
4.4. Belangrijkste bevindingen van groep 2: 'De studenten'.....	20
4.4.1. Factoren die een rol spelen bij de voedselkeuze.....	20
4.4.2. Meninge over de relatie voeding en gezondheid.....	20
4.4.3. Verwachtingen voor de toekomst.....	21
4.4.4. De rol van overheid, bedrijfsleven en wetenschap.....	22
4.5. Conclusies.....	22

5. ATTITUDES EN VERWACHTINGEN: EEN KWANTITATIEF ONDERZOEK BIJ CONSUMENTEN...	24
5.1. Doel van het onderzoek.....	24
5.2. Methode.....	24
5.2.1. De steekproef.....	24
5.2.2. De vragenlijst.....	25
5.3. Resultaten: gedrag en attitudes.....	25
5.3.1. Huidig eetgedrag.....	25
5.3.1.1. Meningen omtrent het huidige eetgedrag.....	25
5.3.1.2. Gangbare produkten.....	26
5.3.1.3. Gemaksvoeding en lightprodukten: gebruik en meningen...	27
5.3.1.4. Eetmomenten.....	28
5.3.2. Eetgedrag in het verleden: meningen omtrent veranderingen.....	28
5.3.3. Eetgedrag in de toekomst.....	29
5.3.3.1. Verwachte veranderingen.....	30
5.3.3.2. Gemaksvoeding en light-produkten.....	30
5.3.4. Belangrijke factoren bij de voedselkeuze.....	31
5.4. Conclusies.....	32
6. CONCLUSIES EN SUGGESTIES.....	34

BIJLAGE 1. Deelnemers aan de Bijeenkomst "Eetgedrag in de toekomst".

BIJLAGE 2. Overzicht van de bijdragen aan het onderzoek "Eetgedrag in Nederland tot het jaar 2000".

1. INLEIDING.

Ontwikkelingen in het eetgedrag staan de laatste tijd sterk in de belangstelling. Dit kan gedeeltelijk toegeschreven worden aan:

- * belangstelling vanuit de industrie: de Nederlandse markt wordt meer en meer een verdringingsmarkt, waarbij het steeds belangrijker wordt de produktontwikkelingen precies af te stemmen op veranderingen in de markt.
- * belangstelling vanuit de overheid: al enige jaren is er sprake van een voedingsbeleid, maar welke effecten sorteert dit beleid?
- * belangstelling vanuit de voorlichting: heeft de voedingsvoorlichting wel voldoende effect op de totstandkoming van een meer verantwoorde voeding?
- * belangstelling vanuit de wetenschap: hoe kan het onderzoek het beste afgestemd worden op veranderingen in het eetgedrag?

maar natuurlijk ook aan een toenemende belangstelling van de consument voor voeding.

Om een beter inzicht te krijgen in het voor de toekomst gewenste voedingsonderzoek naar (aspecten van) het eetgedrag is door de vakgroep Humane Voeding aan de Landbouwuniversiteit een onderzoek naar eetgedrag in de toekomst uitgevoerd. De bestudering van het eetgedrag in Nederland is al erg complex. Gecompliceerder wordt het echter nog om toekomstige ontwikkelingen in het eetgedrag aan te duiden, temeer omdat een groot aantal maatschappelijke veranderingen hierop van invloed is. Om het toekomstige eetgedrag meer te laten zijn dan koffiedik alleen, is gekozen in deze studie voor een aanpak, waarmee een beeld verkregen kan worden van ontwikkelingen, die nu waargenomen worden en waarvan redelijkerwijs verwacht kan worden dat ze ook in de toekomst invloed zullen hebben op het eetgedrag. Het was de bedoeling om dit onderzoek niet te beperken tot de verwachtingen van consumenten. Daarom zijn ook de meningen van personen, die op de een of andere manier bij de produktie, distributie of beïnvloeding van de voedselkeuze zijn betrokken (media, medische wereld, voorlichtingsinstanties, overheid) in deze toekomstverkennde studie opgenomen.

Dit rapport is als volgt opgebouwd: In hoofdstuk 2 treft u het verslag aan van de Bijeenkomst: "Eetgedrag in de toekomst". Deze bijeenkomst werd gehouden op 7 november 1988. Het verslag bevat de belangrijkste verwachtingen omtrent het toekomstige eetgedrag, die uit een discussie met personen afkomstig uit het bedrijfsleven, de detailhandel, de reclamewereld, de journalistiek, de haute cuisine, de overheid en de wetenschap, naar voren zijn gekomen.

Hoofdstuk 3 bevat de resultaten van een inventariserend onderzoek bij deskundigen. Deze personen, die in hun werkveld in meerdere of mindere mate te maken hebben met aspecten van het eetgedrag, hebben verwachtingen uitgesproken omtrent mogelijke toekomstige ontwikkelingen in het eetgedrag. Hierbij komen ook de maatschappelijke ontwikkelingen die invloed kunnen hebben op het eetgedrag aan de orde.

In hoofdstuk 4 worden de resultaten van een tweetal paneldiscussies met consumenten beschreven. In deze gesprekken is o.a. ingegaan op de motieven van het huidig eetgedrag, gesignaleerde ontwikkelingen in het eetgedrag en houdingen ten aanzien van deze ontwikkelingen.

In hoofdstuk 5 tenslotte komen kwantitatieve gegevens over het huidige eetgedrag, houdingen en verwachtingen voor de toekomst bij de consument aan bod. In hoofdstuk 6 "Conclusies en suggesties" worden de belangrijkste bevindingen uit de diverse deelonderzoeken naar voren gehaald.

2. VERSLAG VAN DE BIJEENKOMST: EETGEDRAG IN DE TOEKOMST op 7 NOVEMBER 1988. Gehouden in La Cuisine Francaise, Amsterdam.

Het centrale thema van de bijeenkomst "Eetgedrag in de toekomst" was de vraag hoe het eetgedrag in Nederland zich in de toekomst zal ontwikkelen en hoe het voedingsonderzoek hier het best op afgestemd kan worden. Als zwaartepunt van de toekomstverkennde studie naar veranderingen in het eetgedrag werd gekozen voor deze discussie met niet-wetenschappers, die vanuit hun maatschappelijke positie informatie en ideeën kunnen inbrengen over wat het eetgedrag van de mens bepaalt. De deelnemers (zie bijlage 1) waren afkomstig uit het bedrijfsleven, de detailhandel, de reclamewereld, de journalistiek, de haute cuisine, de overheid en de wetenschap.

De bijeenkomst bestond uit de bespreking van een drietal vragen:

1. Zullen de adviezen van de Voedingsraad met betrekking tot gezonde voeding in de toekomst wel een gewenst effect hebben op het eetgedrag?
2. In hoeverre hebben maatschappelijke ontwikkelingen invloed op het eetgedrag?
3. Wat betekent het een en ander voor de richting waarin toekomstig onderzoek op dit terrein zich zou moeten begeven?

Naast deze vragen werden een aantal door de deelnemers gepresenteerde stellingen besproken.

In dit verslag zullen de belangrijkste punten, die uit de gehouden bijeenkomst naar voren zijn gekomen, worden besproken in paragraaf 2.1. In paragraaf 2.2. worden de op de bijeenkomst gepresenteerde stellingen weergegeven als 'food for thought'. Om overlap te voorkomen zijn de conclusies en suggesties, die aan deze bijeenkomst kunnen worden verbonden, opgenomen in hoofdstuk 6.

2.1. Eetgedrag in de toekomst: belangrijkste punten.

In dit hoofdstuk wordt achtereenvolgens ingegaan op de voedingsvoorlichting, belangrijke (maatschappelijke) ontwikkelingen die invloed hebben op het eetgedrag en de rol van de voedingswetenschap binnen deze ontwikkelingen.

2.1.1. De voedingsvoorlichting.

In 1983 publiceerde de Overheid de Nota Voedingsbeleid. De verwachting wordt hierin geuit dat een actief voedingsbeleid gericht op een betere samenstelling van het voedselpakket een vermindering van welvaartsziekten en wellicht een geringe verlenging van de levensduur met zich mee zal brengen. Naar aanleiding van deze Nota heeft de Voedingsraad in 1986 de "Richtlijnen Goede Voeding" uitgevaardigd. Deze richtlijnen zijn de laatste jaren zeer actief in de voorlichting, zowel van overheidswege, bedrijfsleven en stichtingen (bijv. de

Nederlandse Hartstichting), gebruikt om aan te geven wat er veranderd moet worden in het eetpatroon. Volgens recente gegevens, o.a. van het Voedingspeilingsysteem, blijkt echter dat de samenstelling van de voeding van de gemiddelde Nederlander nog afwijkt van de aanbevolen samenstelling en in de afgelopen 10-15 jaar nauwelijks veranderd is.

Tijdens de bespreking van het eerste thema van deze bijeenkomst : "Zullen de adviezen van de Voedingsraad met betrekking tot een gezonde voeding in de toekomst wel een gewenst effect hebben op het eetgedrag?" werd gesteld dat de voedingsvoorlichting in Nederland weinig effect heeft gehad op het huidige eetgedrag. In de discussie werd een groot aantal redenen genoemd, die voor de geringe effectiviteit van de voedingsvoorlichting verantwoordelijk zou kunnen zijn:

- * De voorlichtingsboodschap wordt teveel met het opgeheven vingertje gebracht: "dit mag niet", "niet teveel" en zadelt mensen teveel op met schuldgevoelens.
- * De boodschappen wisselen te sterk in de tijd en zijn vaak tegenstrijdig, hetgeen de geloofwaardigheid van de boodschappen aantast.
- * De subjectieve informatieverstrekking door de producent (reclame e.d.) is veel doordringender dan de voedingsvoorlichting die vaak via "saaie" kanalen wordt gebracht.
- * De boodschappen worden vaak te generaliserend gebracht en zijn te weinig toegesneden op bepaalde doelgroepen.
- * De voorlichting berust te weinig op vertaling van de voedingskennis in produkten.
- * De consument vindt van zichzelf al dat hij gezond eet.
- * Er wordt te weinig voedingsvoorlichting gegeven via de medische wereld.
- * Het is niet duidelijk welke winst van een gezonde voeding op lange termijn is te verwachten.

Wanneer de voedingsvoorlichting in de toekomst meer effect wil sorteren zou aan bovenstaande punten aandacht geschonken moeten worden. Dit zou betekenen wanneer deze punten in beschouwing genomen worden: een duidelijke, eenduidige boodschap, positief geformuleerd, afgestemd op de doelgroepen, waarin ook duidelijk gemaakt wordt wat de consequenties zijn voor de gezondheid van een bepaalde voeding, ook op de lange termijn.

Er werd ook nog een aantal andere suggesties gegeven, die de effectiviteit van de voorlichting zouden kunnen verbeteren:

- * Door de voorlichting een indringendere teneur te geven: bv. "de hart-dood loert". Dus de voedingsboodschap niet positief formuleren, maar de angst vergroten. De ethische bezwaren van deze benadering werden echter onderkend.
- * Vervangen van de ingewikkelde produkt-informatie door een "endorsement"-benadering: door een bepaald teken op een produkt te kennen geven, dat dit produkt door de een of andere betrouwbare instantie als verstandig of gezond wordt bestempeld. Hoewel erkend werd dat dit een zeer gebrekkige informatie zou zijn, zou het met name bij samengestelde produkten verhelderend kunnen zijn. Deze 'produkt-benadering' lijkt in de praktijk meer werkbaar dan advisering op het niveau van het voedselpakket. Deze 'pakket-benadering', die ervan uitgaat dat geen enkel voedingsmiddel op zichzelf gezond is, staat echter nog steeds hoog aangeschreven in de voedingswetenschap.
- * Een structurelere aanpak door meer voorlichting en opvoeding binnen het onderwijs te geven. Toch wordt de effectiviteit van deze aanpak betwijfeld door een aantal aanwezigen, omdat de eerste resultaten van voedingsvoor-

lichting op scholen niet overweldigend zouden zijn.

2.1.2. Factoren en ontwikkelingen die het eetgedrag beïnvloeden.

Tijdens de bespreking van de tweede vraag: "In hoeverre hebben maatschappelijke ontwikkelingen invloed op het eetgedrag?" kwam naar voren dat o.a. door demografische ontwikkelingen (vergrijzing, meer 1-persoonshuishoudens, gezinsverdunning etc.) en economische ontwikkelingen (toenemende arbeidsparticipatie van de vrouw, stijgende welvaart en bereidheid meer geld uit te geven bij bepaalde groepen) een aantal veranderingen in het eetgedrag zich zullen doorzetten: meer eetmomenten, meer buitenshuis eten en een grotere vraag naar gemak en kwaliteit. De beschikbare hoeveelheid tijd en geld hebben een belangrijke invloed op het eetgedrag, maar variëren aanzienlijk over de diverse groepen in onze samenleving. De algemene verwachting was verder dat het gezondheidsbewustzijn zich zal handhaven of nog sterker zal worden en zal leiden tot een grotere vraag naar gezonde, verse en natuurlijke producten.

Gesteld werd dat de invloed van de aanbodzijde op het eetgedrag sterk wordt onderschat. Zowel het produktaanbod als de vermarketing van producten beïnvloeden in sterke mate de voedselkeuze. Hoewel het met het huidige aanbod zeer goed mogelijk is om gezond te eten, vereist een gezondere voeding vaak ingrijpende veranderingen in het eetgedrag. Door het beschikbaar komen van voedingsmiddelen die een 'gezondere' samenstelling hebben (bv. minder (verzadigd) vet) zouden deze alternatieven zonder veel wijzigingen in het huidige eetgedrag geïntegreerd kunnen worden. Een nadeel van deze ontwikkeling kan zijn dat deze meer verantwoorde alternatieven wegens een duurdere prijs voorbehouden blijven aan de meer welgestelden in onze samenleving.

Een tweetal onderwerpen kwam naar aanleiding van bovengenoemde ter sprake. Ten eerste de vraag of gezonde voeding nu eigenlijk duur(der) is. De algemene indruk was dat gezonde voeding waarschijnlijk niet duurder is als voor een verstandig voedselpakket wordt gekozen. Mogelijk is gezonde voeding wel duurder als deze bestaat uit meer verantwoorde varianten van huidige producten.

Het tweede discussiepunt betrof de overheidsbemoeienis. Dat overheidsbemoeienis een bijzondere effectieve manier is om een betere samenstelling van de voeding te bewerkstelligen, bijvoorbeeld door strikte regelgeving ten aanzien van de samenstelling van producten, werd niet betwijfeld. De meningen over de wenselijkheid van een ingrijpend overheidsbeleid liepen echter nogal uiteen.

Verder werd opgemerkt dat ook de media een belangrijke invloed hebben op het eetgedrag, met name via de aandacht die aan de additieven problematiek wordt geschonken. Waarschijnlijk is het aan deze aandacht voor een deel toe te schrijven dat de eerste associatie die de term 'gezonde voeding' bij de consument oproept de afwezigheid van additieven blijkt te zijn. Additieven en eventuele acute effecten van een bepaald gebruik zijn namelijk meer 'nieuws' dan de lange termijn effecten van een overmatige vetconsumptie.

Over de light-trend waren de meningen verdeeld. Sommigen zien light-producten als een belangrijke strategie voor vetreductie of als kanshebbers voor de momenten tussendoor, anderen als prettig voor lijners, maar ook wordt er op

gewezen dat de light-trend mogelijk zal verdwijnen, omdat light geen eenduidig begrip is, niet synoniem met gezond is en bovenal de suiker- en vetvervangers nog discutabel zijn.

2.1.3. Richtingen voor voedingsonderzoek.

Als antwoord op de derde vraag: "Wat betekent het een en ander voor de richting waarin toekomstig onderzoek op dit terrein zich zou moeten begeven?" worden (summier) een aantal terreinen aangeduid, waarop de voedingswetenschap zich, aldus de aanwezigen, moet begeven of het onderzoek moet voortzetten.

Er werd opgemerkt dat er nog niet veel bekend is over het eetgedrag. Vragen als wie eet wat, in welke mate, wanneer en waarom kunnen slechts ten dele beantwoord worden. Het werd daarom hard nodig geacht om meer onderzoek naar het eetgedrag te doen, met name bij specifieke groepen, zoals de ouderen en bedrijfskantine-etters. Dit onderstreept het belang van (herhaling van) grootschalige voedselconsumptieonderzoeken zoals het Voedingspeilingsysteem, evenals van het achterhalen van het waarom van een bepaald eetgedrag in bepaalde groepen.

Verder werd gesteld dat er meer onderzoek gedaan moet worden naar de relatie voeding en gezondheid. De 'hardheid' van de bevindingen van de voedingswetenschap werd namelijk ter discussie gesteld. Een aantal personen achtte het nodig om met meer zekerheid de voordelen van een bepaalde voeding voor de gezondheid op lange termijn duidelijk te kunnen maken (bv. in het aantal jaren extra levensverwachting).

Een terrein waarop de voedingswetenschap volgens een aantal aanwezigen niet echt thuishoort is het terrein van de marketing. Enige overlap bij het zoeken naar een antwoord op de vraag wat consumenten drijft tot een bepaalde voedselkeuze zal echter onvermijdelijk zijn.

2.2. 'Food for thought'.

In deze paragraaf worden de stellingen, die op de bijeenkomst zijn gepresenteerd, weergegeven.

1. Ook voor de fabrikant van gemaksvoeding is een taak weggelegd m.b.t. 'gezonde voeding'. Deze taak zal steeds belangrijker worden, naarmate de behoefte aan gemaksvoeding toeneemt.
2. De effectiviteit van de voedingsvoorlichting zal sterk toenemen als daarin met voeding verwante maatschappelijke aspecten zoals bijvoorbeeld het milieu, dierenwelzijn en de derde wereld worden geïntegreerd.
3. Het besef van het verband tussen eten en gezondheid zal nog een stuk verspreiding vinden. Dit besef zal steeds meer gaan lijken op het zondebesef in de late Middeleeuwen. Iedereen is ervan doordrongen, er komen steeds meer specialisten, maar het totaal aan zonden zal niet minder worden.

4. De belangrijkste invloed op het eetgedrag ligt in de mate, aard en vorm van de overheidsbemoeienis. De overheid kan namelijk op een aantal manieren invloed uitoefenen op het eetgedrag. De overheid kan door regelgeving de aard en de samenstelling van produkten beïnvloeden. De overheid kan invloed uitoefenen via voorlichting en onderwijs en de overheid kan verder onderzoek naar de samenstelling van de voeding en de effecten hiervan in het lichaam stimuleren.
5. Het eetgedrag in de toekomst zal in toenemende mate een functie krijgen in de bevrediging van sociaal-psychologische behoeftes.
6. Het eetgedrag in de toekomst zal meer en meer bepaald worden door het industrieel aanbod van produkten.
7. Ondanks alle veranderingen blijft in het Nederlands eetgedrag een stuk continuïteit. De kern van de voedingsgewoonten blijft over: twee koude en één warme maaltijd.
8. Weliswaar zal, o.a. als gevolg van de uitgebreide informatieverstrekking op dit gebied, het gezondheidsaspect meer dan ooit worden meegenomen bij de samenstelling van de maaltijden; dit zal echter per individu of gezin dusdanig verschillen dat het consumptiepatroon over het geheel genomen niet wezenlijk verandert.
9. "Food at work" een ondergewaardeerde graadmeter voor (gezonde) voedingstrends.
10. Van de levensmiddelenindustrie is geen initiatief te verwachten om het voedselaanbod in zijn geheel wat minder "ongezond" te maken en dat terwijl de industrie de meeste invloed uitoefent op consumentengedrag.
11. * Voorspellen van ontwikkelingen in voedingsgewoonten is heel moeilijk
 * Voedingsgewoonten veranderen heel langzaam
 * In het kader van 1992 : een grotere variatie in het produktaanbod
 * Voedingsmiddelenindustrie volgt de consument
 * Een betere opleiding van consumenten in de scholen is gewenst
 * Dokters moeten anders opgeleid worden, zodat er meer preventief gewerkt kan worden
12. Dé consument bestaat niet. Algemene voedingsvoorlichting is dus gedoemd te mislukken.

3. VERWACHTINGEN: EEN INVENTARISEREND ONDERZOEK BIJ DESKUNDIGEN.

3.1. Doel van het onderzoek.

Het doel van dit onderzoek is een beter inzicht te krijgen in de mogelijke toekomstige ontwikkelingen in het eetgedrag.

3.2. Methode.

De informatie voor dit onderzoek is verkregen door een inventarisatie van meningen omtrent mogelijke ontwikkelingen in het eetgedrag, van personen die in hun werkveld in meerdere of mindere mate te maken hebben met aspecten van het eetgedrag: zij zijn afkomstig uit het bedrijfsleven, de detailhandel, de medische wereld, de voorlichting, de overheid, het onderwijs en een aantal specifieke verenigingen. Aan deze personen werd gevraagd een schriftelijke beschouwing te geven, waarin hun visie op ontwikkelingen in het eetgedrag in Nederland tot het jaar 2000 naar voren komt. Hierbij werd hen verzocht om aandacht te schenken aan een of meer van de onderstaande punten.

1. Zal het eetgedrag in het jaar 2000 afwijken van het huidige eetgedrag ? Indien ja, in welke mate kan dit gebeuren? Zullen er ontwikkelingen in de samenleving zijn die dit proces in belangrijke mate zullen kunnen beïnvloeden?
2. Zal de toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid invloed hebben op het toekomstige eetgedrag? Zal de consument kiezen voor levensmiddelen, die als 'gezonder' gekarakteriseerd worden? Wat denkt u zelf als consument? Wat zijn volgens u 'gezonde' levensmiddelen?
3. Als er in de toekomst veranderingen optreden in het eetpatroon, aan welke soort produktgroepen zal dan met name de voorkeur gegeven worden? Welke produktgroepen zullen een kleinere bijdrage in ons eetpatroon gaan leveren?
4. U kunt ook een karakteristiek geven van uw eigen eetpatroon. Vindt u uw eetpatroon verantwoord gezien de informatie en de voorlichting over de relatie voeding en gezondheid? Vindt u zelf dat er aanpassingen wenselijk zijn en bent u bereid en in staat om deze aanpassingen door te voeren in de komende jaren?
5. De bevindingen van de voedingswetenschap in relatie tot de gezondheid in de afgelopen decennia vormen de basis voor adviezen om ons eetpatroon bij te stellen. Vindt u dat de bevindingen voldoende overtuigend zijn om op beleidsmatig- of bedrijfsniveau of persoonlijk te werken aan een bijstelling van het eetpatroon c.q. levensmiddelenpakket? Als u deze overtuiging niet heeft, wat ontbreekt er dan aan kennis en inzicht die door meer onderzoek verkregen zou kunnen worden?

In bijlage 2 treft u een overzicht aan van de degenen, die aan dit onderzoek hun medewerking hebben verleend. Deze beschouwingen zijn op verzoek al dan niet anoniem opgenomen in dit rapport.

In de rest van dit hoofdstuk wordt een samenvatting gegeven van de opvattingen die, naar aanleiding van de bovengenoemde punten, het meest naar voren zijn gekomen.

3.3. Belangrijkste bevindingen

In deze paragraaf wordt eerst ingegaan op de vraag of het eetgedrag in het jaar 2000 zal afwijken van het huidige eetgedrag. Vervolgens worden de maatschappelijke ontwikkelingen, die invloed hebben op het eetgedrag, besproken. In paragraaf 3.3.3. komt de vraag aan de orde of de toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid invloed hebben op het toekomstige eetgedrag? Wat verstaan wordt onder 'gezonde' producten en welke verschuivingen we in de diverse productgroepen mogen verwachten wordt beschreven in respectievelijk paragraaf 3.3.4. en 3.3.5. Tot slot (3.3.6.) worden de diverse meningen weergegeven omtrent het overtuigend zijn van de bevindingen van de voedingswetenschap.

3.3.1. Verwachtingen omtrent veranderingen in het eetgedrag.

Over het algemeen wordt verwacht dat het eetgedrag in het jaar 2000 (enigzins) zal afwijken van het huidige eetgedrag.

De globale verwachtingen omtrent veranderingen in het eetgedrag hebben betrekking op:

- verandering in eetmomenten: er zal meer tussendoor gegeten worden. Het vaste maaltijdpatroon wordt meer en meer vervangen door 'grazing'-gedrag.
- veranderingen in de bereiding: enerzijds zal men minder tijd willen spenderen aan het bereiden van de warme maaltijd en kiezen voor kant-en-klaar maaltijden of afhaalmaaltijden en zal men meer (individueel) eten op momenten, waarop het goed uitkomt. Anderzijds zal het koken als hobby en eten als recreatieve bezigheid steeds meer aan populariteit winnen.
- veranderingen in de samenstelling van het voedselpakket: er treedt een grotere diversificatie op in het produktaanbod, die een steeds grotere keuzemogelijkheid tot gevolg heeft. Mensen kunnen dus steeds meer verschillend gaan eten (exotisch, exclusief, natuurlijk, gezond, gemakkelijk etc.). Of deze veranderingen in het voedselpakket ook zullen leiden tot veranderingen in de samenstelling van de voeding, blijft nog zeer de vraag.

Eetgedrag is nauw gerelateerd aan veranderingen in de samenleving. Om een beter inzicht te krijgen in de mogelijke ontwikkelingen in het eetgedrag wordt daarom in de volgende paragraaf eerst ingegaan op de verwachte maatschappelijke veranderingen.

3.3.2. Maatschappelijke ontwikkelingen

In deze paragraaf zullen de ontwikkelingen in de samenleving, die in de diverse beschouwingen zijn genoemd, worden besproken. Achtereenvolgens wordt

ingegaan op de demografische ontwikkelingen, de mogelijke economische ontwikkelingen aangegeven en de verwachte ontwikkelingen op technologisch gebied. Tot slot worden enkele veranderingen in normen en waarden aangestipt.

3.3.2.1. Demografische ontwikkelingen

Met betrekking tot de veranderingen in de bevolkingssamenstelling tot het jaar 2000 kan het volgende worden opgemerkt. Nederland is op weg een land te worden met een afnemend inwoneraantal, waarbij voortdurend sprake is van ontgroening, vergrijzing en gezinsverdunding. Deze uitspraken worden ondersteund door o.a. de gegevens van de bevolkingsprognose 1986.

Uit tabel 1 blijkt dat volgens de midden variant gedurende de periode 1988-2000:

- * het totale inwonersaantal met bijna 1 miljoen toeneemt
- * het aantal jongeren (tot 20 jaar) met 0,1 miljoen daalt
- * het aantal 20-64 jarigen (de potentiële beroepsbevolking) met 0,7 miljoen oploopt
- * het aantal 65-plussers met 0,3 miljoen stijgt

De bevolking van ons land zal dus verder 'ontgroenen' en 'vergrijzen'. Tevens zal zowel de potentiële beroepsbevolking als de bejaardenbevolking steeds meer ouderen gaan bevatten. Kort na de eeuwwisseling zal het inwoneraantal van Nederland langzaam gaan dalen. De bevolking is dan zo sterk verouderd dat de aanhoudend lage geboorte-aantallen niet meer opwegen tegen de voortdurend toenemende sterftecijfers.

Tabel 1. Bevolking op 1 januari naar leeftijdsgroep per variant.

Bevolking op 1 januari naar leeftijdsgroep per variant: Bevolkingsprognose 1986 en Bevolkingsprognose 1985 (cursief)
Population on January 1st by age group per variant: Population Forecasts 1986 and Population Forecasts 1985 (in italics)

	0-19			20-64			65+			Totaal / Total		
	L	M	H	L	M	H	L	M	H	L	M	H
x 1 000												
1986	4 019 <i>4 016</i>	4 019 <i>4 018</i>	4 019 <i>4 020</i>	8 742 <i>8 740</i>	8 742 <i>8 741</i>	8 742 <i>8 742</i>	1 769 <i>1 770</i>	1 769 <i>1 770</i>	1 769 <i>1 770</i>	14 529 <i>14 526</i>	14 529 <i>14 529</i>	14 529 <i>14 532</i>
1987	3 965 <i>3 942</i>	3 967 <i>3 953</i>	3 969 <i>3 965</i>	8 843 <i>8 831</i>	8 844 <i>8 837</i>	8 845 <i>8 843</i>	1 803 <i>1 807</i>	1 804 <i>1 807</i>	1 804 <i>1 807</i>	14 611 <i>14 580</i>	14 615 <i>14 597</i>	14 619 <i>14 615</i>
1988	3 910 <i>3 864</i>	3 922 <i>3 890</i>	3 933 <i>3 916</i>	8 942 <i>8 918</i>	8 945 <i>8 930</i>	8 949 <i>8 941</i>	1 833 <i>1 841</i>	1 836 <i>1 842</i>	1 838 <i>1 842</i>	14 686 <i>14 623</i>	14 703 <i>14 661</i>	14 720 <i>14 699</i>
1989	3 854 <i>3 781</i>	3 879 <i>3 825</i>	3 904 <i>3 870</i>	9 035 <i>9 000</i>	9 042 <i>9 017</i>	9 049 <i>9 035</i>	1 864 <i>1 878</i>	1 869 <i>1 878</i>	1 875 <i>1 879</i>	14 753 <i>14 659</i>	14 790 <i>14 721</i>	14 828 <i>14 783</i>
1990	3 784 <i>3 685</i>	3 826 <i>3 749</i>	3 868 <i>3 814</i>	9 141 <i>9 092</i>	9 152 <i>9 117</i>	9 163 <i>9 141</i>	1 890 <i>1 910</i>	1 898 <i>1 911</i>	1 907 <i>1 912</i>	14 814 <i>14 687</i>	14 876 <i>14 777</i>	14 938 <i>14 866</i>
1995	3 593 <i>3 367</i>	3 745 <i>3 549</i>	3 897 <i>3 732</i>	9 485 <i>9 375</i>	9 518 <i>9 430</i>	9 550 <i>9 485</i>	1 985 <i>2 048</i>	2 012 <i>2 050</i>	2 039 <i>2 052</i>	15 064 <i>14 789</i>	15 275 <i>15 028</i>	15 486 <i>15 268</i>
2000	3 551 <i>3 225</i>	3 826 <i>3 527</i>	4 104 <i>3 833</i>	9 594 <i>9 441</i>	9 648 <i>9 514</i>	9 702 <i>9 588</i>	2 072 <i>2 167</i>	2 113 <i>2 171</i>	2 155 <i>2 174</i>	15 216 <i>14 834</i>	15 588 <i>15 213</i>	15 960 <i>15 595</i>
2010	3 188 <i>2 785</i>	3 638 <i>3 234</i>	4 094 <i>3 692</i>	9 631 <i>9 339</i>	9 753 <i>9 486</i>	9 874 <i>9 634</i>	2 296 <i>2 421</i>	2 358 <i>2 427</i>	2 419 <i>2 434</i>	15 115 <i>14 545</i>	15 749 <i>15 148</i>	16 387 <i>15 759</i>
2035	2 354 <i>1 860</i>	2 990 <i>2 433</i>	3 703 <i>3 086</i>	7 409 <i>6 739</i>	8 046 <i>7 381</i>	8 694 <i>8 037</i>	3 446 <i>3 546</i>	3 563 <i>3 580</i>	3 681 <i>3 613</i>	13 209 <i>12 144</i>	14 599 <i>13 394</i>	16 078 <i>14 737</i>

Bron: Maandstatistiek bevolking (CBS), 1987, nr.2.

Tevens wordt verwacht dat de trend naar meer kleinere huishoudens zich voort zal zetten. (zie tabel 2)

Tabel 2. Huishoudens naar grootte 1981-1985 (bron: CBS 1987)

Huishoudens naar grootte						
	1981		1985		Mutatie 1981-1985	
	x 1 000	%	x 1 000	%	x 1 000	%
1 persoon	1 128	22.1	1 531	27.5	403	36
2 personen	1 529	29.9	1 635	29.4	106	7
3 personen	798	15.6	848	15.2	50	6
4 personen	1 059	20.7	1 060	19.0	1	0
5 personen of meer	598	11.7	492	8.8	-106	18
Totaal	5 111	100	5 565	100	454	9

Deze huishoudensverdunding is het resultaat van een aantal uiteenlopende maatschappelijke ontwikkelingen, zoals de toegenomen voorkeur van zowel ouderen als jongeren om zelfstandig te (blijven) wonen, de eveneens toegenomen echtscheidingsfrequentie, de gezinsverdunding en de gezinsindividualisering (geen personen naast de gezinsleden, die opgenomen zijn in het huishouden).

Verder is door immigratie e.d. de etnische samenstelling van ons land in de afgelopen jaren veranderd. Het aantal personen, dat niet van Nederlandse oorsprong is, is gestegen.

Wat kunnen deze ontwikkelingen betekenen voor het eetgedrag?

Allereerst de stijging van het aantal ouderen. Er wordt gesteld dat meer bejaarden in tehuizen zullen leiden tot een groter aandeel van voorbereide maaltijden, maar ook de (gedwongen) zelfstandige oudere zal mogelijk meer bereid voedsel gaan consumeren, al dan niet via maaltijdverstrekking. Hierbij werd de opmerking geplaatst dat de samenstelling van het eten waarschijnlijk traditioneel van aard zal blijven.

De kleinere leefeenheden, het grotere aantal (jongere) alleenstaanden zal volgens de verwachtingen ook leiden tot een groter gebruik van gemakvoeding en tot andere vormen van maaltijdgebruik dan het traditionele ontbijt, middagmaal en avondmaal. Gedacht kan worden aan het eten in bedrijfskantines, de afhaalmaaltijd en een grotere consumptie van tussendoortjes.

Verder zorgt het grotere aandeel van etnische minderheden in onze bevolking ervoor dat andere ideeën over voeding uitgedragen worden en dat meer nieuwe gerechten en produkten worden geïntroduceerd.

3.3.2.2. Economische ontwikkelingen

De algemene verwachtingen omtrent de economische ontwikkelingen worden gekenmerkt door een toenemend optimisme, waarschijnlijk onder invloed van de economische opleving van de laatste jaren. Maar er blijven ook negatieve geluiden te horen: de werkloosheid zal ook op termijn een groot probleem blijven.

De verwachte groei in het aantal huishoudens tot 2000 en een stabiel of licht stijgend nationaal inkomen zal tot gevolg kunnen hebben dat het gemiddelde inkomen per huishouden zal dalen.

In een aantal beschouwingen wordt de verwachting geuit dat zich een denivellerende inkomensontwikkeling aftekent, waaraan een aantal ontwikkelingen zullen bijdragen: meer dubbele inkomens (de arbeidsparticipatie van de vrouw is de laatste jaren sterk gestegen en is nu $\pm 38\%$, hetgeen vergelijkbaar is met de landen om ons heen), lagere uitkeringen, hogere vaste lasten en dus een lager besteedbaar inkomen.

Het door de overheid gevoerde beleid heeft belangrijke gevolgen voor de markt van voedingsmiddelen. Dit geldt niet in de laatste plaats voor het EG-landbouwbeleid, waardoor het vrije handelsverkeer binnen de EG is toegenomen. Door het EG-landbouwbeleid is vrijwel elke sector van de voedings- en genotsmiddelenindustrie beïnvloed. De beïnvloeding op gebieden als zuivel (superheffing) en visvangst (quotering) zijn bekende voorbeelden. De verwachting geldt dan ook dat de Europese eenwording in 1992 zal leiden tot meer invloed van de EG, niet alleen op markt- en prijsbeleid, maar ook op het gebied van de levensmiddelenwetgeving en normering.

Wat kunnen deze ontwikkelingen betekenen voor het eetgedrag?

De inkomensdenivellerende ontwikkelingen betekenen voor de groep met inkomensverbetering een grotere behoefte aan kwalitatief hoogwaardige voedingsmiddelen met een hoge convenience waarde (smakelijke voedingsmiddelen, met een goede voedingswaarde en makkelijk en op ieder moment van de dag te bereiden).

De meningen omtrent de voedingskundige consequenties van deze ontwikkelingen lopen uiteen. Voor sommige zijn luxe, kwalitatief hoogwaardige producten met een meer verantwoorde samenstelling dé manier om de aanbevelingen voor een goede voeding te kunnen volgen. Volgens deze mensen blijft het spreekwoord "de armoe houdt je vet" bestaan. Anderen zien meer heil voor de gezondheid in een (gedwongen) sober eetgedrag en zien niet in waarom de meer bewerkte producten 'gezonder' zouden zijn.

Verder bestaat er consensus over het feit dat de toenemende arbeidsparticipatie van de vrouw zal leiden tot een groter gebruik van gemaksvoeding.

De Europese eenwording kan een verdere internationalisering van de smaak in de hand werken. Deze was al in gang gezet door de aanraking met andere eetculturen tijdens vakanties en de opkomst van allerlei buitenlandse eethuisjes in ons land.

De sociale functie van eten zal door het gebruik van kant-en-klare maaltijden niet verdwijnen, maar meer verschuiven naar het recreatief eten (uit eten en "koken als hobby in de weekenden"). Ook dit geldt weer met name voor de beter gesitueerden.

3.3.2.3. Technologische ontwikkelingen

De vraag naar kwaliteit, gezond, vers en natuurlijk vanuit de consument, maakt deze begrippen ook tot aandachtspunten van producent en detailhandel.

Onder andere genetische manipulatie, biotechnologie en nieuwe produktie- en verpakkingstechnieken zullen leiden tot assortimentsuitbreidingen. Een belangrijk onderdeel van deze uitbreidingen zal gevormd worden door kant-en-klaar maaltijden ("van hoge kwaliteit").

De verwachting werd geuit dat, voor zover dat binnen de technologische en commerciële mogelijkheden ligt, de levensmiddelenproducenten aan de wens van wetenschappers, beleidsmakers en voedingsvoorlichters, om de vetconsumptie terug te dringen, tegemoet zullen komen. Vooral wanneer de gemodificeerde produkten van een gezondheidsclaim mogen worden voorzien. Dit betekent een opkomst van light-produkten en het "kunnen eten zonder dik te worden".

Verwacht wordt verder dat 'kwaliteitsbewuste' producenten en distributeurs steeds meer aandacht zullen geven aan de gebruikte ingrediënten, met name chemische toevoegingen. Hierdoor zou het gebruik van synthetische kleur- en smaakstoffen wel eens kunnen dalen.

De vraag naar 'natuurlijk' zou o.a. kunnen leiden tot veranderingen in de primaire produktie: een meer extensieve, milieuvriendelijke landbouw zou door deze vraag gestimuleerd kunnen worden.

De vraag naar 'vers' (één van de belangrijkste factoren bij de voedselkeuze, zie ook par. 5.3.4.) stimuleert de produktie van nieuwe variëteiten groenten en fruit en de toepassing van methoden die voedsel in verse toestand houden.

Tenslotte treden er natuurlijk ook veranderingen op in de hulpmiddelen, die bij de maaltijdbereiding worden gebruikt: verwacht wordt dat de magnetron snel aan populariteit zal winnen.

3.3.2.4. Veranderingen in normen en waarden

In deze paragraaf worden een aantal veranderingen in normen en waarden genoemd, die volgens de verwachtingen ook in de toekomst hun invloed zullen hebben op het eetgedrag.

Individualisering wordt steeds weer gepresenteerd als hét kenmerk van de huidige samenleving. De betekenis van deze trend voor het eetgedrag wordt vaak verschillend uitgelegd:

- * in plaats van het eten wat de pot schaft, voor elk wat wils
- * vermindering van het samen eten door een individuele tijdspreiding
- * meer eenpersoonshuishoudens
- * het meer verschillend gaan eten als uiting van verschillende levensstijlen,

met als gevolg dat er geen duidelijk aanwijsbare consumentengroepen meer zullen zijn.

Een tweede ontwikkeling is het groeiend **consumentisme** (met name bij een hoger opleidingsniveau); men wordt enerzijds kritischer op de kwaliteit (vers, gezond, natuurlijk etc.) en anderzijds wil men een groter aanbod van produkten.

Verder heeft het groeiend tijdsbewustzijn tot gevolg dat men bv. minder tijd wil besteden aan het elke dag koken en meer tijd aan zijn hobby's.

3.3.3. De invloed van toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid.

Verwacht wordt dat de toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid zeker invloed zal hebben op het eetgedrag, echter niet voor de meerderheid en niet altijd in een gezondheidsbevorderende richting. Van de consumenten die het eetgedrag laten beïnvloeden door hun inzicht in de relatie voeding en gezondheid zal een aantal het eetgedrag veranderen volgens de inzichten van de deskundigen. In andere gevallen echter loopt het inzicht geenzins parallel met dat van deskundigen, doch is slechts op het wantrouwen tegen op conventionele wijze voortgebrachte voedingsmiddelen gebaseerd. Weer andere consumenten zullen zich in het geheel niet laten beïnvloeden doch zullen in kwalitatieve en kwantitatieve zin blijven eten naar eigen 'behoefte'.

Verder werd gesteld dat de consument nog meer dan thans beïnvloedbaar zal zijn door zowel positieve als negatieve informatie over de relatie voeding en gezondheid. Negatieve informatie zal vanwege de angst voor nadelige effecten op de gezondheid sneller en dieper effect sorteren dan positieve informatie. De consument zal meer voorkeur gaan uiten voor levensmiddelen, waaraan zo min mogelijk chemicaliën te pas zijn gekomen, zowel tijdens de produktie (bestrijdingsmiddelen, diergeneesmiddelen, hormonen) als tijdens de verwerking (additieven).

De kennis over de relatie voeding en gezondheid, en daarmee de invloed die hiervan uitgaat, zal toenemen als de ontwikkeling van de medische diagnostiek leidt tot een individualisering van voedingsadviezen en eveneens bij verdere doorvoering van de voedingswaardedeclaraties.

Tot slot nog de opmerking dat er ten aanzien van het begrip gezond ook in de toekomst een misvatting zal blijven. Gezondheid zal zich blijven projecteren op het voedingsmiddel zonder begrip dat de totaliteit van de voeding bepaalt of men al of niet gezond eet. Ongezonder is geen enkel voedingsmiddel.

3.3.4. Gezonde levensmiddelen.

De definitie van 'gezonde' produkten varieert nogal: de light-varianten van bestaande produkten, meer basisvoedsel (fruit, volkoren produkten, groenten, aardappelen etc.), meer plantaardig, vers, minder toevoegingen, minder chemicaliën gebruikt bij de produktie etc.

Een aantal personen geeft aan niet in termen van 'gezonde levensmiddelen', maar in termen van een verantwoord eetgedrag, matig en gevarieerd, te denken.

Gesuggereerd wordt dat de overheid verder moet ingrijpen en de warenwet moet aanpassen aan nieuwe inzichten in de relatie voeding en gezondheid. Hierbij werd gedacht aan een wettelijk verplichte norm voor natrium/kalium verhouding of de P/S verhouding van bewerkte voedingsmiddelen. Of aan bepalingen ten aanzien van de maximaal toelaatbare hoeveelheid dierlijke bestanddelen dan wel een wenselijke hoeveelheid voedingsvezel. Het behoeft verder geen toelichting dat het probleem ook hier wordt gevormd door de produktgerichte benadering van gezondheid.

3.3.5. Verschuivingen in produktgroepen.

De verwachtingen ten aanzien van de relatieve bijdrage van de verschillende produktgroepen in ons eetpatroon zijn als volgt:

De vraag naar vlees zal, o.a. door problemen rond de produktie (hormonen en het mestoverschot), waarschijnlijk een geleidelijk daling vertonen. De voorkeur zal binnen deze produktgroep verschuiven naar de meer magere vleessoorten (bv. kip i.p.v. varkensvlees).

Ten aanzien van de ~~reform~~-produkten zijn de meningen verdeeld: sommigen voorzien een sterke stijging in het gebruik van reform-produkten, vanwege het toenemend milieubewustzijn en vanwege de 'additieven-angst'. Anderen echter wijzen op de hoge prijs en het 'afbrokkende zuiverheidsaureool' van deze produkten en voorzien daarom geen sterke stijging.

Over de consumptie van groenten en fruit (vers !) bestaat consensus: deze produktgroep zal minimaal de toch al sterke positie handhaven en misschien nog wel versterken.

Voor de zuivel wordt een toenemend gebruik van vetarme produkten ten koste van de vetrijke verwacht: alleen kaas zal misschien de uitzondering zijn.

Zichtbare vetten zullen voor een deel vervangen worden door olieën, zeker als daar een gezondheidslabel aan komt te hangen.

De consumptie van noten, zaden en snacks stijgt verder. (Behalve bij de minima?)

Het huishoudelijk en industrieel gebruik van suiker zal afnemen, maar toch zal de consumptie van zoetigheden als koekjes en gebak hoog blijven.

Het alcoholgebruik zal volgens de verwachting niet verder meer stijgen, maar er zal zich een daling, het eerst in de hogere sociale klassen, inzetten.

Ten aanzien van aardappelen, knolgewassen, graanprodukten en peulvruchten lopen de meningen uiteen: sommigen verwachten een daling ten gevolge van de opkomst van de samengestelde produkten, terwijl anderen ten gevolge van een toenemend gezondheidsbewustzijn een stijging voorzien van met name graanprodukten en peulvruchten.

3.3.6. De bevindingen van de voedingswetenschap: overtuigend ja of nee?

De adviezen voor een goede voeding in relatie tot de gezondheid worden door sommigen logisch, voldoende onderbouwd en geschikt om mee te werken genoemd.

Anderen wijzen erop dat de bevindingen van de voedingswetenschap nog niet hard genoeg zijn en dat verificatie vanuit van de bevindingen van de voedingswetenschap vanuit een biochemisch model gewenst is.

Weer anderen vinden dat de voedingsboodschap niet overtuigend wordt gebracht en dat bv. reclame en informatie vanuit producent en leverancier veel meer effect sorteren. Kortom de voorlichting kan en moet effectiever! Een manier om de effectiviteit van de voorlichting te vergroten zou zijn een betere afstemming op wat wij eten en waarom. Vanuit dit kader is verder onderzoek naar het eetgedrag dan ook noodzakelijk.

Een andere pessimistische visie is dat wetenschappelijk gefundeerde voedingsadviezen, hoe overtuigend ook, lang niet zoveel invloed hebben en kunnen hebben op gezonde voeding als markt, mode en reclame.

3.4. Conclusies.

Over het algemeen verwacht men dat er onder invloed van allerlei maatschappelijk invloeden (demografische, economische, technologische en veranderingen in normen en waarden) veranderingen in het eetgedrag zullen optreden. Deze veranderingen betreffen de samenstelling van het voedselpakket (nieuwe produkten), de eetmomenten (tussendoor, grazing, bedrijfskantines), de bereiding (door de week: kant-en-klaar, in het weekend: hobby-koken). Een belangrijke kanttekening in dit verband is dat deze veranderingen niet voor iedereen en zeker niet voor de minder draagkrachtigen zullen opgaan. Het lijkt niet waarschijnlijk dat deze ontwikkelingen tot grote veranderingen in de samenstelling van de voeding zullen leiden.

Het toenemend gezondheidsbewustzijn zal ook in de komende jaren nog zeker invloed hebben op het eetgedrag. Of dit echter ook in de richting gaat zoals beleidsmakers en voorlichters zich hadden gedacht, blijft de vraag. Vanwege de angst voor nadelige effecten van voeding op de gezondheid zal negatieve informatie meer effect sorteren en zal het gezondheidsbewustzijn in de eerste plaats leiden tot vermijding van het gebruik van produkten met toevoegingen. Daarnaast zal dit bewustzijn ook leiden tot het gebruik van produkten met een meer 'verantwoorde' (minder vet etc.) samenstelling, een toenemend gebruik van magere melkprodukten in plaats van de volle, een consumptie van vers die de huidige hoeveelheid minimaal evenaart, gedeeltelijke vervanging van zichtbare vetten door olieën en mogelijk zelfs een daling in het alcoholgebruik.

De meningen over de bevindingen van de voedingswetenschap lopen uiteen. Sommigen vinden de adviezen voor een gezonde voeding voldoende onderbouwd en geschikt om mee te werken. Anderen wijzen erop dat de onderbouwing 'harder' kan en dat de boodschap over goede voeding te weinig effect sorteert.

4. ATTITUDES EN VERWACHTINGEN: EEN KWALITATIEF ONDERZOEK BIJ CONSUMENTEN.

4.1. Doel van het onderzoek.

Dit onderzoek had tot doel om door middel van enkele gesprekken met de 'consument' een beter inzicht te krijgen in de belangrijkste motieven voor het huidige eetgedrag, in de waarde die men hecht aan gezonde voeding, in gesignaleerde ontwikkelingen in het eetgedrag en houdingen ten aanzien van deze ontwikkelingen.

4.2. Methode.

4.2.1. De steekproef.

Met behulp van een steekproef uit het telefoonboek werden twee groepen geselecteerd voor dit onderzoek. De eerste steekproef werd getrokken uit alle beschikbare telefoonnummers uit Wageningen met uitzondering van de telefoonnummers van studentenflats en -huizen. De groep bestond uit 6 personen (5 vrouwen en 1 man), waarvan de leeftijd varieerde van 52 tot en met 68 jaar, met uitzondering van 1 vrouw in de leeftijd van 35 jaar. De laatste was ook als enige (nog) werkzaam. Verder kenmerkte deze groep zich ook door de hoge opleidingen die waren genoten en werd niet de indruk gewekt dat men zich qua financiële middelen tot de onderkant van de maatschappij hoefde te rekenen. De hoge leeftijd van deze groep is mogelijk te verklaren door de grotere bereidheid en meer beschikbare tijd van de 'ouderen' om deel te nemen aan een groepsdiscussie. De totale respons bij deze eerste steekproef bedroeg namelijk slechts 10%.

De tweede groep was afkomstig uit de studentenpopulatie. Deze populatie was vrij homogeen en de respons onder de studenten was hoger: 30%. Deze groep bestond uit 6 mannelijke en 1 vrouwelijke student(en) in de leeftijd van 20-28 jaar. Studierichtingen varieerden van bosbouw, cultuurtechniek en sociologie tot levensmiddelentechnologie.

4.2.2. De groepsdiscussie.

De discussie werd gevoerd aan de hand van een aantal vooraf opgestelde aandachtspunten. Er werd gevraagd welke factoren een rol spelen bij de voedselkeuze, wat er bekend was van de relatie voeding en gezondheid, en wat men van het eigen eetgedrag vond. Een belangrijke vraag was wat men aan veranderingen in het eetgedrag tot het jaar 2000 verwachtte. Ook werd ingegaan op de rol van overheid, bedrijfsleven en wetenschap in de ontwikkelingen van het eetgedrag. De discussie duurde ongeveer twee uur.

4.3. Belangrijkste bevindingen van groep 1: 'De ouderen'.

De resultaten uit de groepsdiscussie met de 'ouderen' worden gepresenteerd in de komende drie paragrafen. Eerst worden de factoren genoemd, die volgens deze groep belangrijk zijn bij de voedselkeuze, vervolgens worden de meningen omtrent de relatie voeding en gezondheid weergegeven en tenslotte wordt ingegaan op de verwachtingen voor het eetgedrag in de toekomst.

4.3.1. Factoren die een rol spelen bij de voedselkeuze.

Over het algemeen was de belangstelling voor voeding vrij groot. Er werd graag gekookt, regelmatig nieuwe recepten uitgeprobeerd en ook enige achtergrond informatie uit tijdschriften gelezen. Vier van de zes personen deden duidelijk moeite voor het verkrijgen van 'natuurlijke' produkten (groente en fruit zelf verbouwen of rechtstreeks van de producent betrekken) en allen waren bereid om meer geld voor kwaliteit uit te geven.

Opvallend was de aandacht die besteed werd aan een goede voeding. Hieronder werd verstaan afwezigheid van additieven, onbekende stoffen, pesticiden en bestrijdingsmiddelen. Het gesprek kwam ook vaak op deze 'angst' terug.

Ondanks het feit dat een goede voeding belangrijk gevonden werd, werd niet uit het oog verloren dat af en toe gezelligheid en gemak een rol spelen in de keuze van de voeding, wat gepaard gaat met minder gezonde produkten (taartjes, chocolade).

Tijd was bij deze personen ruim aanwezig en werd ook graag aan de maaltijdbereiding besteed: "Dat breekt de dag".

Samengevat blijken geld, gemak en tijd voor deze groep geen belangrijke factoren te zijn bij de keuze van de maaltijd. Het gezondheidsaspect, met name de 'natuurlijke' ingrediënten en de afkeer van additieven zijn erg belangrijk voor deze groep bij de voedselkeuze. Ook de variatie en het 'nieuwe recepten uitproberen' spelen een duidelijk rol.

4.3.2. Meningen over de relatie voeding en gezondheid.

Volgens deze groep is gezonde voeding een voeding zonder additieven, onbekende stoffen, pesticiden en bestrijdingsmiddelen. Er heerste grote angst en onzekerheid over het effect van deze stoffen: "Daar krijg je nou kanker van".

Vaak voelde men zich ook te machteloos om hier iets aan te kunnen doen:

"Nu heb ik zelfs zo'n boek met E-nummers gekocht, maar denk je dat ik iets wijzer word?"

"Zelfs al let je er op bv. bij de aankoop van vlees, dan kun je toch niet zien of er groeihormonen zijn gegeven".

Er werd acht geslagen op de hoeveelheid vet in de voeding, vanwege de lage energiebehoefte: "wij hebben ook niet veel meer nodig", en werden vers, vezels en vitaminen met gezond geassocieerd.

Toch meende men met betrekking tot de uitkomsten van onderzoek (waarvan men via de media kennis nam) kritisch te moeten blijven en niet bij elke vinding

in paniek te raken of het hele voedingspatroon te wijzigen. "Ze vinden iedere keer iets nieuws, je weet toch niet wat ze morgen weer zeggen".

Men zou graag beter geïnformeerd willen worden over de gezondheidsaspecten van voeding. Men begrijpt echter lang niet altijd de aanduidingen op de voedingswaarde-declaraties en het ontbreekt aan de nodige achtergrondkennis in termen van macro- en micronutriënten om een gefundeerd oordeel te kunnen vellen. Suggesties ter verbetering: vergroting voedingswaarde-declaraties ("te klein om te lezen"), bijsluiters bij produkten en via onderwijs de jongere generaties wijzer maken.

4.3.3. Verwachtingen voor de toekomst.

Men verwachtte een toename in het aanbod en gebruik van buitenlandse produkten, die ook terug te vinden zullen zijn in de recepten.

"Een stapje terug" en "meer produktie zoals vroeger", d.w.z. een meer natuurlijke produktiewijze zonder bijvoorbeeld het gebruik van bestrijdingsmiddelen en hormonen, werd niet alleen wenselijk geacht, maar ook als een reële ontwikkeling gezien. Dit zou dus een verminderd gebruik van pesticiden, additieven, kleur-, geur- en smaakstoffen en conserveringsmiddelen betekenen.

Een "alles-in één pil" zal het nooit halen volgens deze groep, want daarvoor zijn de andere functies van voeding, zoals genot en gezelligheid, te belangrijk.

Eetgedrag in de toekomst betekent voor deze groep: op zoek blijven naar kwalitatief hoogwaardige ('natuurlijke') produkten. De frequentie van het buitenshuis eten in de toekomst zal afhankelijk blijven van de financiële middelen, maar daar werden geen grote veranderingen in verwacht.

Verder werden de volgende ontwikkelingenesignaleerd:

- mensen met een minimuminkomen kunnen niet voor kwaliteit kiezen
 - mensen met weinig tijd zullen overgaan op al dan niet verantwoorde 'take-away' of fastfood.
 - alleenstaande werkenden zullen meer en meer in bedrijfskantines eten. Dit is nl. gesubsidieerd en "waarom zou je al die moeite doen om voor jezelf te koken"
 - oudere alleenstaanden zullen (gedeeltelijk) hun toevlucht zoeken tot kant en klare produkten of woongroepen.
 - de jongere generatie mannen zal meer betrokken zijn bij de voeding.
- De light-trend zal aanslaan bij mensen met lijnproblemen, mits light-produkten goed smaken.

4.3.4. De rol van overheid, bedrijfsleven en wetenschap.

De overheid zou een meer milieu-vriendelijke produktiewijze moeten stimuleren en zaken als hormoongebruik moeten verbieden. Verder moet er veel aandacht geschonken worden aan duidelijke informatie over de produktsamenstelling (voedingswaardedeclaratie) en aan voedingsonderwijs.

Ten aanzien van de rol van de wetenschap werd opgemerkt dat onderzoek naar het effect van 'toevoegingen' op de gezondheid zeer wenselijk blijft.

Het bedrijfsleven is de grote boosdoener en let alleen op een zo groot mogelijke omzet en winst. "Die duwen alleen maar zoveel mogelijk rommel op de markt". Veel goeds is van die kant in de toekomst dan ook niet te verwachten, volgens de 'ouderen'.

4.4. De belangrijkste bevindingen van groep 2: 'De studenten'.

4.4.1. Factoren die een rol spelen bij de voedselkeuze.

Geld speelt bij deze groep een duidelijke rol bij de maaltijdkeuze. "Je let er natuurlijk wel op dat je niet te duur kookt". Er werd wel buitenshuis gegeten bij speciale gelegenheden, maar dan ook weer niet al te duur.

Met uitzondering van één persoon kookten ze via een roulerend systeem samen met andere studenten van hun afdeling. Dit roulerend systeem heeft een aantal consequenties voor de voedselkeuze: er wordt nl. over het algemeen op de dag waarop gekookt wordt ook boodschappen gedaan, zodat er met veel verse produkten wordt gekookt. Ook wordt er vrij uitgebreid gekookt: "Het is leuk om die ene keer per week dat je kookt er veel werk van te maken en eens nieuwe dingen uit te proberen". Verder speelt tijd geen beperkende rol bij de maaltijdbereiding, omdat "je niet elke dag hoeft te koken".

Gezond, met name in de vorm van verse groenten, variatie en het afwijzen van blik speelt ook een duidelijke rol bij de voedselkeuze.

Eén persoon liet de produktiewijze een belangrijke rol spelen bij zijn keuze: "Ik koop alleen ecologisch geteelde produkten".

Samengevat blijken geld, vers en variatie voor deze groep de belangrijkste factoren te zijn bij de keuze van de warme maaltijd.

4.4.2. Meninge over de relatie voeding en gezondheid.

Over het algemeen vond men van zichzelf dat men gezond at. Goede voeding werd geassocieerd met vers (groenten en vlees), gevarieerd, niet teveel vet en niet teveel zout. Ook werd door één persoon een natuurlijke produktiewijze (biologisch/ecologisch) met gezond en bovendien smaakvol geassocieerd. Slechte voeding werd geassocieerd met vet, kant-en-klaar maaltijden en blik. Een aantal personen noemden nog de aanwezigheid van geur-, kleur- en smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

De 'angst' voor additieven en bestrijdingsmiddelen was bij deze groep veel minder dan bij 'de ouderen'. Men had namelijk een redelijk vertrouwen in de controle op toxiciteit en toelaatbaarheid van bepaalde stoffen. Bovendien is "gesynthetiseerd niet noodzakelijkerwijs slecht". De bezorgdheid voor deze stoffen gold meer het milieu dan de eigen gezondheid.

Verder was men van mening genoeg informatie over gezonde voeding uit tijdschriften, kranten, reclame e.d. te ontvangen en achtte men zichzelf zeer goed in staat om te kiezen voor een verantwoorde voeding.

4.4.3. Verwachtingen voor de toekomst.

In deze paragraaf worden de verwachte ontwikkelingen in het eetgedrag puntsgewijs genoemd.

Het produktaanbod wordt uitgebreid:

- meer buitenlandse produkten
- nieuwe produkten ten gevolge van ontwikkelingen op het gebied van de biotechnologie
- meer produkten met een verantwoorde, gezonde samenstelling
- meer kant-en-klaar produkten en gedeeltelijk bereide produkten
- meer verantwoord geproduceerde produkten (biologisch/ecologisch)
- meer light-produkten

Vanwege de tevredenheid met het huidige eetgedrag ziet deze groep in eerste instantie geen wezenlijke veranderingen optreden in het eigen eetgedrag. Mogelijk wordt, wanneer tijd in een toekomstige baan de beperkende factor is, de toevlucht genomen tot kant-en-klaar maaltijden. In het weekend zou dan meer tijd aan het eten besteed worden en (ook gezien de betere financiële positie) zouden er aparte, luxe gerechten gemaakt worden.

Wanneer men in het jaar 2000 alleen zou wonen, zou men toch proberen af en toe met mensen samen te eten. Bedrijfskantines worden door deze groep gezien als een noodvoorziening.

De verwachte verbetering in financiële positie zou tot gevolg kunnen hebben dat men in 2000 ook luxere produkten eet, iets vaker, maar vooral luxer uit eten gaat en bereid is meer te betalen voor produkten met een verantwoorde produktiewijze.

Verbeteringen in de kwaliteit van 'afhaaleten' zullen niet leiden tot vervanging van het buitenshuis eten. Bij gelijke prijs/kwaliteitsverhouding kiest men voor het uit eten, omdat dat gezelliger is, je niet uit plastic hoeft te eten en geen afwas hebt. "Luxe dingen haal je niet".

Tijd blijkt voor deze mannen een belangrijker argument dan het rollenpatroon om zich in de toekomst met voeding en de voedselbereiding bezig te blijven houden.

De supermarkt van het jaar 2000 is groot en allesomvattend, maar er blijft ruimte voor kleinere (speciaal-)zaken.

De consument wordt meer en meer gezondheidsbewust en vraagt naar betere produkten.

Op de light-trend wordt negatief gereageerd ("onzin", "zielig"), maar deze trend zal volgens deze groep toch aanslaan bij mensen, die hun levensstijl niet willen veranderen en toch (te) veel willen eten.

4.4.4. De rol van overheid, bedrijfsleven en wetenschap.

De overheid houdt een belangrijke taak in een goede voorlichting én voor de controle en kwaliteitsbewaking van produkten.

De wetenschap blijft belangrijk om de toxiciteit van stoffen in de gaten te houden en normen te stellen voor de toelaatbare hoeveelheden.

Het bedrijfsleven krijgt een verantwoordelijkheid in het afleveren van verstandige, gezonde kant-en-klaar maaltijden. De rol van het bedrijfsleven in de voeding van het jaar 2000 wordt (te) groot geacht, omdat vandaar uit nieuwe produkten geïntroduceerd worden.

4.5. Conclusies.

De relatie voeding en gezondheid blijkt belangrijk te zijn voor 'de consument'. De 'ouderen' zien de gezondheid voornamelijk bedreigd door 'onnatuurlijke' toevoegingen, en voelen zich niet bij machte om daar veel aan te doen, behalve om zoveel mogelijk produkten met toevoegingen te vermijden. Dit is bij deze groep ook één van de belangrijkste factoren bij de voedselkeuze. Men verwachtte dat er in de toekomst meer moeite gedaan zou worden voor een meer milieu-vriendelijke produktiewijze, waarbij het gebruik van allerlei toevoegingen overbodig zal zijn.

De 'studenten' zien het effect van 'onnatuurlijke' toevoegingen op de gezondheid veel minder direct, en hebben het idee over het algemeen verstandig met de voeding om te gaan en daardoor hun gezondheid in een positieve manier te beïnvloeden.

Gezonde voeding wordt gezien als een voeding met niet teveel vet, veel groente en fruit (VERS), weinig zout, veel vezels, gevarieerd en niet teveel additieven ed. Toch wordt er door beide groepen ook wel eens 'on gezond' gegeten (frites, blik, vet, gemaksvoeding etc.)

Veranderingen in het eetgedrag werdenesignaleerd in de frequentie en (in mindere mate) de kwaliteit van het uit eten, het afhaalen en het eten in bv. bedrijfskantines.

Het staat voor beide groepen als een paal boven water dat het assortiment zich in de toekomst ten gevolge van diverse ontwikkelingen nog verder zal uitbreiden (biotechnologie, genetische manipulatie, openstellen grenzen, inspelen op de vraag naar natuurlijk, gemak en light). Voor de klant-en-klaar maaltijden en light-produkten wordt wel een toenemend belang voorspeld, maar dat heeft meer betrekking op anderen dan op verwachte ontwikkelingen in het eigen eetgedrag.

De informatie betreffende de samenstelling van het produkt op de verpakking (voedingswaardeverklaring) was met name bij de groep 'ouderen' niet duidelijk. De E-nummers en andere onbegrijpelijke aanduidingen brengen een gevoel van machteloosheid met zich mee. Verder geldt voor beide groepen dat het aan de hand van de voedingswaardeverklaring moeilijk is om te oordelen

over het 'gezond zijn van' een produkt of de mogelijke verstandige bijdrage aan het totale voedselpakket.

Het effect van de informatie over goede voeding was bij de twee groepen verschillend. De 'ouderen voelden zich overspoeld door vaak tegenstrijdige informatie en vonden het moeilijk om belangrijke informatie hieruit te destilleren.

5. ATTITUDES EN VERWACHTINGEN: EEN KWANTITATIEF ONDERZOEK BIJ CONSUMENTEN.

5.1. Doel van het onderzoek.

Het doel van dit onderzoek was om inzicht te krijgen in attitudes ten aanzien van voeding, in factoren die belangrijk gevonden worden bij de voedselkeuze en om deze te relateren aan het huidige eetgedrag. Verder wordt onderzocht wat voor verwachtingen men heeft ten aanzien van de ontwikkelingen in het eetgedrag.

5.2. Methode.

5.2.1. De steekproef.

Uit de populatie van telefoonbezitters in Deventer werd een steekproef van 300 huishoudens getrokken. Een schriftelijke vragenlijst werd gestuurd aan degene die in het huishouden verantwoordelijk was voor de bereiding van de warme maaltijd.

Na een herhaald verzoek om medewerking werden uiteindelijk 140 vragenlijsten teruggestuurd (respons 47%).

Slechts 122 vragenlijsten bleken geschikt voor de analyse. Er waren nl. 18 vragenlijsten niet ingevuld vanwege uiteenlopende redenen (verhuizing, eten via maaltijdverstrekking, ziekte, sterfte etc.).

In onderstaande tabel zijn de ondervraagden op een aantal kenmerken vergeleken met de Nederlandse bevolking.

Tabel 3. Samenstelling van de steekproef in vergelijking met de Nederlandse bevolking.

Grootte van het huishouden:	steekproef	bevolking (CBS 1988)
1	24 %	28 %
2	33 %	29 %
3	16 %	15 %
4	20 %	19 %
5 of meer	7 %	9 %
Leeftijd :		
20-29 jaar	23 %	18 %
30-39 jaar	20 %	17 %
40-49 jaar	14 %	13 %
50-64 jaar	15 %	15 %
65 jaar en ouder	29 %	10 %
Geslacht:		
Man	18 % (degene die in het ondervraagde	
Vrouw	82 % huishouden verantwoordelijk is voor de bereiding van de maaltijden)	

5.2.2. De vragenlijst.

In de enquête waren vragen opgenomen omtrent het huidige en toekomstige gebruik van een aantal produktcategorieën. Ook werden 32 houdingsuitspraken voorgelegd aan de respondenten. Naast een aantal vragen omtrent de eetmomenten en het buitenshuis en afhaaleten, werd ook een vraag gesteld naar het belang van diverse factoren bij de voedselkeuze. Tenslotte werden een aantal achtergrondgegevens gevraagd.

De enquête werd verstuurd naar de random getrokken adressen in Deventer. Na ongeveer 2 weken werd een brief gestuurd, waarin mensen die de enquête al hadden opgestuurd werden bedankt en aan de overigen werd verzocht om alsnog de enquête in te vullen en op te sturen.

5.3. Resultaten: gedrag en attitudes.

In deze paragraaf wordt een beschrijving gegeven van houdingen ten aanzien van voeding in het verleden, heden en in de toekomst. Deze houdingen zijn gemeten door de respondenten uitspraken voor te leggen, waarbij ze op een 5-puntsschaal aan konden geven in hoeverre ze het eens zijn met bepaalde stellingen (variërend van 'helemaal mee eens' tot 'helemaal niet mee eens').

Verder is van een aantal produktcategorieën gevraagd naar het feitelijk gebruik. Van light-produkten en gemaksvoeding is tevens gevraagd naar het toekomstig gebruik.

5.3.1. Huidig eetgedrag.

Deze paragraaf is opgedeeld in drie delen. In het eerste wordt ingegaan op de meningen omtrent het eigen eetgedrag. In het tweede stuk wordt gekeken naar het gebruik van een aantal 'gangbare' produkten en in het derde deel naar het gebruik van en de meningen omtrent gemaksvoeding en light-produkten besproken. Tenslotte worden er nog een aantal bevindingen omtrent de eetmomenten gepresenteerd.

5.3.1.1. Meningen omtrent het eigen eetgedrag.

Om na te gaan wat men vindt van het eigen eetgedrag zijn een aantal stellingen aan de respondenten voorgelegd.

Eén van de meest opvallende bevindingen is het grote percentage ondervraagden dat te kennen geeft gezond te eten. Ongeveer 35 % van de ondervraagden is het namelijk helemaal eens met de stelling: "Ik vind zelf dat ik gezond eet". Nog eens 53 % is het redelijk met deze uitspraak eens.

Om na te gaan of mensen die met zekerheid vinden dat ze zelf gezond eten in leeftijd verschillen van andere respondenten is de groep in tweeën gesplitst. Groep 1: 'de gezonden' zijn de mensen die het helemaal eens zijn met de genoemde stelling (35%) en groep 2: 'de minder gezonden' (65%), die het helemaal niet eens tot redelijk eens zijn met deze stelling.

Leeftijd	'gezonden'	'minder gezonden'
jonger dan 35 jaar	30 %	33 %
35-59 jaar	30 %	38 %
60 jaar of ouder	40 %	27 %

Het blijkt dat er iets meer 60-plussers in de categorie 'gezond' vallen, maar dat het verschil in 'gezond' en 'minder gezond' niet geheel is toe te schrijven aan de leeftijd.

Een bewust omgaan met de voeding in verband met de gezondheid blijkt bij 42 % van de ondervraagden sterk het geval te zijn, terwijl ook nog 33 % redelijk "op de voeding let, omdat ze gezond willen blijven".

Omdat de aandacht op dit moment sterk is gericht op de hoeveelheid vet in onze voeding en campagnes opgezet worden om een vetreductie te bewerkstelligen is gevraagd of men let op de hoeveelheid vet in de voeding. Van de ondervraagden was 47 % het helemaal en 29 % het redelijk eens met de stelling: "Ik let er steeds meer op dat ik niet teveel vet in mijn voeding gebruik". Zoals ook uit de paneldiscussies bleek (zie hoofdstuk 4) wordt 'vers' vaak geassocieerd met gezond. Uit de resultaten blijkt dat 85 % van de ondervraagden vers heel erg belangrijk en 12 % vers redelijk belangrijk vindt bij de keuze van de maaltijd.

5.3.1.2. Gangbare produkten.

Aan de respondenten is gevraagd hoe vaak ze bepaalde produkten eten. De resultaten van deze vraag zijn weergegeven in de onderstaande tabel.

Tabel 4. Gebruik van 'gangbare' produkten.

Produkten (n)	nooit	<1/maand	1 of 2/maand	1 of 2 /week	> 2/week
Bruin- of volkoren- brood (121)	2%	3%	0%	3%	93%
Halvarine (116)	33%	2%	2%	3%	61%
Roomboter (119)	29%	19%	13%	11%	29%
Rauwkost (121)	7%	4%	15%	49%	25%
Halfvolle melk (120)	24%	3%	2%	4%	67%
Volle melk (115)	48%	16%	4%	5%	28%
Magere yoghurt (119)	28%	8%	8%	23%	34%
Volle yoghurt (113)	56%	12%	12%	9%	12%
Rijst (120)	8%	12%	35%	38%	8%
Macaroni of spaghetti (121)	7%	18%	46%	28%	1%
Aardappelen (122)	0%	1%	3%	22%	75%

Hoewel het niet mogelijk is om aan de hand van een vraag naar de gebruiksfrequentie van een aantal produkten een uitspraak te doen over het voedingspatroon van de gemiddelde Nederlander, laten deze resultaten toch een aantal interessante zaken zien.

De regelmatige gebruikers van bruin- of volkorenbrood (3 of meer keer per week) maken maar liefst 93% van de ondervraagden uit. Tweederde van de respondenten is een regelmatige gebruiker van halfvolle melk of halvarine. Roomboter wordt meer incidenteel gebruikt. Ook zijn er ongeveer drie keer zoveel regelmatige gebruikers van magere yoghurt (34%) dan van volle yoghurt (12%). Ook de rauwkost is goed in het Nederlandse voedingspatroon doorgedrongen (74% eet minstens 1 keer per week rauwkost). Verder kunnen we constateren dat rijst, macaroni en spaghetti regelmatig de aardappel vervangen. Maar, driekwart van de ondervraagden blijft een regelmatige aardappelgebruiker en er is niemand die de aardappel definitief van het menu heeft geschrapt.

Tevens is gekeken of de in par. 5.3.1. gemaakte indeling in de groepen 'gezond' en 'minder gezond' een verschillend gebruik van bepaalde produkten te zien geeft, maar zoals er bleken geen verschillen te zijn tussen beide groepen in het gebruik van de genoemde gangbare produkten.

5.3.1.3. Gemaksvoeding en light-produkten: gebruik en meningen.

Veel is er de laatste tijd geschreven en gesproken over de toekomst van gemaksvoeding en light-produkten. Om te kijken of deze produkten ook nu al een belangrijk deel uitmaken van het voedingspatroon is in dit onderzoek gevraagd naar het gebruik van deze produkten. In tabel 5 zijn de resultaten hiervan weergegeven.

Tabel 5. Gebruik van gemaksvoeding en light-produkten.

Produkten (n)	nooit	<1/maand	1 of meer/maand
kant-en-klare pizza's (119)	48%	38%	13%
light-frisdranken (120)	56%	8%	36%
light-bier (118)	82%	10%	8%
kaas met minder zout (115)	54%	14%	32%
kaas met minder vet (116)	60%	14%	26%
vlees met minder vet (116)	23%	11%	67%
voorgesneden salades (118)	68%	16%	16%
kant-en-klare spaghetti, macaroni of lasagna (117)	83%	15%	3%
diepvries thuis-menus (117)	80%	14%	6%
bereide vleesprodukten (116)	56%	27%	18%
kant-en-klare droge produkten (115)	64%	24%	12%

Uit deze gegevens blijkt dat ongeveer eenderde van de ondervraagden minstens 1 keer per maand light-frisdranken en de light-kazen consumeert (minder vet, minder zout). Meer dan de helft van de ondervraagden eet wel eens een kant-en-klare pizza. Minder dan 15% van de respondenten is een incidentele gebruiker (<1/maand) van kant-en-klare spaghetti, macaroni en lasagna en van diepvries thuismenus.

Er zijn ook een aantal stellingen omtrent gemaksvoeding voorgelegd aan de respondenten. Gevraagd is naar redenen waarom men liever zelf de maaltijd klaar maakt.

52% is geneigd meer zelf klaar te maken, omdat ze dan weten wat erin zit. (21% is het redelijk met deze uitspraak eens).

De eigen smaak kunnen volgen geeft 52% van de respondenten als reden om zelf de maaltijd te bereiden (27% is het hier redelijk mee eens).

Het gezondheidsaspect wordt onderschreven door 62% van de ondervraagden, die het helemaal eens zijn met de uitspraak "Ik ben geneigd meer dingen zelf klaar te maken, omdat het gezonder is dan kant-en-klaar produkten". (23% is het hier redelijk mee eens).

Omdat het goedkoper is dan kant-en-klaar maaltijden is 41% geneigd meer zelf klaar te maken. (17% is het redelijk eens met deze uitspraak.)

Ook zijn twee stellingen omtrent light-produkten aan de respondenten voorgelegd.

25% is geneigd meer light-produkten te kopen, omdat ze gezond zijn (13% is redelijk geneigd).

Van de ondervraagden zegt 21% geneigd te zijn meer light-produkten te kopen, omdat ze goed zijn voor de lijn (18% is het hier redelijk mee eens).

In dit onderzoek is ook gevraagd of men in het bezit is van een magnetron. Van de ondervraagden blijkt 4.5 % een magnetron te bezitten.

5.3.1.4. Eetmomenten.

Uit de resultaten blijkt dat 79 % van de ondervraagden het ontbijt nooit overslaat. Nog geen 2 % geeft te kennen nooit een ontbijt te nuttigen.

Het samen gebruiken van het ontbijt is in 45 % van de meerpersoonshuishoudens gebruikelijk.

De warme maaltijd wordt in 74 % van de meerpersoonshuishoudens 7 dagen in de week samen gebruikt (nog eens 12 % eet 6 dagen per week gezamenlijk warm).

De helft van alle ondervraagde huishoudens blijkt minstens 1 keer per maand de warme maaltijd buitenshuis te gebruiken (15% zelfs minstens 1 keer per week). Van deze regelmatige buitenshuisgebruikers blijkt de helft jonger dan 35 te zijn.

5.3.2. Eetgedrag in het verleden: meningen omtrent veranderingen.

De laatste jaren is er o.a. vanuit de voorlichting veel aandacht geschonken aan een goede voeding. Om na te gaan of men zich iets van deze boodschap heeft eigengemaakt is als gevraagd of men van zichzelf vindt dat men gezonder eet dan vroeger. Het blijkt dat 43% met stelligheid beweert gezonder te eten dan vroeger. (Nog eens 28% is het redelijk eens met de uitspraak: "Ik vind dat ik gezonder eet dan vroeger").

Het 'gezonder' eten is aan de hand van de opmerkingen over gezonde voeding in de paneldiscussies (Hoofdstuk 4) verder uitgesplitst in een aantal uitspraken. De resultaten zijn weergegeven in tabel 6 op de volgende pagina.

Tabel 6. Uitspraken met betrekking tot 'gezonder' eetgedrag.

Ik eet meer rauwkost dan vroeger (n=119)	40% (helemaal mee eens)
	24%
	10%
	10%
	16% (helemaal mee oneens)
Ik gebruik meer magere produkten dan vroeger (n=120)	43% (helemaal mee eens)
	32%
	8%
	8%
	11% (helemaal mee oneens)
Ik drink minder alcohol dan vroeger (n=115)	34% (helemaal mee eens)
	12%
	24%
	9%
	22% (helemaal mee oneens)
Ik let meer op de voedingswaarde dan vroeger (n=118)	33% (helemaal mee eens)
	20%
	25%
	13%
	9% (helemaal mee oneens)
Ik let er tegenwoordig meer op of er niet teveel kunstmatige toevoegingen in de produkten zitten (n=119)	40% (helemaal mee eens)
	21%
	15%
	10%
	13% (helemaal mee oneens)

Uit deze resultaten blijkt een toenemend gezondheidsbewustzijn: het gebruik van rauwkost en magere produkten is toegenomen; het alcoholgebruik zou bij een grote groep verminderd zijn; er wordt meer gelet op de voedingswaarde en vooral meer op de toevoegingen dan vroeger. Met uitzondering van de uitspraken omtrent alcohol en kunstmatige toevoegingen correleren de antwoorden op de genoemde uitspraken goed met de antwoorden op: 'Ik vind dat ik gezonder eet dan vroeger'.

5.3.3. Eetgedrag in de toekomst.

In het eerste deel van deze paragraaf worden de verwachtingen omtrent toekomstige veranderingen in het eetgedrag weergegeven en in het tweede deel wordt wat meer specifiek ingegaan op de verwachtingen omtrent gemaksvvoeding en light-produkten.

In deze paragraaf worden een aantal uitspraken besproken, die betrekking hebben op mogelijke veranderingen in het eigen eetgedrag.

Als eerste wordt hier ingegaan op 'gezonde(re)' voeding.

Het blijkt dat 28% van de respondenten met zekerheid verwacht in de toekomst gezonder te gaan eten (Nog eens 21% is redelijk positief hierover).

Het 'anti-toevoegingen en bestrijdingsmiddelen'-gevoel komt ook bij deze groep sterk tot uiting: 27% gaat meer op zoek naar 'natuurlijke' produkten, terwijl nog eens 27% redelijk geneigd is meer natuurlijke produkten te gaan kopen.

Er heersen geen spectaculaire verwachtingen omtrent het kant-en-klaar-gebeuren in deze groep. Slechts 1% durft met zekerheid te zeggen in de toekomst vaker een kant-en-klare maaltijd te consumeren en 5% denkt dit met iets minder zekerheid.

Zoals in paragraaf 5.3.1. is gezegd, heerst bij 25% een sterke neiging tot het gebruik van light-produkten wegens gezondheidsaspecten en bij 21% vanwege de lijn.

Verder is een grote groep ook bereid om meer te betalen voor 'gezonde produkten. Met de uitspraak: "Ik ben bereid om meer geld te betalen voor gezonde produkten" bleek 32 % het helemaal eens en 35 % het redelijk eens te zijn. Omtrent de prijs van gezonde produkten zijn de meningen verdeeld. 33 % is het helemaal eens met de uitspraak: "Gezonde produkten zijn duurder", terwijl 19 % het niet eens is met deze stelling. Waarschijnlijk doelt de groep die het eens is met deze uitspraak op gezonde, verantwoorde varianten van bestaande produkten, terwijl de niet-mee-eens-groep doelt op een verandering in de samenstelling van het voedselpakket.

5.3.3.2. Gemaksvoeding en light-produkten.

Er is ook gevraagd naar het toekomstig gebruik van gemaksvoeding en light-produkten in termen van: "denkt u dat u in de toekomst meer of minder van dit produkt zult gaan eten?" In tabel 7 op de volgende pagina is aangegeven welk percentage van de ondervraagden zegt de produkten in de toekomst meer te gaan gebruiken.

Deze resultaten zijn voor de fabrikanten van kant-en-klaar produkten een stuk hoopvoller dan de in paragraaf 5.3.3. te kennen gegeven verwachtingen omtrent het toekomstig gebruik van kant-en-klare maaltijden.

Een tweede heugelijke feit voor de toekomst van kant-en-klaar maaltijden is dat ongeveer 16% van de respondenten te kennen geeft dat ze van plan is in de toekomst een magnetron te gaan kopen.

Tabel 7. Toekomstig gebruik van gemaksvvoeding en light-produkten

Produkten (n=122)	meer
Kant-en-klare pizza's	39%
Light-frisdranken	25%
Light-bier	27%
Kaas met minder zout	19%
Kaas met minder vet	17%
Vlees met minder vet	16%
Voorgesneden salades	23%
Kant-en-klare spaghetti, macaroni of lasagna	36%
Diepvries thuismenus	31%
Bereide vleesprodukten	33%
Kant-en-klare droge produkten	29%

5.3.4. Resultaten: Belangrijke factoren bij de voedselkeuze.

Om een indruk te krijgen hoe belangrijk verschillende eigenschappen zijn voor de keuze van de warme maaltijd is aan de respondenten gevraagd om diverse eigenschappen op een 5-puntsschaal van 'heel erg belangrijk' tot 'helemaal niet belangrijk' te positioneren.

De resultaten van deze vraag zijn weergegeven in tabel 8.

Tabel 8. Belangrijke eigenschappen van voeding bij de keuze van de warme maaltijd.

Eigenschappen van voeding (n)	helemaal niet belangrijk				
	1	2	3	4	5
prijs (116)	32%	30%	31%	5%	2%
gezond (118)	67%	27%	6%	0%	0%
vers (119)	81%	18%	1%	0%	0%
variatie (117)	68%	20%	8%	1%	3%
gemak (113)	19%	23%	34%	11%	13%
natuurlijke ingrediënten (115)	51%	24%	19%	4%	1%
eigen smaak kunnen volgen (118)	57%	30%	11%	1%	1%
weten wat erin zit (116)	61%	24%	9%	4%	2%
leuk om te maken (113)	37%	26%	24%	6%	7%
caloriën (116)	32%	22%	27%	15%	4%
tijd die je aan maaltijd besteedt (116)	32%	26%	30%	7%	5%
voedingswaarde (117)	48%	32%	14%	3%	3%
verpakkingsgrootte (115)	23%	10%	17%	5%	44%

Uit bovenstaande tabel blijkt dat 'vers' van de genoemde eigenschappen verreweg de belangrijkste wordt gevonden bij de voedselkeuze. Ook de variatie,

gezondheid en het weten wat erin zit zijn voor ongeveer tweederde van de ondervraagden erg belangrijk bij de keuze van de warme maaltijd. Verpakkingsgrootte en gemak zijn voor veel minder mensen heel erg belangrijk. Zoals te verwachten was blijkt dat met name voor eenpersoonshuishoudens verpakkingsgrootte van belang is (42 % van degenen die verpakkingsgrootte heel belangrijk vinden blijken een eenpersoonshuishouden te voeren). Het gemak speelt ook bij de kleinere huishoudens een grotere rol (63 % van degenen die gemak heel erg belangrijk vinden wordt gevormd door een- en tweepersoons-huishoudens).

Verder blijkt dat het belang dat aan de faktor gezond wordt toegekend goed correleert met het belang van vers ($r=0.51$), natuurlijke ingrediënten ($r=0.38$), weten wat er in zit ($r=0.38$), calorieën ($r=0.38$) en voedingswaarde ($r=0.50$) bij de maaltijdkeuze.

5.4. Conclusies.

Uit de resultaten blijkt dat zaken die samenhangen met gezondheid erg belangrijk zijn voor mensen. De trend is dan ook dat de relatie voeding en gezondheid voor een grote groep mensen nog meer aan belangstelling zal winnen. Opvallend is echter dat men erg tevreden is over het eigen eetgedrag: over het algemeen vindt men van zichzelf dat men gezond eet.

In dit onderzoek wordt niet aangetoond dat de mensen, die van zichzelf vinden dat ze gezond eten, zich qua leeftijd en het gebruik van bepaalde produkten onderscheiden van de andere respondenten. Hiervoor kunnen een aantal verklaringen aangevoerd worden. Het kan zijn dat men bij een gelijk eetgedrag een verschillend beeld heeft van de mate van het 'gezond' zijn van dit eetgedrag. Verder kan het verschil toe te schrijven zijn aan de manier van antwoorden: misschien antwoordt de eerste groep wat makkelijker 'helemaal mee eens' dan de meer terughoudende tweede groep (waarvan het merendeel het wel 'redelijk eens is' met de stelling 'ik vind zelf dat ik gezond eet'). Ten tweede kan het ook zijn dat de ondervraagde respondenten geen representatieve steekproef vormen (grote non-respons) en zich onderscheiden van de niet-responders in het gebruik van bepaalde produkten en de ondervraagde groep zelf betrekkelijk homogeen is met betrekking tot het gebruik van deze produkten.

De gevolgen van het bewustzijn van de relatie voeding en gezondheid liggen niet alleen op het terrein waar voedingsvoorlichters en beleidsmakers het accent leggen: men wordt namelijk steeds afwijzender t.o.v. kunstmatige toevoegingen in produkten. Dit blijkt o.a. ook uit de sterke interesse in de ingrediënten die in een produkt zitten. Hiervoor wordt ook vaker dan vroeger de produktinformatie op de etiketten gelezen.

De voedingsboodschap heeft ertoe geleid dat men steeds meer let op de hoeveelheid vet in de voeding en steeds meer verse produkten (groenten en fruit) en magere produkten gebruikt.

Bij de keuze van de warme maaltijd blijken het gezondheidsaspect, de versheid, de variatie en het weten wat erin zit (het liefst 'natuurlijke' ingrediënten)

de belangrijkste eigenschappen te zijn van de voeding.

Met betrekking tot het eetgedrag kan verder nog opgemerkt worden dat het gedeelte van de voedingsboodschap, dat is vertaald in produkten een sterke aansluiting bij het grote publiek heeft ondervonden: er wordt veelvuldig gebruik gemaakt van 'verstandige' produkten (bruinbrood, halvarine, halfvolle melk, magere yoghurt, rauwkost en vlees met minder vet). In dit onderzoek is verder niet gekeken naar het volledige voedingspatroon, zodat geen uitspraak gedaan kan worden of het gebruik van deze voedingsmiddelen ook een gewenst effect heeft op de samenstelling van de voeding.

Het ontbijt en het samen warm eten blijft nog typerend voor het Nederlands eetgedrag. Toch wordt er, met name door de jongeren, frequent buitenshuis gegeten of ergens eten gehaald.

6. CONCLUSIES EN SUGGESTIES.

In het eetgedrag zullen in de toekomst, onder invloed van allerlei maatschappelijke invloeden (demografische, economische en technologische ontwikkelingen en veranderingen in normen en waarden) veranderingen optreden. Deze veranderingen betreffen de samenstelling van het voedselpakket (nieuwe produkten), de eetmomenten (tussendoor, grazing, bedrijfskantines) en de bereiding (door de week: kant-en-klaar, in het weekend hobby-koken).

Het toenemend gezondheidsbewustzijn bij de consument zal ook in de komende jaren invloed hebben op het eetgedrag. Hoewel recente voedselconsumptiegegevens laten zien dat samenstelling van de voeding van de gemiddelde Nederlander nog steeds afwijkt van de aanbevolen samenstelling vindt de gemiddelde Nederlander over het algemeen dat hij gezond(er) eet en verwacht hij dat de relatie tussen voeding en gezondheid ook in de toekomst een belangrijke rol zal spelen bij zijn voedselkeuze. Door verder onderzoek naar verschillen in kennis, houdingscomponenten en gedrag met betrekking tot voeding en gezondheid bij diverse groepen (verschillend in levensstijl, cultuur, maatschappelijke positie, leeftijd etc.) kunnen verwachtingen ten aanzien van toekomstig eetgedrag worden uitgediept. Vragen die bij een dergelijk onderzoek aan de orde kunnen komen zijn: welke eigenschappen van een produkt of een produktgroep zorgen ervoor dat (op grond van ervaring, opvoeding of informatie) sommige produkten of produktgroepen als 'gezond' en andere als 'ongezond' worden beschouwd? Hoe is de perceptie van bv. vet, vezels, zout, additieven en gezondheidsclaims (bv. light), hieraan gerelateerd?

Om een gevoel van verwarring, onzekerheid en onverschilligheid te voorkomen is het van belang om eenduidige informatie over de samenstelling van de voeding te verstrekken en het 'waarom' van bepaalde richtlijnen te benadrukken. Hierbij moet ook aandacht geschonken worden aan de duidelijkheid en begrijpelijkheid van informatie op de produktverpakkingen en de kanalen waardoor de informatie verstrekt wordt (bv. supermarkt, bedrijfskantine). Verder is het van belang om te zoeken naar manieren om de consument te helpen bij de vertaling van algemene informatie over goede voeding naar een bepaalde produktkeuze.

Met betrekking tot de berichtgeving over additieven e.d. in het eten verdient het aanbeveling dat er (door de overheid) met betrekking tot de consequenties voor de gezondheid eenduidige informatie wordt verstrekt. Misschien is een nader onderzoek naar deze additieven problematiek nodig. Hierbij zou nagegaan kunnen worden waar deze 'angst' vandaan komt, welke relatie gelegd wordt met de gezondheid en of deze angst gegrond is. Verder zou gekeken kunnen worden naar de gevolgen voor de samenstelling van de voeding als deze angst uiteindelijk leidt tot een keuze van meer 'natuurlijke' produkten. Een interessante benadering van dit probleem zou zijn om na te gaan in hoeverre de afweer tegen additieven een reactie is waarmee de verantwoordelijkheid voor een gezonde voeding naar de producent wordt afgeschoven.

Het is trouwens niet alleen in het kader van een grotere vraag naar 'natuurlijk', maar ook naar vers, kwaliteit, light etc. interessant om te onderzoeken of het gebruik van produkten met deze eigenschappen een wezenlijk bijdrage levert aan de bevordering van de gezondheid. Betekent het kiezen voor deze produkten een wezenlijke verandering in de samenstelling van de voeding,

of is er slechts sprake van een gebruik van andere produkten, die geen veranderingen in de samenstelling van het voedselpakket tot gevolg hebben.

Een belangrijk probleem blijkt de effectiviteit van de voorlichting te zijn. In de bijeenkomst "Eetgedrag in de toekomst" zijn een aantal knelpunten in de voorlichting en suggesties ter verbetering genoemd. Wanneer de voedingsvoorlichting in de toekomst meer effect wil sorteren zou de voedingsboodschap er als volgt moeten uitzien: een duidelijke eenduidige boodschap, positief geformuleerd, afgestemd op de doelgroepen, waarin ook duidelijk gemaakt wordt wat de consequenties van een bepaalde voeding zijn voor de gezondheid, ook op de lange termijn. Ook het belang van voorlichting door de medische wereld moet niet onderschat worden. Het verdient aanbeveling om de effectiviteit van een integraal (milieu, produktiewijze, derde wereld) gebrachte voedingsboodschap te onderzoeken.

Verder lijkt het wenselijk om de voorlichting ook op het bedrijfsleven te richten. Wanneer men namelijk het aanbod ziet als één van de belangrijkste factoren in de voedselkeuze, mag geconcludeerd worden dat vanuit de producent, detaillist en cateraar veel invloed uitgeoefend kan worden op de samenstelling van de voeding. Wanneer met name onze belangrijkste vetbronnen (zuivel, vlees, snacks, olieën en vetten) "gezond(er)" zouden zijn samengesteld kan een goede voeding vermoedelijk makkelijk bereikt worden dan alleen met behulp van publieksvoorlichting.

Samenvattend kan geconcludeerd worden dat veranderingen die de komende jaren zullen optreden in het eetgedrag een aantal interessante vragen met zich mee brengen. Met name de invloed van het gezondheidsbewustzijn op het eetgedrag in de toekomst verdient de nodige aandacht.

BIJLAGE 1. Deelnemers aan de Bijeenkomst "Eetgedrag in de toekomst".

Bijeenkomst: Eetgedrag in de toekomst

7 november 1988 - La Cuisine Francaise - Amsterdam

LIJST VAN DEELNEMERS

1. Dr. Ir. G.J.P.M. de Bekker	General Biscuits Nederland B.V.
2. Mw.Dr. S.A. Bouwer-Hertzberger	Albert Heijn B.V.
3. Dhr. H. ten Brink	Euro Pers Producties B.V.
4. Dr.Ir. C. de Graaf	Vakgroep Humane Voeding, L.U.W.
5. Prof.Dr. J.G.A.J. Hautvast	Vakgroep Humane Voeding, L.U.W.
6. Dr. A.P. den Hartog	Vakgroep Humane Voeding, L.U.W.
7. Dhr. P.A.E. Hollander	Reclamenbureau Prad
8. Prof.Dr. M.B. Katan	Vakgroep Humane Voeding, L.U.W.
9. Dhr. W. Klootwijk	De Volkskrant
10. Mw.Drs. I.H. Montijn	NRC-Handelsblad
11. Dr. J. Nieuwenhuis	Unilever Research Laboratorium
12. Ir. A.R. Onneweer	Voedings en Kwaliteitsaangelegenheden. Min. v. L. en V.
13. Ir. P.A.M. Oude Ophuis	Vakgroep Marktkunde, L.U.W.
14. Ir. Th. Plakkée	KLM-Catering
15. Ir. F. v.d. Reep	Natufood B.V.
16. Dhr. T. Richel	VPRO
17. Dhr. J.G.A. Rijnierse	Van Hecke Catering B.V.
18. Dhr. J.J. Schreur	Profood
19. Mw.Ir. P.v.d. Veeken	Vakgroep Humane Voeding, L.U.W.
20. Mw. P. v.d. Wall-Bake	La Cuisine Francaise
21. Ir. P. Zwaginga	Wessanen Nederland B.V.

BIJLAGE 2. Overzicht van de bijdragen aan het onderzoek "Eetgedrag in Nederland tot het jaar 2000".

1. De Consumentenbond	Ir. L.R. v. Nieuwland
2. Instituut voor Bewaring en Verwerking van Landbouwprodukten (I.B.V.L.)	Dr.ir. M.J.H. Keijbets
3. Albert Heijn B.V.	K. Dorsman
4. Nederlands Instituut voor Zuivelonderzoek (N.I.Z.O.)	Dr. W.Y. Aalbersberg
5. Voorlichtingsbureau voor de Voeding	Drs. C. Wagenaar
6. Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde	Prof.dr. A.J. Dunning
7. Academisch Ziekenhuis Leiden. Dienst Dietetiek	A. Wipkink en C. Indemans
8. Stichting Propaganda Groenten en Fruit	J. v. Steijn
9. Smits' Reform B.V.	Ir. Th. v. Rooij
10. Produktschap voor Margarine, Vetten en Olieën	D.L. de Bruyn
11. Unilever Research Laboratorium	Dr. O. Korver
12. Ministerie van Welzijn, Volksgezondheid en Cultuur. Geneeskundige Hoofdinspectie voor Volksgezondheid	Dr. J.J.L. Pieters
13. Produktschap voor Groenten en Fruit	Ir. J.E.C. Spithoven
14. Produktschap voor Vis- en Visprodukten	Drs. D.J. Langstraat
15.	Prof.dr. C. den Hartog
16.	Prof.dr.ir. W.J. Beek
17.	Dr. J.J. van Binsbergen
18.	Dr. J.W. Ree
19. Restaurant de Echoput, Apeldoorn	P.R.Klosse
20. Hotel de Swaen. Oisterwijk	P.C.J. Rutten
21-28. Anonymous	

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

Er zijn een aantal ontwikkelingen gaande die zeker invloed zullen hebben op het eetgedrag in de komende tientallen jaren. In dit korte bestek zal ik enkele ontwikkelingen noemen en vervolgens nagaan welke invloed ervan verwacht moet worden.

Bedenk dat dit slechts een persoonlijke visie is.

Ontwikkelingen

1. Kleinere gezinnen of leefgemeenschappen.

Een citaat uit de Haagse Courant van 8 september j.l. ter illustratie van deze ontwikkelingen: "Het merendeel van de woningzoekenden bestaat uit 1- en 2- persoons huishoudens, maar het aantal alleenstaanden groeit gestaag, meldt deze nota. Begin van dit jaar vormden zij zelfs meer dan de helft van het aantal ingeschrevenen (52 percent)."

2. Uitbreiding van het assortiment levensmiddelen.

De binnengrenzen van Europa vervallen steeds meer. Het is nu al zo dat levensmiddelen die in een naburig EG-land geproduceerd zijn niet meer van onze markt geweerd kunnen worden, of zij nu aan de warenwet voldoen of niet. De levensmiddelenwetgeving wordt dan ook steeds minder beperkend wat betreft produktvariaties. Een naam van een levensmiddel is steeds minder een begrip, waardoor etiketten steeds meer bestudeerd moeten worden.

Assortimentsuitbreidingen kunnen in de richting van hoogwaardiger produkten gaan, maar evengoed in de richting van imitatie. Technische ontwikkelingen werken ook uitbreidend, bijvoorbeeld gasverpakking, lang houdbare 'verse' maaltijden, magnetron, etc.

3. Individualisering en verval van vaste maaltijdpatronen.

Ook binnen leefgemeenschappen wordt het steeds meer geaccepteerd dat individuen anders eten dan wat de pot schaft.

4. Voorlichting en reclame

De richtlijnen van de Voedingsraad zullen steeds verder doorklinken. Produktinnovatie leunt graag op de voorlichting (Light-produkten, alcoholarm bier).

Voorlichting en etiket-informatie zullen veel consumenten meer voedingskundig inzicht geven. Het valt te vrezen dat de consumentenpopulatie steeds verder uiteen valt in mensen met kennis van zaken en bewuste keuzes tegenover mensen die zich er niet meer in willen verdiepen en zich laten leiden door belanghebbende of tendentieuze informatie.

5. Meer wetenschappelijk inzicht

Voortgaand onderzoek zal materiaal aandragen voor de voorlichting, bijvoorbeeld te beperking van kanker.

Helaas zal de discussie tussen de gangbare en de vele alternatieve (medische) visies niet voor de eeuwwisseling zijn gesloten.

Gevolgen

De verschillen tussen individuen zullen steeds groter worden. Er zal een groep zijn die zich optimaal weet te voeden, maar er zullen er ook zijn die, door gemis aan sociale controle en door gebrek aan inzicht, zich een voedingspatroon aanmeten, dat niet alleen de richtlijnen van de Voedingsraad brutaliseert, maar ook tot gebreksziekten kan leiden.



INSTITUUT VOOR BEWARING EN VERWERKING VAN LANDBOUWPRODUKTEN
WAGENINGEN

Bornsesteeg 59 Tel. 08370-19043 Telex 45371 Postrekening 901770 Bank: Algemene Bank Nederland N.V. no. 53.92.27.25
POSTADRES: IBVL, POSTBUS 18, 6700 AA WAGENINGEN

Mevrouw ir. P. van der Veeke
LU
Vakgroep Humane Voeding
Biotechnion
Postbus 8129
6700 EV Wageningen

Uw kenmerk

Uw brief van

Ons kenmerk

Wageningen,

967/MK/NS

10 oktober 1988

Onderwerp

Geachte mevrouw Van der Veeke,

Mijn bijdrage voor "Eetgedrag in de toekomst" vindt u hierbij.
Graag ontvang ik t.z.t. een exemplaar van uw publikatie/rapport,
op mijn privé-adres omdat ik het IBVL op korte termijn ga verlaten.

Met vriendelijke groet,



M.J.H. Keijbets

privé-adres:

Hamelakkerlaan 31
6703 EH Wageningen

Bijlage: 1

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

1. Het eetgedrag in 2000 zal zeker anders zijn dan in 1988. Het is overigens de vraag of men over het eetgedrag kan spreken.

Segmentering en individualisering zullen ook het eetgedrag meer en meer bepalen. M.I. belangrijke ontwikkelingen in de samenleving die "het" eetgedrag beïnvloeden: toenemend opleidingsnivo (bewustwording), groeiende behoefte aan gezond gedrag, individualisering leef- en eetgewoonten, emancipatie van de vrouw/taakverdeling binnen samenlevingsverband. Gevolg zal zijn een blijvend groeiende behoefte aan kwalitatief hoogwaardige voedingsmiddelen met hoge convenience-waarde (dus voedingsmiddelen van uitstekende geur, smaak, textuur etc. én met goede voedingswaarde, makkelijk en op ieder moment van de dag te bereiden). Het bovenstaande geldt voor de bewuste, goed opgeleide en goed verdienende consument.

De onderkant van de samenleving (om eens een ander segment te noemen) heeft geen geld en opleiding om dit kwalitatief hoogwaardige voedsel te kopen. Dan is de voorlichting dus dubbel belangrijk!

2. 'Gezonde' voedingsmiddelen bestaan niet, alleen een gezond(er) eetpatroon. Omdat de keuze van een gezond(er) eetpatroon vooral een zaak is van bewustwording zal de toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid het eetgedrag zeker beïnvloeden voor het segment van de bevolking waarvoor dit geldt. De keuze voor een gezond(er) eetpatroon zal niet betekenen een teruggaan naar onbewerkte basisvoedingsmiddelen (aardappelen, groenten, fruit, brood, melk), maar meer consumptie van die luxe, convenience voedingsmiddelen, waarin door de voedingsmiddelenindustrie de gezondheidsaspecten zijn "ingebouwd".

Hierbij zal de consument ook in toenemende mate eisen stellen aan de productiewijze (leefwijze dieren, milieuverontreiniging etc.).

Overigens is te verwachten dat een belangrijk verschil in eetpatroon zal ontstaan tussen het eetpatroon in de week en in het weekend.

In de week vooral "convenience food", in het weekend meer tijd voor eigen bereiding en culinaire hoogstandjes.

3. De bevindingen van de voedingswetenschap als basis voor beleids- of bedrijfsbeïnvloeding zijn in principe overtuigend genoeg. Voor de beïnvloeding van het persoonlijke eetgedrag is een goede en eenduidige voorlichting nodig. Het probleem is en zal blijven dat die voorlichting het moeilijkst diegene bereikt die haar het meest nodig hebben (zie de "onderkant" sub 1).
4. Mijn eigen eetpatroon is verantwoord. Opleiding (Levensmiddelentechnologie met o.a. Voeding als bijvak) heeft daartoe zeker in belangrijke mate bijgedragen. In dat eetpatroon veel aandacht voor variatie, met veel consumptie van brood, aardappelen, groenten, fruit, magere melkprodukten. Anderzijds behoefte om van eten te genieten.

dr.ir. M.J.H. Keijbets

Albert Heijn bv

K. Dorsman, Directeur

Ir. Pauline van der Veeken.
Landbouwniversiteit Wageningen
Vakgroep Humane Voeding
Gebouw "Biotechnion"
Postbus 8129
6700 EV Wageningen

Ankersmidden 2, 1506 CK Zaandam
Postbus 33, 1500 EA Zaandam
Telex 19022 anknl. Telefax (075) 70 15 85
Telefooncentrale (075) 59 91 11
Doorkiesnummer (075) 59 24 69

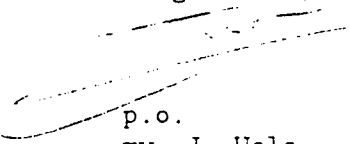
Datum 7 oktober 1988
Referentie jtw/172.

Geachte mevrouw van der Veeken,

Zoals toegezegd, zenden wij u hierbij de bijdrage
van de heer K. Dorsman, directeur Albert Heijn B.V.,
voor uw onderzoek "eetgedrag in de toekomst".

Met vriendelijke groeten,

hoogachtend,


p.o.
mw. J. Wals
secretaresse.

Eetgedrag is een van de aspecten van het totale gedrag van mensen. Dat gedrag van mensen aan veranderingen onderhevig, en daarmee ook de eetgedragingen, is duidelijk om ons heen te zien. 20 jaren geleden at elke nederlander nog drie maal daags, ontbijt bestaande uit flinke sneden brood, middagmaal, vaak meegenomen naar het werk of naar school samen met een plastic beker melk, en een stevige hollandse stampot 's avonds. Nu start men de dag met "cereals", eet 's middags een snelle snack en 's avonds is er een uitheemse schotel uit de magnetron. Tussendoor worden de "gaatjes" opgevuld met muesli-repen.

Welke algemene ontwikkelingen in onze samenleving zorgen voor veranderd eetgedrag? Onderstaande opsomming is niet uitputtend, maar de belangrijkste trends staan vermeld.

- Positieve conjunctuur-beleving; het zichzelf verwennen kan en mag;
- Groeiend consumentisme (m.n. hoger opleidingsniveau); men wordt enerzijds kritischer op de kwaliteit en anderzijds wil men een groter aanbod van produkten (denk aan buitenlandse gerechten;
- Groeiend tijdsbewustzijn; men wil minder tijd kwijt zijn aan het elke dag koken, zodat b.v. magnetron maaltijden populair worden;
- Popularisatie van moderne technieken; de intrede van allerlei keukenapparatuur zorgt er o.a. voor dat men tussendoor snel wat klaar kan maken (met een Amerikaans woord: grazing).

Ontwikkelingen als vergrijzing, ontgroening, groei ethnische minderheden, gezinsverduunning, etc. zorgen voor een verschuiving in eetgedrag en niet echt voor veranderingen.

Zolang de bovengenoemde veranderingen, die onderling natuurlijk samenhangen, zich in de huidige richting voortzetten zullen een aantal produktgroepen in belang toenemen.

Denk hierbij aan Kant&Klaar maaltijden, "gezonde" tussendoortjes, light-dranken, magnetron maaltijden, reform produkten, etc. Dit uiteraard ten koste van bier, snoepgoed, speklappen en stooflapjes, groenteconserven enz. Maar bij het omslaan van bv. de economie zou het beredeneerbaar zijn dat het eetpatroon weer terug gaat naar simpele, hollandse kost.

De opsomming van produkten, die in belang waarschijnlijk gaan toenemen lijkt veel gezondheidsaspecten in zich te hebben. Gezondheid, gezond leven en dus ook gezond eten, zijn goed in ons dagelijks leven door gedrongen.

Maar het feit blijft dat de mens wel weet wat goed of slecht is voor de gezondheid (daar is de voorlichting goed in geslaagd), maar daar vaak geen gehoor aan geeft. Alkohl is slecht voor de mens, toch kan men niet zonder de dagelijkse borrel, waarbij men dan nog het liefst wat pinda's en/of een blokje kaas bij ziet.

Kennis blijkt niet genoeg te zijn, want het lekker of "gezellig" vinden geeft vaak de doorslag.

K. Dorsman

ALBERT HEIJN b.v.

Uw kenmerk PV/JH/BD/U88-654

Kernhemseweg 2, Ede, Telefoon 08380-59511

Ons kenmerk WA/T-09663

Postadres: Postbus 20, 6710 BA Ede Gld

Datum 1988-10-17

Telex 37205 NIZO NL. Fax 08380-50400

Onderwerp ---

Doorkiesnummer 08380-59509

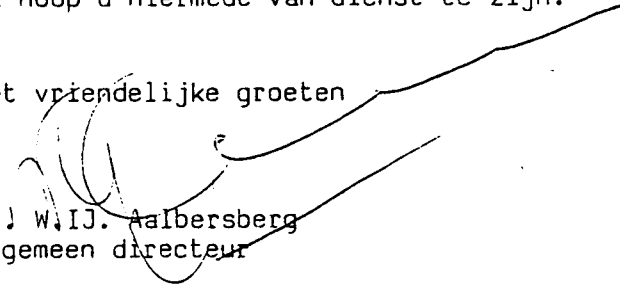
Mevr.Ir. P. van der Veeke
Landbouwniversiteit Wageningen
Vakgroep Humane Voeding
Biotechnion
Postbus 8129
6700 EV WAGENINGEN

NIZO

Geachte mevrouw Van der Veeke,

Hierbij stuur ik u mijn visie inzake het "eetgedrag naar de toekomst".
Ik hoop u hiermede van dienst te zijn.

Met vriendelijke groeten


Dr. W. IJ. Aalbersberg
algemeen directeur

bijlage

EETGEDRAG NAAR DE TOEKOMST

1. De veranderingen die zich in de afgelopen twintig jaar in de Nederlandse samenleving voltrokken hebben reeds aanzetten gegeven tot verandering van het eetgedrag. Deze veranderingen in de samenleving zullen zich in de komende jaren verder verdiepen en op het eetgedrag een wezenlijke invloed uitoefenen. Maatschappelijke veranderingen waarop ik doel zijn onder meer het blijven deelnemen van moeders aan het arbeidsproces, het op jonge leeftijd zelfstandig gaan wonen van ongehuwden, de grotere mondigheid en (daarmede samenhangend?) de grotere aandacht voor de relatie voeding en gezondheid, de grotere ruimte om gedeelten van het inkomen naar vrije keuze te besteden, de toename van vrije tijd en de mogelijkheden die naar vrije keuze te vullen en het doorbrengen van vakanties door velen in landen met andere eetculturen. Deze maatschappelijke veranderingen hebben aanzetten tot veranderingen van het eetgedrag in verschillende onderling soms tegen-gestelde richtingen gegeven. De veranderingen hebben echter een gemeenschappelijk kenmerk: **de individualisering van het eetgedrag**. Zo zal buitenshuis eten voor sommigen het genieten van een copieuze maaltijd betekenen en voor anderen het gebruiken van een kantinehap of mensamaaltijd en voor een derde categorie het frequenteren van de snackbar. Meer aandacht voor de relatie voeding en gezondheid zal voor sommigen betekenen het gebalanceerd samenstellen van de voeding, voor anderen het eenzijdig accentueren van ingrediënten waaraan een bijna magische werking wordt toegekend en voor derden het krampachtig vermijden van ingrediënten waaraan een negatieve werking wordt toegeschreven. Eenpersoons huishoudens en werkende moeders zijn soms stimulansen voor het toepassen van éénpansmaaltijden en fabrieksmatig voorbereid en snel af te werken maaltijden. Veel vrije tijd leidt anderzijds tot experimenteren met tot dan onbekende voedingsbestanddelen en complexe maaltijden.

2. Sommige consumenten zullen het eetgedrag laten beïnvloeden door hun inzicht in de relatie voeding en gezondheid. In een aantal gevallen zal dit inzicht parallel lopen met de inzichten van deskundigen. Dat leidt dan tot aanpassing van het eetgedrag, bijvoorbeeld door het verminderen van het verbruik van vet en suiker.

In andere gevallen loopt dit inzicht geenszins parallel met dat van deskundigen, doch is het slechts op wantrouwen tegen op conventionele wijze voortgebrachte voedingsmiddelen gebaseerd. Deze categorie zal in toenemende mate van op macrobiologische wijze voortgebrachte voedingsmiddelen gebruik maken.

Weer andere consumenten dan de hiervoor genoemde categorieën zullen zich geheel niet laten beïnvloeden doch zullen in kwalitatieve en kwantitatieve zin blijven eten naar eigen "behoefte".

Zelf meen ik dat het hedendaagse bestaan van de overgrote meerderheid van de Nederlandse bevolking is geworden tot een zittend bestaan, waarbij lichamelijke arbeid een zeer geringe rol speelt. Als gevolg daarvan is het naar mijn mening een eerste prioriteit de energie-opname te verminderen. Hierbij kan vermindering van de vet- en suikerconsumptie een belangrijke factor zijn. Gezien het feit dat voedingsmiddelen met een redelijk vet- en of suikergehalte in het algemeen goed smaken pleit ik niet voor vervanging door voedingsmiddelen met lagere gehalten, doch voor vermindering van de totaal te consumeren hoeveelheid daarvan. In de plaats daarvan kunnen rauwe groenten en beperkte hoeveelheden volle graanprodukten worden gegeten.

3. Vanwege de individualisering van het eetgedrag zal een specifieke verandering in het eetpatroon slechts bij een deel van de consumenten optreden, terwijl een ander deel van de consumenten niet of zelfs in tegengestelde richting zal reageren. Het is daarom moeilijk te voorspellen wat de resultante van de veranderingen voor bepaalde produktgroepen zal zijn. Waarschijnlijk zullen suikerrijke en mogelijk ook vetrijke produkten aan betekenis inboeten ten gunste van produkten op basis van volle granen.
4. Het eigen eetpatroon wil ik karakteriseren als "naar hoeveelheid zeer beperkt en naar soort zeer gevarieerd". Ik acht het volstrekt onnodig in de komende jaren aanpassingen door te voeren.

5. Veel bevindingen van de voedingswetenschap zijn nog steeds fenomenologisch van aard als gevolg waarvan een waargenomen verschijnsel door een volgende waarneming kan worden ontkracht. Zo bleek exogeen cholesterol bij nader onderzoek van minder betekenis dan endogeen cholesterol en bleek dierlijk eiwit bij nader onderzoek bij de mens geen grote invloed te hebben op het serumcholesterolgehalte. Zolang de bevindingen van de voedingswetenschap niet vanuit een biochemisch model zijn geverifieerd is het naar mijn mening noodzakelijk enige relativering en bescheidenheid in acht te nemen bij het aandringen op bijstelling van het eetpatroon c.q. het levensmiddelenpakket.

W.IJ. Aalbersberg

1988-10-16

VOORLICHTINGSBUREAU VOOR DE VOEDING

2585 GB 's-Gravenhage Laan Copes van Cattenburch 42 telefoon 070 - 503777

Als ik de lijnen doortrek naar het jaar 2000, zie ik de volgende ontwikkelingen, trends in het eetgedrag.

1. Individualisering van de maaltijd. In de gezinssituatie zal het gezamenlijk de maaltijd gebruiken afnemen. De moderne keukenapparatuur (magnetron) en het groeiend aanbod van kant en klare 'vers-maaltijden' maken het gemakkelijker om de maaltijd aan te passen aan individuele wensen. Zowel qua samenstelling als tijdstip van consumptie ('grazing').
2. Collectivisering. Haaks op bovenstaande trend zal er sprake zijn van verdergaande collectivisering van het maaltijdaanbod. Bedrijfskantines, schoolkeukens, bejaardenoorden, die voor andere omwonenden maaltijden bereiden, zullen in het totale menu-aanbod een belangrijke plaats innemen.
3. Het ziet er naar uit dat de 'light-trend' zich door zal zetten. Er komt een grotere variatie van produkten die de consument in staat zal stellen naar believen minder vet, alcohol of suiker tot zich te nemen, zonder dat men daar het eigen voedingsgedrag ingrijpend voor behoeft te wijzigen. Light-produkten bevatten over het algemeen meer additieven, zodat ook hier een 'tegenbeweging' waarneembaar is.
4. De levensmiddelenindustrie zal te maken krijgen met een toenemend aantal consumenten dat de voorkeur geeft aan 'natuurlijk' bereide produkten. Er zal een autonome vraag ontstaan naar levensmiddelen, die zo weinig mogelijk additieven bevatten en waarvan de produktiemethoden vriendelijk zijn voor dier en milieu.

De voedingsvoorlichting tenslotte, zal ingebed worden in nieuwe samenwerkingspatronen. Handel, industrie, overheid en gezondheidsorganisaties zullen gecoördineerd naar buiten treden om het voedingsgedrag van de Nederlandse bevolking in positieve zin te wijzigen. Met de installatie van de Stuurgroep Goede Voeding is hiervoor een basis gelegd.

Drs. C. Wagenaar, directeur
Voorlichtingsbureau voor de Voeding

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST: EEN HAPJE VOORAF

Nederland is in het jaar 2000 een ander land dan vandaag, door ontgroening en vergrijzing. Het eetgedrag van bejaarden en hoogbejaarden zal in huis, zorg- of verpleeginstelling traditioneel van samenstelling blijven met een nutriëntenverdeling die alleen kwantitatief verschilt van het gemiddelde. De uitgebreide, opengestelde Europese markt zal het Zuid Europese voedselaanbod vergroten waarbij mode en reclame vooral het eetgedrag tussen 20 en 40 jaar zal beïnvloeden. Aardappelen, brood, peulvruchten, stampot en gehakt zullen plaats maken voor pasta, vis en gevogelte, Zuid Europese groenten en vruchten.

De jeugd zal zich traditioneel blijven voeden met Marsrepen, cola en hamburgers, maar door reizen en trekken grotere waardering krijgen voor voedingsvariatie die pas gerealiseerd wordt na het 30e jaar, wanneer laat aan het arbeidsproces wordt deelgenomen en bestedingsvrijheid met zich brengt.

Het voedingspatroon zal alleen bij jeugd en hoge ouderdom redelijk homogeen en niet verschillend van heden zijn. Daartussen zal er een zeer gevarieerde voedselbehoefte zijn, met nadruk op Zuid Europese produkten en voorkeur voor laag-calorische voeding, kant en klaar en houdbaar.

Gezonde voeding en de behoefte eraan zal eerder afhankelijk blijken van markt, mode en reclame dan van wetenschappelijk gefundeerde voedingsadviezen. In een welvarende, individualistische samenleving zal men zelf willen kiezen - of altans die illusie behouden - en niet voorgeschreven willen worden. De behoefte om eeuwig jong, slank en bruin te blijven is een belangrijker drijfveer dan een doortimmerd advies. De mens is wat hij eet, zei 150 jaar geleden een materialistisch filosoof. Ons eetpatroon is in hoofdzaak een cultuurpatroon dat in 2000 meer Europese dan nationale trekken zal vertonen.

A.J. Dunning

Academisch Ziekenhuis Leiden
Dienst Diëtetiek
Januari 1989

EETGEDRAG IN HET ZIEKENHUIS IN DE TOEKOMST

De patiënt in het jaar 2000

In het jaar 2000 is de patiënt zelfstandiger en zelfbewuster geworden en bepaald zelf mee hoe hij het meest gezond kan leven. Hij laat zich voorlichten door de arts en de patiëntenvereniging over zijn ziekte en hij wil minder 'pillen' en meer 'natuurlijke behandelingsmethoden'. Een goede voedingsvoorlichting op school staat aan de basis van het voedingsbewuster worden van de patiënt. Ook de media en de automatisering spelen hierin een belangrijke rol; bijvoorbeeld databanken, waar precies bekend is in welk voedingsmiddel welke grondstoffen verwerkt zijn en het kunnen berekenen wat de patiënt aan voedingsstoffen binnenkrijgt. Zijn voeding zal voldoen aan de eisen die de Voedingsraad in het jaar 2000 voorschrijft.

De relatie ziekte en voeding

In de toekomst zullen ziekten en voeding meer met elkaar gecorreleerd worden. De voeding zal binnen de behandeling een belangrijkere plaats innemen; ten eerste omdat de patiënt daar belang aan hecht en ten tweede omdat de gezondheidszorg meer gebaat is bij goedkopere voedingsveranderingen dan het gebruik van duurdere medicijnen.

Met het oog op de langere levensduur van de mens zullen de kosten in de gezondheidszorg steeds meer oplopen. Dit tesamen met grotere bekendheid hoe ziekten veroorzaakt worden, zal leiden tot meer preventieve voorlichting aan de patiënten.

De kloof tussen de voeding thuis en in het ziekenhuis wordt overbrugd door duidelijke en begrijpelijke informatie. De uitzonderingspositie van de patiënt, voor wat betreft zijn voeding, zal minder zijn.

Orgaantransplantaties zijn routine geworden. Bij deze patiënten is, voor het wel of niet slagen van de transplantatie, de voedingstoestand van groot belang. Bij elke patiënt wordt bij opname in het ziekenhuis de voedingstoestand gemeten. Klinische ondervoeding, zoals die voorkwam in de jaren '80 bij zo'n 40% van de patiënten is een zeldzaamheid geworden. Een goede voedingstoestand beïnvloedt het natuurlijk verloop van een groot aantal aandoeningen in positieve zin en het verbetert het resultaat van een eventuele heelkundige of medicamenteuze behandeling.

Toename van kankerpatiënten

Het aantal patiënten met kanker zal in het jaar 2000 toenemen vooral door de vergrijzing van de bevolking. Door een verbetering van de behandelingsmethoden en de voedingstoestand kan de belasting en de lichamelijke schade voor de patiënt verbeterd worden. In het jaar 2000 zullen er dan ongeveer 300.000 kankerpatiënten zijn. Dit is een toename van 50% sinds 1985. Per jaar komen er 8.000 nieuwe kankerpatiënten bij. Het aantal rokers is in 2000 drastisch verminderd. Dit heeft een gunstig effect op het ontstaan van kanker.

De voedingszorg voor de kankerpatiënt is dan geoptimaliseerd; er wordt gewerkt volgens een standaard voedingsplan. Dit standaard voedingsplan beschrijft de voedingsproblematiek per tumor en de voedingsmaatregelen die genomen worden bij het ziekteverloop en de behandeling. De voeding voor de kankerpatiënt zal dan een 'voeding op maat' worden, uitgaande van een persoonlijke benadering van de patiënt. Duidelijke afspraken zullen gemaakt worden over wanneer de patiënt voedingszorg of optimale voeding nodig heeft.

Het ziekenhuis en zijn menu

Net zoals vele andere diensten in het ziekenhuis is de voedingsdienst geprivatiseerd. Het menu zal voldoen aan de eisen van de Voedingsraad, smakelijk en betaalbaar zijn.

Een deel van de patiënten in het ziekenhuis zal een menu voorgeschoteld krijgen dat nauwelijks afwijkt van wat er thuis gegeten wordt. Naast het gangbare menu is er een vegetarisch menu en een voeding met alternatief geteelde produkten. Zo zal er bijvoorbeeld voor de bejaarden een aangepast menu zijn: een voeding die gemakkelijk te eten is, minder vet en meer vezels bevat, met extra aandacht voor calcium en vitamine D; dit menu wordt geserveerd op een zonneterras.

De patiënten zullen er de voorkeur aan geven in een restaurant hun maaltijd te gebruiken en niet op hun kamer; familieleden en kennissen kunnen in het restaurant meeëten; door dit 'sociale gebeuren' zal de overgang van thuis naar het ziekenhuis en omgekeerd minder groot zijn.

De kwaliteit en de voedingswaarde van de maaltijd is een geliefkoosd onderwerp van gesprek. De gesprekken over contaminanten en additieven zijn niet meer aan de orde; het merendeel van de gesprekken zal gaan over de zuiverheid van water.

Eetproblemen in het ziekenhuis

Voor patiënten met eetproblemen zal er een keuze zijn uit vele verantwoorde componenten. Bij elk gerecht staat de voedingswaarde vermeld, zoals dat ook in een restaurant het geval zal zijn.

De patiënten kunnen van te voren via het voedingsinformatieprogramma op de terminal het menu raadplegen. Twee maal per week zal er via de televisie het voedingsvoorlichtingsprogramma 'Weet wat u eet' te zien zijn met hierin speciale informatie voor de dieetpatiënten.

Patiënten die in een verpleeghuis horen, komen niet meer in het ziekenhuis te liggen. Ook patiënten die vroeger opgenomen werden wegens 'sociale indicatie' met feestdagen, kom je in het ziekenhuis niet meer tegen.

Het merendeel van de opgenomen patiënten heeft intensieve zorg en voedingsbegeleiding nodig. Men zal de luxe niet meer kunnen veroorloven of de patiënt wel of niet zelf zal kunnen eten. Het merendeel van de patiënten zal enteraal of parenteraal gevoed worden. De toedieningstechnieken van enteraal en parenteraal zullen talrijk zijn.

De diëtist

Ook in het jaar 2000 is een dieetadvies een beperking in keuzevrijheid van voedingsmiddelen. Maar binnen de grenzen van het dieetadvies zijn veel meer mogelijkheden gekomen om het dieetadvies 'op maat' te maken.

Door de verschuiving van zorg is de diëtist gespecialiseerd in 'klinische' voeding 'op maat'. Bij elke patiënt zal zij nagaan 'wat is de behoefte' en 'hoe kunnen we daar met de voeding zo efficiënt mogelijk op inspelen'.

De diëtist blijft verantwoordelijk voor het vertalen van de voedingswetenschap naar de patiënt. Voor het geven van goede voedingsvoorlichting en begeleiding blijft zij, ook in het jaar 2000, de aangewezen persoon.

Anne Wipkink, diëtist

Cécile Indemans, diëtist

Stichting Propaganda Groenten en Fruit

Ontwikkeling eetgedrag tot het jaar 2000

Veranderingen in het eetgedrag verlopen niet snel. Een visie op ons eetgedrag in het jaar 2000 zal dan ook niet veel kunnen afwijken van die op het eetgedrag van heden. Welliswaar wordt door velen een gezonder eetpatroon beleden en noodzakelijk geacht, doch in de praktijk wijzigt het patroon zich nauwelijks. Een factor die het eetgedrag meer beïnvloedt dan de gezondheidsclaim is de welvaart die men geniet. Zou het huidige welvaartspeil zich handhaven of zelfs verbeteren dan zal de consument ook aan voeding meer geld besteden, luxere en kwalitatief betere produkten kopen en het gemak laten prevaleren.

Toenemende kennis over de relatie voeding - gezondheid zal niet veel invloed hebben op het toekomstig eetgedrag, zolang die kennis door een betrekkelijk kleine groep wordt opgepakt (veelal in een stadium dat men op medische indicatie wordt geconfronteerd met gevolgen van verkeerd eten of uit slankheidsoverwegingen). Aan een consumentvriendelijke overdracht van de kennis zal veel meer aandacht moeten worden besteed. Eten is een gewilde bezigheid die niet door de opgeheven vinger van voedingsautoriteiten dient te worden begeleid.

Consumenten die meer hebben te besteden zullen (door o.m. invloeden uit het buitenland) een grotere variatie aanbrengen in het voedselpatroon en wellicht kiezen voor wat gezondere produkten. Minder vet en meer plantaardig wordt door hen al enigszins waargemaakt in het toenemend gebruik van graanprodukten, groenten en fruit en magere vleessoorten.

De opkomst van de vele "light" produkten mag een gunstige ontwikkeling lijken, het nuttigen daarvan is geen wezenlijke wijziging in het consumptiepatroon.

Onze stichting tracht bij de promotie dat eetpatroon te doorbreken en met name groenten en fruit ook in andere dan traditionele gebruiksmomenten toepassing te laten vinden. Ze lijkt de trends mee te hebben, maar is er zich van bewust dat veranderingen zeer langzaam verlopen.

Stichting Propaganda Groenten en Fruit
J. van Steijn
Den Haag, oktober 1988




zommarura

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

1. Eetgedrag is een weerspiegeling van het mensbeeld. Er is in Europa meer dan voldoende voedsel. Dus speelt de kwaliteit een steeds grotere rol. Bovendien zal eetgedrag steeds meer een uiting worden van de persoonlijke levensstijl. Onze samenleving wordt steeds meer een samenraapsel van levensstijlen. Het Nederlandse eetgedrag verdwijnt en er zullen vele soorten voor in de plaats komen.
2. De levensstijlen worden bepaald door diverse sociaal-economische factoren, maar vooral ook door persoonlijke individuele interesse. Zo zal het eetgedrag van de sporter, de yuppie of natuurvoedingsfreak in de komende jaren steeds verder uit elkaar lopen. De keuze van voedingsmiddelen wordt dus steeds meer een uiting van levensstijl. Ook de term "gezond" heeft voor elk van die levensstijlen een andere inhoud. De afslanker eet zoveel mogelijk light, de sporter kracht en snelheid, de yuppie kant en klaar en de gezondheidseter let op milieu en de maximale hoeveelheid voedingsstoffen.
Gezien de stijgende belangstelling voor het milieu en de grenzen die het milieu aan onze maatschappij laat zien, is het duidelijk dat juist het milieu-aspect (voortbrenging, verpakking) sterker wordt.
- 3 Vanuit mijn visie, als produktontwikkelaar van reformprodukten, + als vegetariër en aanhanger van de natuurgeneeswijze, maar ook
4. als voedingskundige, zie ik dat de traditionele produkten en met name de typische bulkprodukten sterk gaan afnemen en dat de produkten die passen binnen levensstijlen zullen groeien. Binnen alle levensstijlen zal de faktor gezondheid toenemen. Voor een yup is dit echter heel anders dan voor een afslanker of voor een reform-consument.
Bovendien is gezondheid meer dan alleen maar zo lang en gezond mogelijk leven. Ook hier komt de kwaliteit naar boven. Het betekent steeds meer bewust en evenwichtig omgaan met de omgeving en een toekomst openhouden. Een leefbaar milieu maar ook dier- en mensvriendelijkheid winnen aan belang. Dit betekent dat chemie minder moet en het vleesgebruik weer tot normale proporties zal komen.
5. De voedingswetenschap zal zich meer op het eetgedrag moeten richten. Theorie moet praktijk worden. Waarom eten veel Nederlanders nog steeds niet wat het VOVO wil? Een vraag die binnen de wetenschap meer centraal moet staan.

Ir.Th.van Rooy

1. Voor dat deel van de bevolking dat boven het minimum-inkomenniveau leeft, zal het eetgedrag in 2000 zeker gewijzigd zijn in vergelijking met het huidige. Een en ander gelet op de zich thans ontwikkelende trend van "light".
Op de andere groep zal met een parodie op een bestaand spreekwoord wel het "de armoe houd je vet" blijven bestaan.
2. De relatie voeding - gezondheid zal ook veelal ervaren worden door de beter gesitueerden. De speciale producten die de nadruk op die relatie leggen zijn per definitie duurder.
Gezonde levensmiddelen zijn de producten zonder verzadigde vetzuren voor zover het de vetsector betreft, zoals plantaardige margarines, spijsoliën waarin de meervoudig onverzadigde vetzuren voorkomen.
Gezonde levensmiddelen zijn voorts m.i. volkoren broodproducten, kort gekookte groentes, aardappelen en "eerlijk" vlees, fruit, rijst en rijst-producten.
3. Als er in de toekomst veranderingen optreden in het eetpatroon dan zullen die veranderingen zeker ook verband houden met de veranderde patronen zoals: meer eenpersoonshuishoudens, meer ouden van dagen. Dit zal uitmonden in een verdere ontwikkeling van de "convenience"-producten.
Hoewel geen revolutionaire gevolgen zijn te verwachten, is toch aan te nemen dat de gestarte campagnes voor met name "minder vet" enig resultaat zullen hebben.
4. Mijn eetpatroon is niet helemaal verantwoord. Mijn lichaamsgewicht is 100 kg, lengte 1.90 cm. Oorzaak te veel extra's waaronder alcohol (matig) tengevolge van onregelmatige eetpatronen (buitenshuis maaltijden).
Aanpassing is niet alleen wenselijk maar ook nodig: door wijziging dagindeling (pensionering per ult. 88) zullen de nodige aanpassingen worden bereikt.
5. Op mijn arbeidsterrein blijvende, moet ik constateren dat de bevindingen van de afgelopen decennia beslist te weinig overtuigend zijn om daarop op beleidsmatig- of bedrijfsniveau of persoonlijk de huidige eetpatronen en/of het levensmiddelenpakket ingrijpend bij te stellen. Hoewel nu toch wel langzamerhand vastgesteld zou moeten zijn dat bepaalde vetproducten beter niet of in mindere hoeveelheden zouden moeten worden gebruikt, trekt ook de bevolking zich daarvan toch niet al te veel aan. Dit wordt mede veroorzaakt door de vaak gebrekkige publicaties en doordat veel bevindingen van deskundigen vaak door andere deskundigen worden weersproken.
Het initiatief van de overheid uitmondende in de commissie "goede voeding" zou daarvoor een adequate oplossing kunnen vormen.
Omdat slechte voeding zeker nadelige gevolgen heeft voor de gezondheid, en met name voor de hartfuncties, ligt hier zeker een nadrukkelijke taak voor de hartstichting.

D.L. de Bruyn

PRODUKTSCHAP VOOR MARGARINE, VETTEN EN OLIEEN

Unilever Research Laboratorium Vlaardingen

Olivier van Noortlaan 120
3133 AT Vlaardingen
Nederland

postbus 114, 3130 AC Vlaardingen
tel. 010-460 69 33 (UTN code 322)
telex 23261, fax (gr III) 4605800



Mw Ir P. van der Veeke
Landbouwniversiteit Wageningen
Vakgroep Humane Voeding
Gebouw "Biotechnion"
Postbus 8129
6700 EV WAGENINGEN

Uw ref.

Onze ref. BNS/81765/eg Doorkiesnr. 460 5160

Datum 27 okt 88

Geachte Mw Van der Veeke,

Hierbij zend ik U een bijdrage voor Uw onderzoek "Eetgedrag in de toekomst".

Met vriendelijke groeten,

Dr O. Korver

Bijl.: 1

1. Het eetgedrag in het jaar 2000 zal afwijken van het huidige, vanwege de volgende factoren:
 - kleinere leefeenheden, minder "familie"maaltijden, meer ouderen in tehuizen, meer werkende vrouwen. Dit leidt allemaal tot een groter aandeel van voorbereide maaltijden.
2. De relatie voeding/gezondheid zal in bredere kring bekendheid genieten. De gemiddelde consument zal meer kennis hebben over voeding. De ontwikkeling van de medische diagnostiek zal leiden tot een individualisering van voedingsadviezen. Vanwege de nutritionele labelling die doorgevoerd gaat worden, is de consument daardoor in staat zijn eigen pakket "gezonde" voedingsmiddelen te kiezen.
3. Het gebruik van laagcalorische en gekoelde kant en klaar voedingsmiddelen zal toenemen. Misschien komt er een ontwikkeling naar voeding die stemmingen beïnvloedt.
4. Het blijkt steeds weer dat ondanks kennis en goede wil, het moeilijk is om de richtlijnen goed te volgen in de dagelijkse sociale context. Kwaliteitsverbetering van produkten is essentieel om dit te doorbreken.
5. De bevindingen zijn voldoende overtuigend om maatregelen te nemen. Het onderzoek zal zich meer en meer moeten richten op de consequentie van voeding voor het individu.

Dr O. Korver
URL Vlaardingen
26-10-1988



STAATSTOEZICHT OP DE VOLKSGEZONDHEID

geneeskundige hoofdinspectie van de volksgezondheid

Sir Winston Churchilllaan 362
Rijswijk
Telefoon (070) 407911
Telex 31680 wvcnw nl
Telefax (070) 405394

Aan Prof.Dr. J.G.A.J. Hautvast
Landbouwwuniversiteit
Wageningen
De Dreijen 12
6703 BC Wageningen

Correspondentie uitsluitend:
Postbus 5406
2280 HK Rijswijk

Uw brief d.d. 11-10-'88

Uw kenmerk PV/JH/BD/U88-654

Ons kenmerk GHI/NBZ/VV 8943

Doorkiesnummer: 070-(40).....5848

Rijswijk, 9 november 1988

Onderwerp toekomstscenario eetgedrag

Volgens afspraak treft U bij deze een korte verhandeling aan over het eetgedrag in de toekomst. Zoals in de inleidende passages is aangegeven, heeft het document geen wetenschappelijke pretenties. Gaarne laat ik aan U over te bezien of deze bijdrage het beste separaat dan wel verwerkt in een groter geheel kan worden gepubliceerd.

de Geneeskundig Inspecteur i.a.d.
voor de niet-besmettelijke ziekten
en de verkeersveiligheid

J.J.L. Pieters, arts

Bijlagen: 1

Eetgedrag in de toekomst

Futurologie is een bezigheid die de qualificatie wetenschap eigenlijk niet verdient. Zelfs relatief eenvoudige processen zoals het verloop van de bevolking of van meteorologische omstandigheden blijken telkens weer anders uit te pakken dan was voorspeld. Kennelijk lukt het maar zeer ten dele om de doorslaggevende factoren a priori te identificeren. Naarmate het onderwerp complexer van aard is, neemt de voorspelbaarheid van toekomstige ontwikkelingen af.

Het eetgedrag in de toekomst is bij uitstek een thema waarover vrijelijk gespeculeerd kan worden, omdat de kennis aangaande de determinanten rudimentair is. Niet alleen is het terrein als object van onderzoek nog onvoldoende geëxploreerd, ook de kwaliteit van de beschikbare informatie laat te wensen over.

Wel is aannemelijk gemaakt dat, met het oog op gedragsbeïnvloeding, eetgedrag moet worden gespecificeerd naar concrete onderdelen, zoals de vleesconsumptie, het gebruik van light-producten, e.d.

In het algemeen kunnen drie clusters van gedragsdeterminanten worden onderscheiden: de attitude, de sociale omgeving en praktische (on)mogelijkheden.

Volledigheidshalve zij hieraan toegevoegd dat het fysiologische hongergevoel veel meer een prikkel vormt om te gaan eten dan een bepalende factor bij de productkeuze.

De attitude is te beschouwen als de resultante van alle voor- en nadelen die een individu aan een specifiek eetgedrag toekent. Factoren die hierbij een rol spelen zijn de organoleptische kwaliteiten van producten, gezondheidkundige overwegingen en levensbeschouwelijke opvattingen.

Naast de attitude speelt de sociale invloed een belangrijke rol bij het eetgedrag. De kern hiervan zijn de verwachtingen van familie, vrienden, klasgenoten, e.d. ten aanzien van het gedrag van de betrokkene, al of niet expliciet uitgesproken.

Praktische (on)mogelijkheden omvatten individugebonden kenmerken, zoals (gebrek aan) kennis of doorzettingsvermogen; en externe productgebonden factoren als verkrijgbaarheid, prijs, houdbaarheid en bereidingsgemak.

Uit de omstandigheid dat de meeste van deze factoren in sterke mate tijdgebonden zijn, zou kunnen worden afgeleid, dat veranderingen in eetgedrag in de toekomst vrijwel onontkoombaar zijn.

Belangrijk maatschappelijke ontwikkelingen in deze zijn de steeds verder reikende technologische mogelijkheden en het toenemend milieu- en gezondheidsbewustzijn.

Momenteel is er een hausse in energie-arme voedingsmiddelen, de zogenaamde "light"-producten. Naar het zich laat aanzien, zal deze trend nog wel enige tijd aanhouden. In al zijn innerlijke tegenstrijdigheid is immers de suggestie dat je kunt blijven eten zonder dik te worden, praktisch onweerstaanbaar.

Wetenschappers, beleidsmakers en voedingsvoorlichters zijn het er over eens dat de vetconsumptie moet worden teruggedrongen. Voorzover dat binnen de technische en commerciële mogelijkheden ligt, zullen de levensmiddelenproducenten stellig aan deze wens tegemoet komen, vooral wanneer de gemodificeerde producten van een gezondheidsclaim mogen worden voorzien.

De Nederlandse regelgeving staat dat op dit moment niet toe. Het is evenwel niet denkbeeldig dat de openstelling van de Europese grenzen in 1992 zal leiden tot een versoepeling van het aanprijzingsbeleid.

In hoeverre tegelijkertijd ook het eetgedrag in de gewenste richting zal verschuiven is moeilijk aan te geven. Een reductie van de vetconsumptie tot gemiddeld 35 energieprocenten in het jaar 2000 lijkt het maximaal-haalbare. De P/S ratio die momenteel erg laag is (0,44) zal tegelijkertijd in gunstige zin veranderen*.

Deze ontwikkeling zou nog kunnen worden versterkt wanneer er meer zekerheid komt over de heilzame invloed van enkelvoudig onverzadigde vetzuren (cis- en trans-vetzuren) op de cholesterol-stofwisseling.

Het aandeel van mono- en disacchariden in de totale koolhydraatopname bedraagt gemiddeld 50%. Wanneer de richtlijnen goede voeding enig effect hebben, zal het gebruik van enkelvoudige suikers afnemen, terwijl tegelijkertijd de opname van samengestelde koolhydraten enigszins toeneemt. Deze ontwikkeling wordt ondersteund door de eerder genoemde "light"-rage, waarbij de industriële toepassing van suikers grotendeels is vervangen door zoetstoffen, b.v. in frisdranken.

De bijdrage van eiwit in de energievoorziening is momenteel aan de royale kant (13,4%). Een belangrijk deel hiervan is van dierlijke herkomst. Slechts ca. 1% van de bevolking volgt een vegetarische levenswijze. Te verwachten valt dat geleidelijk aan meer mensen hun vleesconsumptie zullen beperken; de hogere sociaal-economische lagen van de bevolking zullen hierin voorgaan. De effecten van deze ontwikkeling op de nutriëntenvoorziening zijn overigens bescheiden.

Voor wat de product-herkomst betreft, blijft de vraag naar convenience foods enerzijds en zuivere natuurproducten anderzijds moeilijk verenigbaar.

*De verhouding meervoudig onverzadigde: verzadigde vetzuren.

Recent onderzoek heeft uitgewezen dat ook biologisch-dynamisch gekweekte voedingsmiddelen lang niet altijd van vreemde smetten vrij zijn. Het zuiverheidsaureool rond deze producten lijkt af te brokkelen. Mede gezien de relatief hoge prijs die de consument moet betalen, zullen deze producten op de lange duur waarschijnlijk geen belangrijk marktaandeel vormen.

Daarentegen groeit de betekenis van samengestelde gerechten in het voedingspakket, vooral vanwege het bereidingsgemak. Dit gaat ten koste van de aankoop van afzonderlijke producten. Aardappelen en knolgewassen zullen het verloren gegane terrein niet terugwinnen, evenmin als graanproducten en bindmiddelen. Wel ligt een zekere herwaardering van peulvruchten in het verschiet. Groenten en fruit handhaven of versterken hun toch al sterke positie.

Binnen de zuivelsector, neemt het gebruik van vetarme producten toe ten koste van de vetrijke; alleen kaas vormt hierop een uitzondering. Zichtbare vetten zullen voor een deel worden vervangen door oliën, zeker als daaraan een gezondheidslabel komt te hangen.

De opmars van noten, zaden en snacks gaat verder. Alleen het tamelijk hoge prijsniveau vormt voor de minder-bedeelden (nog) een barrière. Het industrieel en huishoudelijk gebruik van suiker zal drastisch afnemen, zeker als dienaangaande ook de regelgeving wordt aangepast. Daarentegen blijven gebak, koekjes en dergelijke producten een grote aantrekkingskracht uitoefenen.

Tenslotte kan een enkel woord over het alcoholgebruik niet uitblijven. Te verwachten valt dat er een einde zal komen aan de voortdurende stijging van de alcoholconsumptie gedurende de na-oorlogse periode. Daarbij zijn evenwel belangrijke sociale verschillen in het geding. Op grond van de toenemende kennis over de schadelijke effecten van alcohol op de gezondheid, zal in de hogere sociale klassen het gebruik gaan afnemen. Nu al valt op recepties tijdens kantooruren de opmars van jus d'orange en andere alcoholvrije dranken waar te nemen. Het zal evenwel nog vele jaren duren voor deze trend ook in de onderste lagen van de maatschappij is doorgedrongen.

PRODUKTSCHAP VOOR GROENTEN EN FRUIT

ETEN IN HET JAAR 2000

1. Naar mijn mening zal het eetgedrag in het jaar 2000 afwijken van het huidige eetgedrag. Men zal minder eten. Anders dan nu zullen over tien jaar veel meer vrouwen aan het arbeidsproces deelnemen. Dat betekent minder tijd voor de huishouding, voor de keuken, dus kant en klaar maaltijden opwarmen in magnetron.
2. De grotere kennis over de relatie voeding en gezondheid zal het eetgedrag wel dagelijks beïnvloeden. Minder vet, suiker en zout ligt in de lijn der verwachtingen. Onbewerkte produkten en produkten zonder toevoegingen zullen de voorkeur krijgen. Gezonde levensmiddelen zijn naar mijn mening magere produkten en produkten met veel vezels o.a. groenten en fruit.
3. Veranderingen in het eetpatroon zullen zich vooral uiten in verlaging van de vetconsumptie (magere zuivelprodukten), minder dierlijk eiwit, met uitzondering van vis (niet-vette soorten) en meer groenten en fruit.
4. Ik vind mijn eigen eetpatroon redelijk verantwoord. Dat patroon behelst, niet te veel, gevarieerd, weinig vet (karnemelk), vezelhoudend (fruit, bruin brood).
Bedreiging zijn de "tussendoortjes". Kleine concessies, omdat het zo lekker is, moeten kunnen.
5. De bevindingen van de voedingswetenschap vind ik voldoende duidelijk. Daarmee zijn we er echter niet. De commercie zal altijd alles willen verkopen waaraan verdiend wordt, ook al staat het vast dat het ongezond is. Een voorbeeld is reclame voor sigaretten. Een ander voorbeeld is reclame voor margarine met onverzadigde vetzuren vanwege cholesterol, dus een appèl op het gezondheidsimago terwijl dezelfde firma ook de meest vette produkten vol met verzadigde vetzuren aanprijst.
Het propageren van gezonde eetgewoonten kan daarom niet toevertrouwd worden aan het bedrijfsleven maar zal moeten gebeuren door onpartijdige niet-commerciële instanties zoals het Ministerie van Volksgezondheid, het Voorlichtingsbureau voor de Voeding etc..
De voedingswetenschap zal door meer onderzoek nog meer kennis en inzicht moeten vergaren om nog overtuigender bij de consument over te komen. Er zal op gelet moeten worden dat niet ten onrechte het gezondheidsargument wordt gebruikt (b.v. light products).

Den Haag, 13 januari 1989
DIV
A:\DIV\DIV.1



PRODUKTSCHAP VOOR VIS EN VISPRODUKTEN

Algemeen Secretariaat gevestigd in het Visserijcentrum te Rijswijk

Treubstraat 17
Postbus 72,
2280 AB Rijswijk
Tel. 070-949383
Telexnr. 32490
Telefaxnr:
070-999426

Landbouwniversiteit Wageningen
Vakgroep Humane Voeding
T.a.v. mw. Ir. P. van der Veeke
Gebouw "Biotechnion"
Postbus 3129
6700 EV WAGENINGEN

uw schrijven: PV/JH/BV/U88-654
d.d. 01-09-1988
onderwerp: Onderzoek Eetgedrag in de
toekomst
ons kenmerk: 00027/59.6/DL/JN/j890110

Rijswijk, 5 januari 1989

Geachte mevrouw Van der Veeke,

Hierbij doe ik u de beantwoording van de door Professor Hautvast bij bovenvermelde brief gestelde vragen toekomen.

Mijn excuses voor de vertraging, welke niet in de laatste plaats is veroorzaakt door de turbulente gang van zaken in onze sector.

Hoogachtend,

PRODUKTSCHAP VOOR VIS EN VISPRODUKTEN,

Drs. D.J. Langstraat
(voorzitter)

Bijlage: 1

Drs. D.J. Langstraat: Vis, een kansrijke produktgroep voor de toekomst

Er zijn twee redenen welke aanleiding vormen voor de uitspraak dat vis een kansrijke produktgroep voor de toekomst is.

De eerste reden is dat een toenemend aantal wetenschappelijke onderzoeksprojecten, zowel nationaal als internationaal, gericht is op de relatie visconsumptie en gezondheid. Merkwaardigerwijs wordt dit onderzoek overigens niet gecoördineerd.

Er bestaat geen wetenschappelijk verschil van mening over de stelling dat vis in de voeding een uitstekende eiwitbron is en uit oogpunt van voedingsvariatie zeker is aan te bevelen. Veel onderzoekers komen op grond van hun gegevens tot de conclusie dat visconsumptie bevorderlijk is voor de gezondheid (verminderd risico op hart- en vaatziekten, struma-preventie, enz.). Magere vis is bovendien calorie-arm. Dit laatste neemt overigens niet weg dat vette zeevissoorten vanwege de speciale vetzuursamenstelling beschouwd worden als gezonde producten. In sommige landen (met name de Verenigde Staten en Duitsland) doet het makreeldieet opgang.

Bij deze positieve verwachting passen echter enkele kanttekeningen. Er zijn ook wetenschappers die van mening zijn dat de onderzoeksgegevens nog onvoldoende zijn om tot harde conclusies te komen. Dit geldt met name voor afname van het risico voor hart- en vaatziekten. Ze sluiten echter niet uit dat op de lange duur de consumptie van vis enig effect heeft.

De ervaring heeft geleerd dat de consument uiterst gevoelig is voor berichtgeving inzake vervuiling van de zee. Alhoewel wetenschappelijk is vastgesteld dat zeevis (behoudens de onderdelen schelvis- en kabeljauw-lever) en de meeste zoetwatervissoorten ruimschoots aan de normen voldoen, heeft vrijwel iedere publiciteitsgolf over vervuiling van de Noordzee of visziekten tot resultaat een daling van de omzet. De indruk bestaat dat het negatieve schokeffect op visconsumptie aanzienlijk langer duurt dan het negatieve effect van publiciteit rondom ondeugdelijk vlees (hormonen bijvoorbeeld). Kennelijk is er sprake van een selectief milieubewustzijn. Men stapt sneller over de bezwaren heen wanneer men meer gewend is het produkt te bereiden.

Onbekendheid met de verschillende bereidingswijzen, respectievelijk gemakzucht ("vis is zo moeilijk klaar te maken, vis heeft graten") is zeker een rem op de consumptie (de grootkeuken is hierbij buiten beschouwing gelaten). Presentatie van vis en visprodukten in de vorm van gemaksvoeding (convenient food) kan hierin verandering brengen. Dit zou overigens goed aansluiten bij de verwachting dat in zijn algemeenheid de trend naar gemaksvoeding verder door zal zetten en wel om twee redenen:

- het toenemende aantal tweeverdieners en
- onvoldoende (zelf)scholing in het koken.

Dit laatste zou parallel kunnen lopen aan de algemene tendens om minder te lezen. Hierbij zij opgemerkt dat daarentegen wel bij een beperkte groep steeds meer interesse bestaat voor koken. Deze is koken als een cultus gaan zien. Die groep zal niet alleen via de verkrijgbare receptuur proberen thuis er wat meer van te maken, maar zal de vis als culinair produkt in de restaurants weten te waarderen. Wat dit laatste betreft verwacht ik dat de tendens van meer vis op de menukaart van de restaurants (voor de meeste toprestaurants is vis al het belangrijkste produkt) zal doorzetten. Het imago van vis als delicatessen kan overigens ook weer een stimulerend effect op de consumptie thuis hebben.

Voor mij is vis een belangrijk onderdeel van het menu. Ik eet het gemiddeld 2 tot 4 keer per week. Met name wanneer vis in de oven wordt bereid of wordt gepocheerd (in beide gevallen is sprake van niet of weinig toevoeging van vet) zie ik vis gecombineerd met veel groenten als een gezond en vooral ook heerlijk voedingsmiddel.

Vis biedt een zee van culinaire mogelijkheden. Tot die conclusie ben ik, die van huis uit is grootgebracht met weinig vis in het consumptiepakket, gekomen.

j890110

Prof. dr. C. den Hartog
Van Balverenweg 12 6721 ZW Bennekom

Betr.: PV/JH/BD/U88-654 dd. 11.10.88

1. In 12 jaar zijn geen schokkende veranderingen te verwachten. De tendens van meer vrouwen in het arbeidsproces zal echter zeker veranderingen geven. Toenemen van het aantal bejaarden zal eveneens van belang zijn. De behoefte aan meer kant-en-klaar maaltijden en kleinere verpakkingen zal toenemen.
2. Gezonde voeding zal een grotere rol gaan spelen. Ten aanzien van gezond zal er een misvatting blijven. Gezondheid zal zich projecteren op het voedingsmiddel zonder begrip dat het de totaliteit van de voeding is of men al of niet gezond eet. Ongezonder is geen enkel voedingsmiddel. Enkele voorbeelden: suiker is niet ongezond mits enz. (het meest eenzijdige voedsel dat we kennen). De vroeger geprezen spinazie zal beperkt moeten worden gegeten. Boter is zijn glorie kwijt. Margarine wordt aangepast aan de huidige inzichten van een goed vet.
3. Ongetwijfeld kant-en-klaar producten gezien de verandering in leefwijze, die zich voortzet. Supermarkten gaan de keuze mee bepalen. Zeker zal er onevenwichtigheid blijven door gebrek aan kennis. Ook het platteland zal erin gaan delen. Tradities zullen verminderen. Voor een deel worden ze omgezet in blik, pot en diepvries, vooral groenten. Een deel zal blijven. De groenteman verkoopt in ons dorp zelfs schorseneren. Verse groenten zullen voor een belangrijk deel blijven, ook verse vruchten.
4. Ik zou me schamen als het niet zo was. Eten met grote variatie en een voeding zoals die wordt aanbevolen. Het is zeer onwaarschijnlijk dat ik het jaar 2000 haal.
5. De organisatie die zich daarmee intensief bezig houdt, is het Voorlichtingsbureau voor de Voeding. Contacten tussen deze organisatie en de onderzoekers is onontbeerlijk. Opvattingen over voeding kunnen zich wijzigen al naar de verkregen kennis. Blijvend zal studie en bijstelling van het eetgedrag nodig zijn. In de overgangssituatie van de huidige leefpatronen blijft studie nodig. Studies naar inzicht en kennis dienen blijvend te zijn.

31 okt. 1988

Prof. Dr. Ir. W.J. Beek

EETGEWOONTEN

Sprekend over eetgewoonten denk ik dat de trend naar privatisering of de bescherming van de eigen levenssfeer daarop veel invloed zal hebben. Die trend betekent méér zorg voor de huiselijke sfeer en afscherming daarvan van een steeds anoniemere buitenwereld. Het betekent ook zorg voor het welzijn van hen die men als zijn naasten kiest, niet in het minst voor hun gezondheid.

Dus, kritiek op het gehannes met ons drinkwater en het chemisch oppeppen van ons levensmiddelenpakket zal bij ons blijven. Individueel weet men wel dat niet één product maar het dieet de voedingswaarde bepalen, maar een ieder die het betoog ook over één produkt wenst te voeren blijft gehoor krijgen.

De anonieme buitenwereld, die mensen volgens de mensen niet als mensen behandelt, die je laat vallen of voortijdig afschrijft, die ellendige stresssituaties laat voortbestaan en waarin niets meer zeker is, vraagt om individuele voorzorgen: sparen, opties openhouden en slim manoevreren zonder je te committeren, zelfs indien de hand moet worden gelicht met maatschappelijke normen die vader en moeder nog voorstonden. Preventief gedrag zal aandacht houden, vooral de voeding in relatie tot gezondheid en mogelijke effecten op lange termijn zullen de media voeden met stof voor aandacht.

Vet en de eenvoudige koolhydraten zullen de uitverkoren kandidaten zijn om "er iets tegen te doen". De voorgenomen onbezonnen reactie van de industrie van margarine, olieën en vetten om deze marktvraag te vertalen in het aanbieden van (dure) vetvervangers, die niet door het lichaam opgenomen worden en dus niets anders te betekenen dan algehele vervuiling, zal de mening bevestigen dat vet so-wie-so slecht is én de opvatting dat onze voeding te chemisch is geworden verstevigen. Bovendien zal zulk een reactie, alle rationalisaties ten spijt, menigeen overtuigen dat de ethiek van de voedingsmiddelenfabrikant niet verder gaat dan gewoon lekker en gezond geld verdienen.

Privatisering betekent ook méér experimenteren rond de maaltijd, in het gebruik van ingrediënten en in de bereiding in de keuken. De keuken zal een belangrijker plek in het huis worden, hoe het huishouden ook is opgezet. Het is jammer dat dit nog niet tot de architecten van onze volkshuisvesting is doorgedrongen (die in het algemeen weinig ook blijken te hebben voor maatschappelijke trends), maar mensen zijn gelukkig creatief als het erom gaat met de defecten van onze instituties te leven. Het is dan ook de vraag hoezeer een ogenschijnlijke trend naar meer geheel voorbereid voedsel, vaak met de structuur van pap (vergelijk het industriebrood) zich zal voortzetten. Eerder zal het kopen van producten, die thuis verder worden bereid, toenemen. De uitzondering hierop ligt wellicht bij de ouderen in een vergrijzende en niet zo zorgzame samenleving, die soms vroeg de interesse in het bereiden van voedsel en daarna in het opdienen daarvan verliezen.

Ik bestrijd dat dit algehele en kort geschetste beeld van cultuurpessimisme getuigt. Het is de winst in onze ogenschijnlijke verzorgingsstaat dat mensen meer en meer beseffen niet te kunnen vertrouwen op onze "systemen" en dus zelf het leven moeten maken dat zij zelf van waarde vinden.

EETGEDRAG IN DE JAREN NEGENTIG EN DAARNA

Dr J.J. van Binsbergen, huisarts te Brielle

Medici worden dagelijks geconfronteerd met pathologie die in meer of mindere mate aan voeding is gerelateerd. Zowel in curatieve alsook in preventieve zin worden voedingsadviezen gegeven. Overigens blijken speciale voedingsvoorschriften aan patiënten veelal overbodig. Strengere, ongenueanceerde dieetadviezen geraken op de achtergrond. Reden temeer voor (huis)artsen, zich tot advocaten van goede voeding in algemene zin te gaan rekenen. Nu zijn voedingsadviezen op individueel of collectief niveau alleen dan zinvol als de betrokkenen in staat worden gesteld een verantwoorde keuze te maken. Daar is thans geen sprake van. De voedingskennis van de consument wordt wel heel sterk op de proef gesteld. De overweldigende^{nde} hoeveelheid beschikbare voedingsmiddelen met onduidelijke samenstelling en de misleidende reclame-activiteiten dreigen zelfs de meest kritische koper zand in de ogen te strooien. Toch heeft de moderne voedingswetenschap een enorme bijdrage geleverd aan het antwoord op de vraag: "wat is nu gezonde voeding?". Dat een groot deel van de boodschap verloren dreigt te gaan, ligt niet alleen aan het genoemde gebrek aan kennis bij de consument. Een andere oorzaak is gelegen in het feit dat de warenwet niet is aangepast aan de nieuwe inzichten. Men denke hierbij bijvoorbeeld aan een wettelijk verplichte norm voor de natrium/kalium verhouding of de P/S ratio van verpakte, bedrijfsmatig bewerkte voedingsmiddelen. Of stringente bepalingen ten aanzien van de maximaal toelaatbare hoeveelheid dierlijke bestanddelen dan wel een wenselijke hoeveelheid voedingsvezel. Behoudens het bovenstaande zal er ook een mentale verandering rond het eetgedrag moeten optreden. In de geest van: "van spinazie wordt je sterk", moeten er mogelijkheden bestaan, gefundeerde voedingsadviezen over het voetlicht te krijgen. Door massaal "de maaltijdschijf" te propageren, zal de animo voor nutteloze, hoog geraffineerde produkten afnemen. Het gebruik van hoofdzakelijk plantaardige, vetarme voeding, bereid uit natuurlijke, onbewerkte produkten, moet ook psychologisch gekoppeld worden aan gezondheid. Goed voorgelicht, zal de consument naar gezondere voedingsmiddelen gaan vragen. Alleen dan zal de levensmiddelenindustrie geïnteresseerd worden verantwoorde voedingsmiddelen op de markt te brengen. Bovendien kan in dit verband een begrijpelijke etikettering

met voortvarendheid ter hand worden genomen. Samenvattend kan men stellen dat het eetgedrag zich in de jaren negentig zal wijzigen langs de Richtlijnen goede voeding van de Voedingsraad. Deskundigheidsbevordering van alle belanghebbenden is hiertoe de drijfveer.

Ook vanuit een geheel ander gezichtspunt bezien zal de verandering van ons voedingspatroon na en ver na de eeuwwisseling, een belangrijke zijn. Deze zal - anders dan thans het geval is - worden bepaald door de ecologische beperkingen op mondiaal gebied. De gehele wereldbevolking - circa zes miljard mensen - moet immer van een goede voeding worden voorzien. Bovendien zal de vraag naar dit basisvoedsel juist in de zogenaamde "derdewereld landen" explosief toenemen; 90% van de vermeerdering van de wereldbevolking in de komende decennia, zal daar plaatsvinden. Onbossing, uitputting van de grond en dus van de gewassen dreigt. Nieuwe produkten moeten worden ontwikkeld. Factoren als ruimtelijke ordening, economische maar ook klimatologische omstandigheden nopen tot versobering teneinde energieverspilling tegen te gaan. Het is maar zeer de vraag of wij onder die omstandigheden ons "overconsumptiepatroon" kunnen voortzetten. Verschaling van de keuzemogelijkheden, brengt de noodzaak van inzicht met zich mee. Het teloor gegane natuurlijke, bij overlevering ontwikkelde instinct voor een uitgebalanceerde voeding, zal opnieuw moeten worden aangeleerd. Al met al: Voedingsleer wordt weer een verplicht vak.

Brielle, november 1988

Dr. J.W. van Ree

De voeding van de Nederlander in het jaar 2000 wordt in belangrijke mate bepaald door twee factoren, nl.

1. toenemende centrale produktie
2. toenemende centrale controle op kwaliteit

Met de verandering van mobiliteit van mannen en vrouwen in de toekomstige maatschappij waarin beiden een rol hebben, zal de dagelijkse voeding kant en klaar gekocht worden. Hierdoor wordt de sociale functie van het eten niet verminderd, maar juist geaccentueerd omdat "gaan eten" en "uit eten" de huidige specifieke, sociale rol gaat overnemen. Met het vergrijzen van de populatie zal dat deel van de populatie dat voor produktie en verzorging ("nationaal inkomen") weinig tijd hebben om de maaltijden zelf te verzorgen. Trouwens het inkomen van de toekomstige werkenden zal zo groot zijn dat dit goed betaalbaar zal zijn.

Doordat niet meer voor eigen voedselbereiding wordt gezorgd is de verantwoordelijkheid voor kwaliteit en samenstelling gedelegeerd. Op basis van wetenschappelijke kennis en consensus wordt kwaliteit gedefinieerd en door consumentenorganisaties gecontroleerd. Omdat waardering voor smaak van voeding voor een belangrijk deel ontstaat door conditionering in de jeugd zal individuele voorkeur door een uitgebreide keuze van maaltijden mogelijk blijven. Deze grote keuze komt tegemoet aan de behoefte voor individualisering zoals die zich in de toekomst nog sterker zal presenteren. Het oplossen van het konflikt tussen deze centrale produktie en behoefte aan individualisering zal een van de belangrijkste opgaven zijn. Ook zal het steeds duidelijker worden dat kwaliteit uiteindelijk geen keuze van het individu is, maar dat de keuze vooral wordt bepaald door "smaak". Hierdoor komt de collectieve verantwoordelijkheid voor gezonde voeding nog sterker naar voren en zal centrale controle op kwaliteit plaatsvinden.

Restaurant
De Echoput

ance restaurant

Apeldoorn, Amersfoortseweg 86, 7346 AA Hoog Soeren. Telefoon: 05769-248

Ir. Pauline van der Veeke
Landbouwniversiteit Wageningen
Vakgroep Humane Voeding, gebouw 'Biotechnion'
Postbus 8129
6700 EV WAGENINGEN

Apeldoorn, 1 november 1988

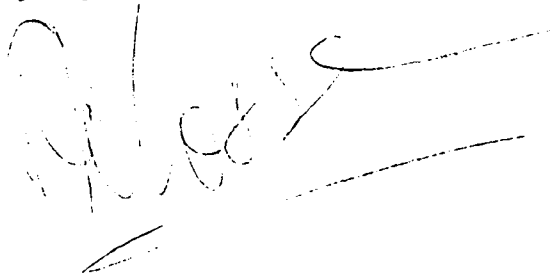
Geachte mevrouw Van der Veeke,

In het kader van Uw onderzoek 'Eten in het jaar 2000', ontvangt bijgaand mijn bijdrage, waarvan ik hoop dat deze voor U bruikbaar zal zijn en niet te laat is.

Mocht U nog nadere toelichting wensen, dan kunt U mij altijd even bellen. Ik ben nieuwsgierig naar de uitkomsten van een en ander en zou graag te zijner tijd een exemplaar van het rapport ontvangen.

Met vriendelijke groet,

P.R. Klosse



ONDERZOEK: EETGEDRAG IN DE TOEKOMST,
van de Landbouwniversiteit Wageningen

Wanneer wij op dit moment kijken naar 'modern eetgedrag', dan zien wij -naar mijn mening- een aantal trends, die zelfs in eerste instantie met elkaar strijdig zijn.

Enerzijds is er een duidelijke ontwikkeling naar sneller, sneller. De tijd die men bereid is te besteden aan het bereiden van maaltijden wordt minder.

Anderzijds is er een behoefte naar beter, beter. Het kwaliteits-bewustzijn van de nederlandse consument is de laatste jaren sterk toegenomen en zal zich nog verder ontwikkelen. De consument wordt steeds kritischer ten aanzien van de kwaliteit van de voeding en de samenstelling van het voedingspakket.

Deze ontwikkelingen staan nu nog bijna haaks op elkaar, maar zullen naar elkaar toe (moeten) groeien. Een aantal ontwikkelingen zullen daarbij een rol spelen:

- het op de markt komen van de nieuwe kant-en-klaar-maaltijd. De maaltijd van hoge kwaliteit die in een magnetron opgewarmd kan worden;
- een nieuw type restaurant/catering service, die maaltijden ook thuis brengt maar waar ook snel, maar goed gegeten kan worden;
- bestaande, kwaliteitsbewuste producenten van voedingsmiddelen zullen steeds meer aandacht besteden aan gebruikte ingredienten, en met name chemische toevoegingen.

De ontwikkeling van de produktgroepen, is een gevolg van de ontwikkeling van de voorkeur van de consument. Deze zal verschuiven in de richting van produkten die zuiver en gezond zijn. Ik denk daarom dat er gesproken kan worden van een algemene tendens in alle produktgroepen. En ik hoop dan dat het produkten weer zal opleveren met de eigen kenmerkende en volle smaak.

Wat mijn eigen eetpatroon betreft: ik eet bijna alleen verse, en het liefst zuivere produkten, nauwelijks convenience-goederen. Ik probeer kunstmatige toevoegingen in produkten te vermijden, maar realiseer mij dat ik in een bevoorrechte positie verkeer om dergelijke voorwaardes voor mij zelf te stellen.

Tot slot: het lijkt wel alsof vaak resultaten van onderzoek geen eenduidige resultaten opleveren, in elk geval niet op consumenten-niveau. Voeding, voedingspatroon en voedingsgedrag is natuurlijk een hele complexe materie met name omdat het zich zo op individueel niveau afspeelt. Toch zou de consument gebaat zijn bij een brede kennis van de stand van de technische kennis, zodat men zelf zijn conclusies kan trekken. Goed voorlichtingsmateriaal, massaal verspreid is dan onmisbaar.

drs P.R. Klosse
Restaurant De Echoput

Eetgedrag 2000 !!!!

Zeker zal er geleidelijk een bewustwordingsproces ontstaan, (men is hiermee reeds gestart) rond de eetcultuur.

De samenleving wordt meer en meer geconfronteerd met de problemen ontstaan door de versnelling in groeiprocessen, kleuren en verfraaiingen.

De kwaliteit is enorm aangetast en met de mens zal het net zo gaan als er niets gebeurd.

Het element gezonder eten is eigenlijk een verkeerd gekozen uitgangspunt, men wil "veilig eten", en eventuele gevolgen van onze voeding uitbannen, we zoeken naar wegen om dit te beïnvloeden.

De welvaart zorgt voor het aanbod en mogelijkheden, de wereld wordt steeds "kleiner", de produkten van alle werelddelen in een dag op je bord !!!

Wat men allemaal niet doet om het er zo fraai mogelijk uit te laten zien, kleuren, spuiten, onrijp plukken, forceren, vriezen, vacumeren, conserveren en altijd die toevoegingen van negatieve stoffen.

Produkten als vlees en gevogelte zullen in de toekomst alle zeilen bij moeten zetten om zich te handhaven de negatieve uitstraling veroorzaakt door fokmethodes en hormonen alsmede de manier van omgang met het dier krijgen minder begrip.

De achtertuin zal meer aandacht krijgen om de recreatie en gezondheid te waarborgen.

Als we kijken naar mijn eetpatroon, wetende dat ik dagelijks met eten omga (restaurant) komt het woord zeldicipline meer en meer in beeld, niet alleen de hoeveelheid voeding telt maar ook de combinatie van spijs en drank, met andere woorden vetten, olie alcohol koffie en ook roken hoort daarbij.

De voorlichting hieromtrent is veel te sumier en nog erger, hoe bereik je de groep uit de sameleving die zich (nog) niet bewust is van voeding.

De restaurants, snackbars maar ook de fabrikanten van levensmiddelen verstreckende bedrijven, moeten hun kennis omtrent deze zaken ten dienste stellen van de aanpassingen.

Geld speelt hier altijd een rol het is altijd een rol het is goedkoper met surrogaten te werken dan met echte produkten en smaken.

Resumé : Het bord sla, de appel en minder mayonaise zijn niet voldoende om het eetpatroon om te buigen. De bewustwording is van grootste belang.

Een lange weg te gaan, maar we hebben nog mogelijkheden voor 2000 !!!!

Het is opmerkelijk dat talrijke spreekwoorden en/of gezegden in de Nederlandse Taal, die naar vet verwijzen een betekenis hebben in de sfeer van rijkdom, weelde, wenselijkheid:

de os is er vet (het is er goed van eten en drinken)

het oog van de meester maakt 't paard vet

het is altijd vet in andermans schotel

een klontje boter in de pap (een buitenkansje)

er de boter uitbraden (goede sier maken)

dat gaat erin als boter (met graagte).

Zelfs de bijbel spreekt van de zeven vette jaren en de zeven magere jaren en van zeven koeien, die de farao in zijn droom uit de Nijl zag komen, schoon van aanzien en vet van vlees (Gen. 41:2).

Dit is dus totaal in tegenstelling tot de negatieve connotatie die heden en sinds kort aan vet wordt verbonden door afslankers, gezondheidsvoorlichters, populaire media e.d.

Volgens Drewnowski wordt de acceptatie van voedsel in belangrijke mate bepaald door de sensorische eigenschappen die verband houden met het vet in een produkt. Vooral de combinatie van vet en zoet scoort bijzonder hoog. Voor suiker is er een soort breukpunt bij 10 % w/w waar voorbij de waardering sterk daalt. Voor vet daarentegen kan zelfs nog verder dan 40 % w/w worden gegaan zonder dat een afname van de preferentie wordt gezien. Voor de consument kan het bewustzijn dat een produkt vet is leiden tot een negatieve attitude en een mogelijke "health bias". Dit kan tot problemen leiden: de consument kan een preferentie kenbaar maken voor gezondere, magere produkten maar in feite die produkten sensorisch onaanvaardbaar vinden. Het is deel van de menselijke natuur lippendienst te bewijzen aan het goede maar het plezierige na te streven. Nieuwe produktontwikkeling zal dus zowel sensorische, als attitude-factoren moeten meenemen. Smaakvoorkeur voor zoet is waarschijnlijk een aangeboren menselijk trekje. Echter de preferentie voor vet wordt pas later in het leven aangeleerd. Beide zijn gelieerd aan "snacking behaviour". Vetbeperking zal op de korte termijn alleen enigszins slagen als op andere wijze de smaak en consistentie van vet wordt behouden. Vetvervangers en imitatieviet zullen daarvoor worden ingezet.

De V & G industrie is overigens zelf in niet onbelangrijke mate mede schuld aan de verwarring van de consument door de zogenaamde negatieve claims. Door magere en "light"-produkten te benadrukken in reclamecampagnes worden automatisch de traditionele, rijkere, vettere produkten gedenigreed. Dit leidt tot de ondermijning van de geloofwaardigheid van de bedrijfstak: allereerst door angst- en schuldgevoelens aan te wakkeren en tevens door beloften te bieden die niet worden waargemaakt. Een voorbeeld: als de dieetmargarine inderdaad zo levensreddend is, waarom dan nog andere gemaakt? Als ik die andere margarine eet, wiens schuld is dan mijn toekomstig hartinfarct? Terughoudendheid is hier op zijn plaats. Een parallel dringt zich op met de additieven problematiek: door op een produkt te vermelden "vrij van conserveermiddel of kleurstof" worden de reguliere produkten in diskrediet gebracht. Negatieve claims wakkeren de chemofobie en in geval van vet de "lipofobie" en de "joulofobie" aan.

De toekomst is begonnen

Een aantal ontwikkelingen en inzichten hebben de laatste tijd geleid tot een aantal nieuwe velden van aandacht in het onderzoek. Ik zal deze niet in detail bespreken doch puntsgewijs aanstippen. Zij zullen, bij doorzetten en slagen zéér ingrijpend de voeding in de toekomst gaan beïnvloeden.

In belangrijke mate zijn deze geput uit de diverse FAST studies die voor de EG zijn uitgevoerd (nr. 144 (1987); nr. 180 (1987); nr. 206 (1987)). De ontrafeling van de genetische code en het door DNA mapping in kaart brengen van iemands lichamelijke karakteristieken zal ertoe leiden dat er véél specifiekere, individuele voedingsadviezen gegeven zullen gaan worden voor het bereiken van een optimale voeding. De informatica zal het mogelijk maken het erbij horende voedingspakket te selecteren en te berekenen. De oude tegenstelling van "nature or nurture" in het ontstaan van ziekten zal aldus met elkaar worden geïntegreerd.

- De samenstelling van voedingsmiddelen, plant en dier, zal aangepast kunnen worden aan de eisen die uit een oogpunt van verwerkbaarheid of consumptie worden gesteld, door genetische manipulatie danwel biotechnologie.
- Nieuwe verpakkingsmaterialen en -methoden zullen opkomen; verpakking onder gas; aseptisch bewerken; microwave of radiogolf verhitting; extrusie; toepassing van sensoren.
- Verwacht wordt een daling van het gebruik van synthetische kleur- en smaakstoffen. Het gebruik van natuurlijke of natuur-identieke materialen zal toenemen. Het gebruik van conserveermiddelen zal eveneens dalen. Voedseladditieven zullen langs biotechnologische weg worden bereid.
- Consumptie van vers/gekoeld voedsel zal verdubbelen tot het jaar 2000; diepvries zal stijgen met 25 %. Conserven zullen dalen met 25 %; een en ander in combinatie met huisbezorging en de microwave oven in het gezin.
- Het ene Europa zal leiden tot standaardisatie van voedsel etikettering en -samenstelling.
- R & D prioriteit zal worden gegeven aan biotechnologie, voeding en gezondheid en microbiologische veiligheid van voedsel.
- Belangrijke omgevings-issues vormen het over-vissen en de verontreiniging van het milieu in 1990. Op langere termijn de vergrijzing van de bevolking, behoud van natuurlijke hulpbronnen en tekort aan grondstoffen.
- Voedselbestraling zal een middelmatige invloed hebben in 2000 vooral ten aanzien van microbiologische bewaking, sterilisatie van verpakkingsmateriaal, verlenging van de bewaarduur van verse produkten en vraatcontrole in grondstoffen.
- Al deze ontwikkelingen zullen gebeuren binnen het raamwerk van een min of meer statische Europese bevolking die echter wel progressief vergrijst. Oudere eten minder en minder vaak buiten de deur maar niemand weet hoe de oudere van de toekomst zich zal gaan gedragen.
- Stijgende inkomens vragen om een grotere inhoud aan produktie en diensten in het voedsel. In combinatie met meer diversificatie in typen huishouding liggen hier mogelijkheden voor nieuwe produkten met een hogere toegevoegde waarde. De voedingspatronen in Europa zullen naar elkaar toegroeien. In het Zuiden zal vlees de huidige basisprodukten vervangen. In het Noorden zal, als gevolg van de aandacht voor gezondere voeding met de positieve effecten van vezels en de negatieve van vet, het patroon enigszins gaan in de richting van de mediterrane keuken, met een overvloed aan groente en fruit en matiger met rood vlees.
- De "hogere waarde/gezonde voeding" combinatie opent tal van nieuwe mogelijkheden voor elke schakel in de voedselketen. In de primaire produktie voor fish farming, wild, andere veerassen, nieuwe variëteiten groente en fruit en meer extensieve landbouw. In de verwerkingsfase voor toepassing van meer geavanceerde methoden die voedsel in verse toestand houden en voor een reeks van produkten zonder additieven en met een gebalanceerde voedingswaarde.

- Voortgezet onderzoek naar het werkingsmechanisme van de belangrijkste risicofactoren zal in een sterkere gerichtheid resulteren op stofwisselings- en fysiologische kenmerken. Gekoppeld aan een sterkere preventiegerichtheid zal de interesse voor de identificatie van voedsel dat bescherming biedt tegen bepaalde ziektes cq. verantwoordelijk is voor bepaalde subklinische condities bij bepaalde individuen bv. allergiën, intoleranties toenemen.
- Het belang van de natuurlijke complexiteit van voedsel zal meer en meer aandacht krijgen en worden bestudeerd. Zoals het belang van de afzonderlijke vetzuren in vis; anticarcinogene stoffen; natuurlijke toxicantia; voedingsvezel e.d. Het staat nu al vast dat niet alle verzadigd vet dezelfde werking heeft ten aanzien van de verhoging van serumcholesterol. Stearinezuur werd onlangs aangetoond als neutraal, evenals oliezuur. Betekent dit een nieuwe benadering voor dieetmargarine? Zo is ook van palmolie en olijfolie onlangs aangetoond dat de fysiologische effecten aanzienlijk gunstiger zijn dan op grond van de vetzuursamenstelling mag worden verwacht. Dit betekent meer aandacht voor de minor components. Ook de speciatie van mineralen en de onderlinge verhoudingen is zo'n punt van interesse en studie.

Slotbeschouwing

Gebrek aan vertrouwen van de consument in wetenschap en technologie zal een belangrijke karakteristiek blijven tot voorbij het jaar 2000. De vraag naar meer informatie over de samenstelling van voedsel zal zich stabiliseren. De bezorgdheid van de consument met betrekking tot de kwaliteit van het meeneemvoedsel en cafetariavoedsel zal leiden tot aanpassingen in de samenstelling. Er wordt geen formele interventie verwacht van het beleid ten aanzien van de voedingswaarde van voedsel. Marktsegmentatie zal gespecialiseerde winkels doen ontstaan voor een bepaald deel van de markt. Het gebruik van home computers zal een directere controle op het eigen voedselgebruik mogelijk maken. Thuiswinkelen zal opkomen maar geen grote invloed hebben op het assortiment. Thuisbezorging van kant en klaar voedsel wordt verwacht toe te nemen. Dit zal een uitbreiding betekenen van de huidige Chinese en Italiaanse maaltijdtypen en "burgers" tot alle soorten voedsel. Gekoppeld aan de magnetron (verhitting) in elke huishouding, werkende partners en kleinere leefeenheden, inclusief alleenstaande ouderen, zal kunnen leiden tot maximale flexibiliteit en individualisering. Paradoxaaliter, óók de consumptie van gratificatievoedsel (snacks e.d.) lijkt te zullen toenemen, parallel aan de overstap naar meer vers voedsel. De landbouw zal doorgaan op de weg naar de produktie van voedsel met een beter nutritioneel profiel, met minder of geen gebruik van hormonen, antibiotica en pesticiden (hoewel deze twee eisen wel eens met elkaar in strijd kunnen blijken), met natuurlijke geur- en smaakstoffen. Versheid over langere tijd vereist de toepassing van koeltechnieken terwijl traditionele conserveringsmethoden zullen moeten worden verfiijnd terwille van het behoud van nutriënten.

Een beter begrip van de werking van natuurlijke toxische stoffen en van de gevolgen van de toepassing van nieuwe technologieën zal leiden tot een betere risico-analyse en risico-beheersing in de voedselketen.

Produktvariatie(s), verpakkingsaanpassing, toespitsing van produkten op marktsegmenten, beheersing van het distributiekanaal, ontwikkeling van substitutie-produkten en generatie van nieuwe produkten zijn de opgaven voor de toekomst van de V & G industrie.

Eetgedrag in de toekomst

Ik richt mijn reactie op de in de brief aangegeven aandachtspunten.

1. Ongetwijfeld zal het eetgedrag in het jaar 2000 afwijken van het huidige eetgedrag. Immers, het eetgedrag is nauw gerelateerd aan maatschappelijke ontwikkelingen cq. veranderingen. In de afgelopen decennia hebben maatschappelijke veranderingen duidelijk invloed gehad op het eetgedrag: meer bejaarden, meer werkende vrouwen, meer jongeren die zelfstandig wonen, meer werkenden op grotere afstand van de woning, meer vrije tijd in de vorm van vakantie en ADV hebben geleid tot andere vormen van maaltijdgebruik dan het traditionele ontbijt, middagmaal en avondmaal.

Maatschappelijke ontwikkeling is een continu proces en inherent daaraan zijn veranderingen in eetgedrag. Ik verwacht dat de Europese eenwording in de periode tot 2000 met nog meer open grenzen enerzijds verschuivingen in het aanbod van voedsel teweeg zal brengen en tevens versnelde "ontnationalisering" zal betekenen. Indien de economische ontwikkeling doorzet en de werkgelegenheid toeneemt moet op een versterking van de behoefte aan snelle maaltijdbereiding en meer buitenshuis eten worden gerekend.

2. Ik verwacht zeker dat "de consument" nog meer dan thans beïnvloedbaar zal zijn en beïnvloed zal worden m.b.t. zowel positieve als negatieve informatie over de relatie voeding en gezondheid. Negatieve informatie zal vanwege de angst voor nadelige effecten op de gezondheid in het algemeen sneller en dieper effect sorteren dan positieve informatie. De consument zal meer voorkeur gaan uiten voor levensmiddelen waaraan zo min mogelijk chemicalien te pas zijn gekomen, zowel tijdens de produktie (bestrijdingsmiddelen, diergeneesmiddelen, hormonen) als tijdens de verwerking (additieven). Tegenwerkende krachten daarbij zijn dat "de consument" prijs zal blijven stellen op aantrekkelijke (uiterlijke) kwaliteit.

De aversie op ethische gronden tegen bepaalde vormen van produktie (intensieve veehouderij) zal toenemen.

"Ecologische" landbouwproduktie zal aanslaan: vormen van alternatieve landbouw die behalve op ecologische ook of in de eerste plaats op niet tastbare overwegingen berusten zullen beperkt van omvang blijven.

Zelf denk ik niet in termen van "gezonde levensmiddelen" maar in termen van een verantwoord eetgedrag: matig, gevarieerd.

3. Er zal voorkeur worden gegeven aan relatief vetarme en suikerarme produkten. Verse groenten en fruit blijven favoriet mits het gunstige imago niet wordt neergehaald door negatieve publiciteit over hoge nitraatgehalten, van nature voorkomende toxische stoffen, pesticide-residuen, bacteriepopulatie in voorbehandelde (gesneden) groente. Een neerwaartse vraag naar vlees sluit ik niet uit, tenzij de sector een verdere afbrokkeling van het imago vanwege de bezwaren tegen produktiewijzen weet te voorkomen.
 4. Het klinkt arrogant maar ik meen informatie over de relatie voeding-gezondheid, die mij meer bereikt dan de "gemiddelde" Nederlander al in mijn eetpatroon te hebben verdisconteerd. Verdere aanpassingen in de komende jaren voorzie ik vooralsnog niet.
 5. Hoewel ik de inspanningen van de voedingswetenschap in relatie tot gezondheid gunstig beoordeel komen de bevindingen m.i. niet voldoende overtuigend bij de consument om direct te leiden tot bijstelling van eetpatroon c.q. levensmiddelenpakket. De reclame/verleidingen soms misleidingen die de producenten/leveranciers aan de consumenten bieden en die tot minder goede eetpatronen (kunnen) leiden zijn sterker: vette "boerenmelk", fast food etc. Die "discrepantie" los je niet op door meer onderzoek. In een maatschappij waar de verantwoordelijkheid voor het gebruik van tabak en alcohol bij het individu ligt en reclame voor tabaks- en alcoholgebruik is toegestaan zal ook het eetpatroon de verantwoordelijkheid van het individu blijven. Gelukkig maar.
- M.i. zal onderzoek zich vooral moeten richten op diëten en niet op afzonderlijke voedingsmiddelen en meer op categorieën gebruikers.

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

Het eetgedrag in de toekomst zal anders zijn dan het huidige; ontwikkelingen zetten door: meer alleenstaanden, waaronder veel ouderen, kleinere gezinnen, meer werkende vrouwen, afnemende bestedingsmogelijkheden voor grote groepen, toename van technische mogelijkheden (o.a. om ingrediënten qua samenstelling ingrijpend te wijzigen, cq. op te bouwen). Mondiale uitwisseling van produkten is steeds meer mogelijk; er zijn geen geografische, alleen nog financiële en (sub)culturele belemmeringen om produkten van andere werelddelen te nuttigen.

Ik zie hierbij minimaal een tweedeling in de gevolgen van het eetgedrag, omdat niet alle ontwikkelingen voor iedereen opgaan. Enerzijds verwacht ik een uitbreiding in assortiment en van het gebruik van "kant en klaar" produkten, steeds meer voorbewerkt. De verpakkingsgrootte zal ook op kleinere hoeveelheden worden aangepast. Zeker door jongere alleenstaanden zal ook minder de regelmaat van de maaltijden worden aangehouden. Anderzijds is er een groeiende categorie die deze "luze" niet kan betalen. Voor zover dit betekent dat er soberder wordt gegeten, is dit uit gezondheidsoogpunt eerder een voordan een nadeel. Van bepaalde produktgroepen echter is de vet- en suikerrijke versie de goedkopere.

De toenemende kennis over de relatie voeding-gezondheid heeft zeker invloed, echter niet voor de meerderheid en niet altijd in gezondheidsbevorderende richting. Invloed is er, getuige de opkomst van halva-, light- en vezelrijke produkten. Deze trend zet zich versterkt door tot in 2000. Ook het gebruik van vitamine-preparaten zal vanuit diezelfde "gezondheids"idee toenemen.

"Gezonde" levensmiddelen op zich bestaan niet; elk produkt is eenzijdig en pas in samenhang met andere gezond. Toch merk ik een produkt als relatief gezonder te beoordelen wanneer ik als consument de samenstelling nog redelijk kan beoordelen als "basisprodukt". Bij een in abrikozengelei gebod luze broodje heb ik toch niet de gezondheidsassociatie van "bruinbrood".

De adviezen zijn mijn inziens, hoewel nooit 100%, op dit moment voldoende onderbouwd en logisch. Het is niet door gebrek aan kennis of inzicht dat mensen hun eetpatroon niet in de door professionals gewenste richting veranderen. Gewoontevorming, passend in subculturen en daardoor ook bevestigd, is een zeer sterke factor. Er zou veel meer bekend moeten zijn van wat mensen (met bepaalde kenmerken) eten en waarom. Marketing onderzoek gebeurt vrijwel uitsluitend produktgericht en niet vanuit voedings- of voorlichtingsoogpunt. Dan zou er meer aandacht voor produktgroepen zijn. Of wellicht is dit onderzoek er wel, maar niet beschikbaar voor de voorlichting.

Notitie "Eetgedrag in de toekomst".

Wanneer binnen de Nederlandse Vegetariërsbond wordt gesproken over eetgedrag in de toekomst, dan zal duidelijk zijn dat vooral de vraag aandacht krijgt hoe de vleesconsumptie zich zal ontwikkelen.

Wat dit aspect betreft menen wij een positieve ontwikkeling te konstaten: At volgens het NIPO in 1984 3,5% van de Nederlanders vleesloos (NIPO-enquete in opdracht van NCRV's "Hier en Nu"), inmiddels is dit aantal volgens opgave van het Produktschap voor Vee en Vlees gestegen tot 4,5%. Daarbij moet aangetekend worden dat de totale nederlandse vleesconsumptie gelijk blijft, diegenen die (nog) vlees eten, eten dus gemiddeld meer.

Verwacht mag worden dat de stijgende tendens vegetarisch te eten zich voort zal zetten. Redenen voor deze verwachting zijn:

- de negatieve publiciteit waaronder het produkt vlees te lijden heeft. Ieder hormoonshandaal is een druppel die uiteindelijk de emmer doet overlopen. Berichten over hormoonshandalen leiden iedere keer weer tot een aantal verontruste telefoontjes aan ons kantoor. Een groeiende groep mensen streeft naar een gezonde voeding van hoge kwaliteit en vermijdt een produkt dat door een dergelijk schandaal een slechte naam krijgt.

- de steeds terugkerende waarschuwingen dat Nederland te vet eet en met name te veel verzadigde vetzuren eet. Deze waarschuwing zal zeker bij een groot deel van de bevolking het denken over een verantwoorde voeding bevorderen.

- de toenemende bewustwording van het publiek betreffende de manier waarop het vlees geproduceerd wordt (bio-industrie, mestoverschotten, voedselverspilling).

- de tendens zoals die door de voedingsmiddelen branche gekonstateerd wordt. Gedacht kan hierbij worden aan de publicatie in Missets Horeca 36 (1988) waarin verslag wordt gedaan van de bevindingen van een Duits congres. Daar werd de verwachting uitgesproken dat de belangstelling voor vegetarische produkten sterk zal toenemen.

Het eetpatroon van de gemiddelde vegetariër -daarmee bedoel ik diegenen die afwisselend eten zonder vlees of vis te gebruiken- is ten minste even gezond als een menu met vlees en zeker gezonder dan een menu waarin veel vlees (meer dan 75 gram per dag) wordt gebruikt. De keuze voor een vegetarisch menu wordt ook zeker gesteund door de voedingsadviezen die gegeven worden. Een gevarieerde vegetarische voeding is, door het verhoudingsgewijs grotere aandeel van granen, peulvruchten, groenten en fruit, minder vet en rijker aan voedingsvezel en vitaminen dan een gemengd menu.

De laatste jaren is in wetenschappelijke zin het inzicht gegroeid dat zij die vegetarisch eten geen risico's lopen, wat betreft structurele tekorten aan bepaalde nutriënten. Dit leidt tot het besluit dat zij die in de toekomst zullen kiezen voor een (bijna) vleesloos menu - en ik wees er al op dat er duidelijk tendenzen zijn die die verwachting staven - een verantwoorde en gezonde keuze maken.

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

Zeker zal het eetgedrag tegen het jaar 2000 moeten afwijken van het huidige eetgedrag als we rekening houden met de huidige kennis.

Als voorbeeld kunnen we nemen de kennis welke bestaat over het gehalte aan lipiden in ons lichaam, vergeleken met andere landen en afgezet tegen de frequentie van hart- en vaatziekten.

Net zo goed als de overheid het voortouw heeft genomen in het ontmoedigen van het roken zal zij naar mijn smaak ook het voortouw moeten nemen in een voorlichting omtrent dit aspect.

Het is natuurlijk te gek dat we dit onjuiste eetpatroon en de lichamelijke consequenties daarvan terugvinden in een verhoogde consumptie van geneesmiddelen met alle bijwerkingen van dien.

Hetzelfde kunnen we ook stellen voor het gehalte aan vezels in ons voedsel. Dit betekent dat de keuze van onze gerechten en de bereiding van onze gerechten daarop aangepast dienen te worden. Een adequate receptuur van deze gerechten zal gepubliceerd moeten worden, zodat ook het smaakaspect in deze geen nadelige invloed ondervindt.

De verandering van het eetpatroon zal bij de populatie mede begeleid moeten worden door quantitative gegevens omtrent een eigen eetpatroon en in een voorspelling en inschatting van de risico's welke zij ten gevolge hiervan zullen ondervinden.

Kortom, een gezamenlijke inspanning naar analogie van onze strijd tegen het roken.

Persoonlijk ben ik inderdaad een poging gaan doen om mijn voedingspatroon aan te passen. Dit betreft zowel het cholesterol als de vezels. Ik probeer consequent het advies van Arsenius te volgen om minstens 2 tot 3 maal per week vis te eten. In de praktijk stuit dat nog wel eens op moeilijkheden i.v.m. de logistiek. Ook blijkt dat viseten in het algemeen belangrijk duurder is dan vlees eten.

Samenvattend denk ik dat we inderdaad ons eetpatroon zullen moeten aanpassen doch dat het een gezamenlijke gigantische klus zal worden, zowel op beleidsmatig niveau (de overheid), logistiek niveau (slager, visboer) en gebruikersniveau (voorlichting aan de gebruikers).

november 1988,

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

Eetgedrag in de toekomst; een zaak van uiterste importantie voor de levensmiddelenindustrie. De ontwikkelingen vooruit blijven lijkt de enige juiste strategie om als bedrijf te blijven overleven.

Het lijkt zonder meer vanzelfsprekend om bij een voorspelling van het eetgedrag als eerste te kijken naar demografisch gegevens, hoe zal de bevolkingsopbouw eruit zien in het jaar 2000. Tegelijkertijd lijkt het nuttig om de ontwikkeling in het verleden te beschouwen en deze eventueel te extrapoleren naar de toekomst. Om niet te veel te verzanden in theoretische achtergronden allereerst een aantal indrukken.

Te verwachten valt tot in het jaar 2000 zeker de vergrijzing een belangrijke rol blijft spelen, zo niet nog belangrijker gaat worden. Deze vergrijsde bevolkingsgroep is al duidelijk opgegroeid in een sfeer van meer convenience food en zal daar dan dus ook gebruik van willen blijven maken. Verwachting is dan ook dat convenience een duidelijke rol blijft spelen en dat wellicht het produktconcept nog meer gericht zal moeten worden op deze groep.

Nederland is altijd al een prijsgerichte markt geweest maar wellicht zal door de toename van de welvaart een zekere verzadiging optreden in de aanschaf van luxe consumptie goederen dit zal in het voordeel kunnen werken voor voeding in het algemeen. Met name voedsel van hoge kwaliteit en vers voedsel zal hierdoor belangrijker worden. De industrie kan hierop inspelen door zich te concentreren op voedsel met een hoog kwaliteitsimage maar ook op voedsel met daadwerkelijk een hoge kwaliteit, een gebalanceerde voedingswaarde en een afwezigheid van additieven. De toenemende kennis van de consument omtrent additieven e.a. (mede geïnitieerd door de media) zal de voedsel industrie zeker die kant opdrijven.

Voor wat betreft eten buitenshuis gaan min of meer dezelfde conclusies op, hoewel daar over het algemeen toch alleen geoordeeld zal worden op basis van het bv. al of niet aanwezig zijn van een kleine hoeveelheid rauwkostsalade. Convenience blijft goed mogelijk als de eerder genoemde rauwkost maar aanwezig is.

Voor wat betreft de trends in voedsel kan gesteld worden dat ook voedsel aan mode onderhevig is, Italiaans voedsel zal zeker verder groeien maar ook hier valt een verzadiging te verwachten rond het jaar 2000 (zie ook de ontwikkeling van de "Chinese Restaurants"). Invloeden van het reisgedrag van de bevolking zal zich doen gelden in een toenemende variëteit aan verschillende restaurants.

Conclusie: Het eetgedrag in het jaar 2000 zal niet spectaculair afwijken van het huidige eetgedrag. Wel zullen een aantal trends zich doorzetten; met name kwaliteit en convenience zullen belangrijker worden. Media en de medische wereld kunnen een duidelijke rol uitoefenen op het gezondheidsbewustzijn van de bevolking.

VISIE OP ONTWIKKELING EETGEDRAG IN DE TOEKOMST.

1. Invloed van ontwikkelingen in de samenleving:
 Door toename van het aantal vrouwen, dat bij het arbeidsproces betrokken is zal het besteedbaar gezinsinkomen toenemen (bij verder afnemende gezinsgrootte). Dientengevolge zal het aantal verstrekte institutionele maaltijden sterk toenemen, en zal ook het convenience karakter van de gezinsmaaltijden nog verder toenemen, (kleinere verpakkingen van samengestelde maaltijden, die ready to eat of microwaveable zijn). De horeca bedrijfstak zal nog verder expanderen en de variatie in het voedingsaanbod stijgt verder als gevolg van de influx van de meest uiteenlopende representanten van de wereldbevolking (Cambodjanen, Tamils, Koerden, Bolivianen enz.).
2. Kennis over relatie voeding en gezondheid:
 Het oogmerk van kwaliteitsverbetering bij producenten en grote distributeurs van voedingsmiddelen, zal de samenstelling van het voedingsmiddelenpakket geleidelijk doen verschuiven. Tegen het jaar 2000 zal het vetgehalte een daling van gemiddeld 10% te zien geven. Onder druk van de milieuzorg zal de voorkeur weliswaar naar verse producten uitgaan, maar uiteindelijk zal de vraag naar meer convenience noodzakelijkerwijze het gebruik van ingrediënten (E-nummers) weer stimuleren; ook zal de welvaart de frequentie van de culinaire zonden (gourmet) opstuwten.
3. Veranderingen in het eetpatroon:
 Een aantal trends, die we thans waarnemen zal redelijk persistent zijn, bijvoorbeeld de vezeltrend (volkoren, zaden, inlandse en exotische peulvruchten); hetzelfde geldt de toegenomen fruitconsumptie (zowel in verse als verwerkte vorm). Hoe in relatie met de milieu problematiek van met name mesterijen, de vleesconsumptie zal worden beïnvloed door bijvoorbeeld de voederconversie te betrekken bij de keuze van het mestdier (voorkeur voor pluimvee en vis) valt minder goed aan te geven, omdat het hier een overwegend nationaal probleem betreft.
4. Bevindingen van de voedingswetenschap:
 De wetenschap heeft zich (met succes overigens) in het bijzonder op de relatie voeding/hart- en vaatziekten geworpen; het ziet er naar uit dat een verdere aandachtsverschuiving richting relatie voeding/carcinogenese dringend gewenst is. Wellicht is het thans eveneens opportuun om bewuste, microbiële beïnvloeding van de menselijke darmflora in onderzoek te nemen, waar de relatie tussen de ontwikkeling van een "evenwichtige" darmflora en gezonde ontplooiing op het gebied van diervoeding al in onderzoek genomen is.

EETGEDRAG IN DE TOEKOMST

1. Het jaar 2000 geeft ons nog ruim 10 jaren om veranderingen in het eetgedrag door te voeren.
Ingeslepen gewoonten van moeder op dochter overgegaan zijn echter niet zo makkelijk te doorbreken. Veelal gaat er een generatie overheen voordat essentiële wijzigingen plaatsvinden. Geen aardverschuivingen dus, wel ombuigingen op onderdelen.

Ontwikkelingen in de samenlevingen die van invloed kunnen zijn:

- Veroudering van de bevolking.
- Het zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen met ondersteuning i.p.v. opnemen in verzorgingscentra.
- Kleinere huishoudingen.
- Veel vrije tijd.
- Bezit magnetron.
- Milieuvervuiling.
- Misbruik diergeneesmiddelen.

2. De toenemende kennis over de relatie voeding en gezondheid zal van invloed zijn. Accenten liggen nu sterk op minder calorieën, minder zout. Gezond wordt vertaald in deze begrippen. Waardoor alles wat "light" is, dus "in" is.

De balans van de totale "intake" komt nauwelijks aan bod.

Ook "vers" zou gezond zijn, maar wat betekent "geen conserveermiddelen" in het licht van lucht-, water- en bodemverontreiniging?

Drinkwater uit blik?

De meervoudig onverzadigde vetzuren zijn belangrijk voor het cholesterol-niveau, maar deze margarine is wel vet. Keuze probleem voor de consument?

En wat is minder zout in termen van natrium, wanneer de aanbevolen hoeveelheid zout per dag totaal onbekend is.

Consumenten die veel aan hun hoofd hebben zullen door de bomen van de gezonde voeding het bos niet meer zien en besluiten over de hele linie gewoon minder te gaan eten.

Voor de maaltijdvoorziening van de grote groep senioren zullen er meer afhaal/thuisbreng ondernemingen komen.

3. "Light" en "vers" zijn in opmars. Dat zou betekenen dat de traditionele produkten met veel calorieën terrein verliezen, zo ook de geconserveerde levensmiddelen.
Dit laatste is nauwelijks merkbaar, waarschijnlijk omdat de faktor "gemak" belangrijker is.
Mede door andere ontwikkelingen (hormonen etc.) lijkt de vlees(produkten) consumptie onder druk te staan (vooral van varkens) ten gunste van o.a. kipprodukten.

Wanneer de introductie van Light produkten zich verder uitbreidt en de smaak van deze produkten niet onder doet voor die van de gebruikte (normale), dan zullen deze laatste wellicht verdwijnen, gesubstitueerd door de Light versie.

Voor de zware handenarbeid is calorierijk voedsel nodig, maar hoeveel zware arbeid zal er nog zijn?

Voor sportlieden zijn andere aanpassingen in aantocht (Isostar).

Door de vrije-tijdsactiviteiten zullen de eetmomenten naar behoefte over de dag verdeeld worden.

De vaste tijden zullen minder gehandhaafd blijven.

Meer en meer één/twee persoons verpakkingen (geschikt voor de magnetron) zullen ondanks de wat hogere prijs op de markt komen.

Ook zullen fabrikanten gevraagd worden (i.v.m. allergieën) de E nummers te vermelden.

4. Door meer dan gemiddeld bezig te zijn met de relatie voeding-gezondheid, is de intake van ondergetekende goed in evenwicht. Bevestigd door de uitkomsten van de persoonlijke voedingswijzer van V.d. Bergh en Jurgens samen met Vovo.

5. Een goede communicatie van de wetenschappelijke bevindingen naar de consument is essentieel. De ontvangers van de boodschap kijken daar niet gespannen naar uit. Men voelt het als een aanslag op het sociale eetplezier.

De communicatie zal dus in de eerste plaats aandacht moeten trekken. In de U.S.A. bracht indertijd Dick v. Dijk (van de alom bekende shows) in een animatie van de voedingsnutriënten de boodschap.

Wie kent in Nederland de Voedingsraad en haar adviezen?

Wellicht kunnen de resultaten van de voedsel consumptiepeiling van W.V.C. op een indringende manier de noodzaak van veranderingen overbrengen.

Tenslotte zal de openstelling van de grenzen van de E.E.G. landen, het aanbod van levensmiddelen wel beïnvloeden, of daarmee de duidelijkheid over de inhoud wordt vergroot, is de vraag.