



## ‘Gezonde nudge werkt niet overal’

Een jaar lang kregen klanten in zes Coop-supermarkten een duwtje in de rug – een nudge – om gezonder eten te kopen. Gezonde producten stonden op oog- of grijphoogte. De proef van onderzoekers van het Amsterdam UMC had weinig effect. ‘Nudging in supermarkten is niet effectief’, kopten de media. Emely de Vet (EV) en Merije van Rookhuizen (MR), onderzoekers van nudging binnen de vakgroep Consumptie en Gezonde Leefstijl, zijn genuanceerder.

**EV:** ‘Het is een degelijk onderzoek, maar de conclusie dat nudging niet werkt, gaat wel

ver. Het is slechts één studie met enkele nudges, in een erg ongezonde omgeving. Acht op de tien producten in de supermarkt staan niet op de Schijf van Vijf. Om het effect van kleine nudges in zo’n complexe context te meten is lastig.’

**MR:** ‘Bovendien lijkt een van de meest effectieve nudges niet gebruikt: de default nudge, waarbij je de standaard optie verandert. Denk bijvoorbeeld aan standaard water of light frisdrank bij een menu, of standaard fruit als toetje. Burger King in Oostenrijk veranderde in juli de defaults: alle burgers

zijn standaard plantaardig, tenzij je om vlees vraagt. In een supermarkt is de default nudge lastiger te gebruiken.’

**EV:** ‘Een gezonde nudge

---

**‘Een nudge is een druppel op een gloeiende plaat, maar beter dan geen druppel’**

---

werkt bij voorbaat niet op elke plek. Bij impulsaankopen aan de kassa wil de klant vaak iets vets of ongezonds. Daar zouden appels niet werken.’

**MR:** ‘In de proef stonden bovendien gezonde en onge-

zonde producten naast elkaar om aandacht te schreeuwen.’

**EV:** ‘Dat ongezonde voedselaanbod moet structureler aangepakt worden. Een nudge is een druppel op een gloeiende plaat, maar beter dan geen druppel.’

**MR:** ‘Het hangt ook af van de situatie. Ik onderzocht nudges bij mensen thuis. Daar is de meeste consumptie en de omgeving is meer afgebakend dan in de supermarkt. Mensen bleken zichzelf hier wel effectief te kunnen nudgen, bijvoorbeeld door fruit op ooghoogte in de koelkast of op hun bureau te zetten.’ ss