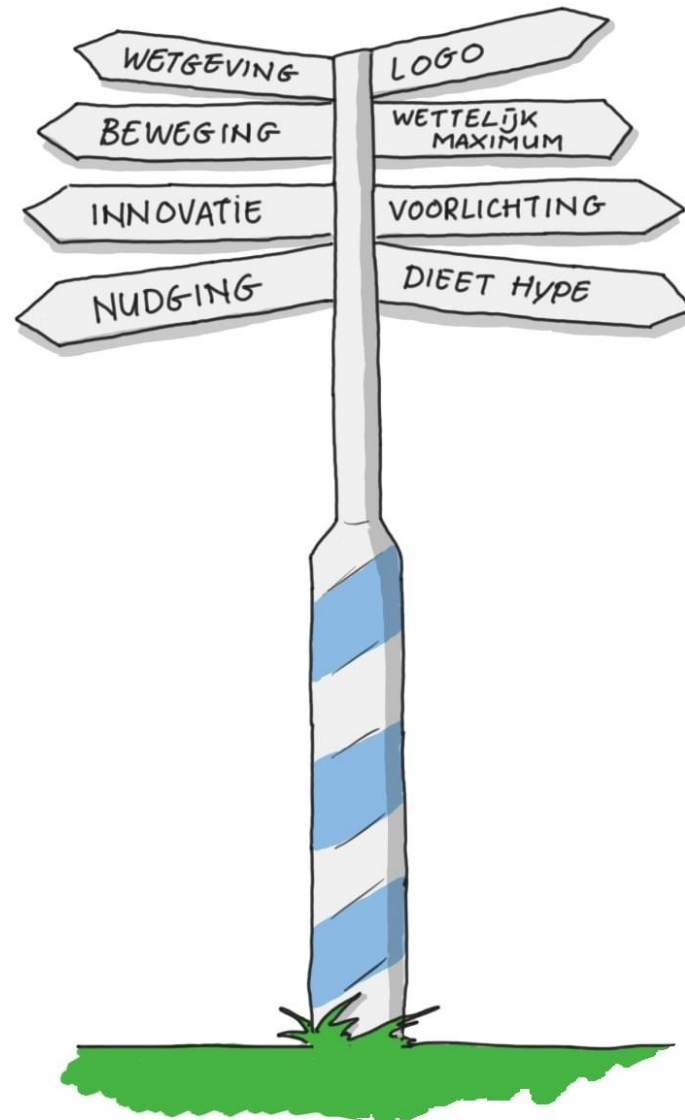


# Nieuwe wegen naar gezonde voeding



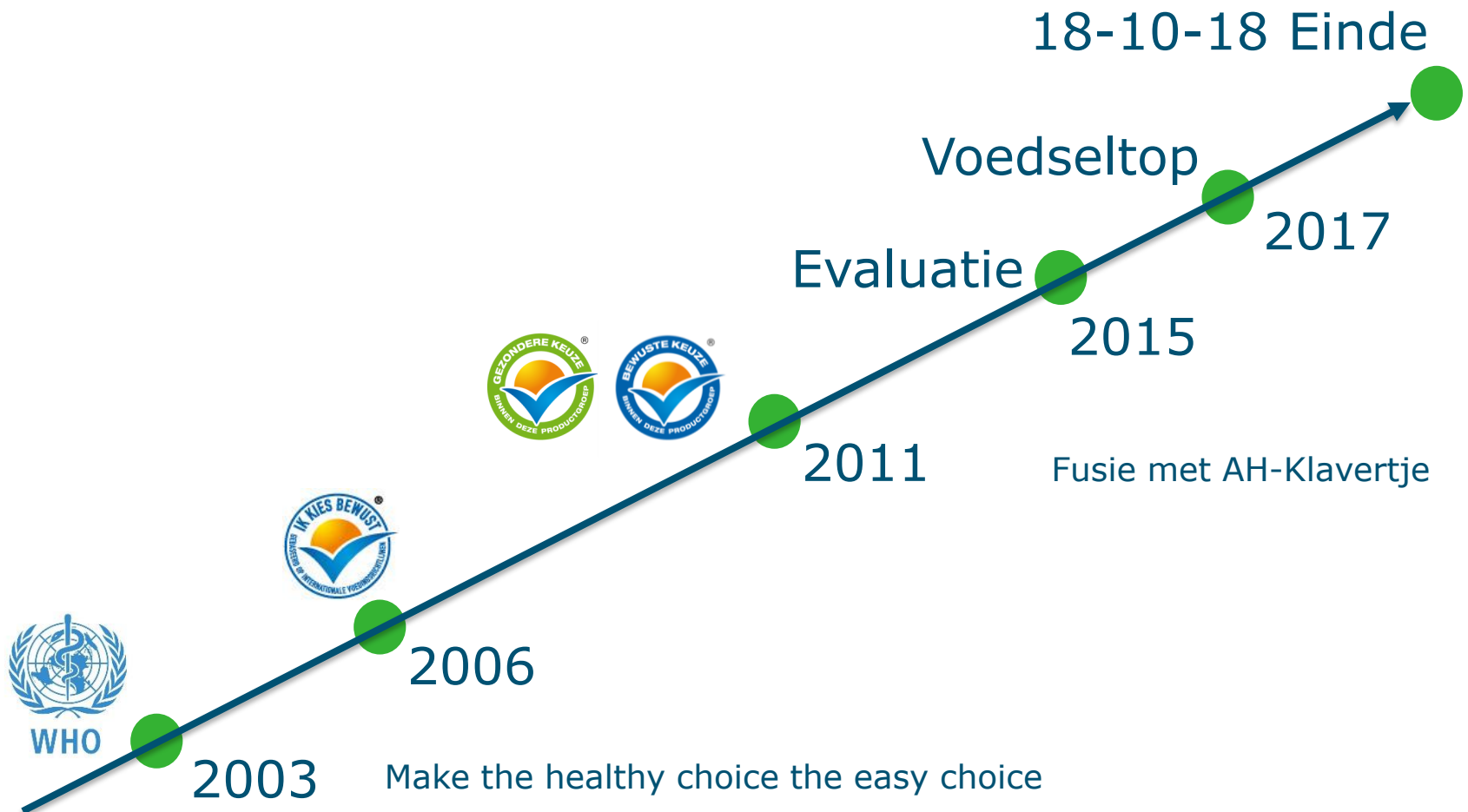
# De opbrengst van Stichting Ik Kies Bewust & Smaak, snelheid van gezonde voeding

## ***Kees de Graaf***

*Hoogleraar Sensoriek en Eetgedrag bij de afdeling Humane Voeding van Wageningen Universiteit.*



# Tijdslijn Stichting Ik Kies Bewust



# Opbrengst Ik Kies Bewust initiatief

- Eénduidig systeem voor retail, producenten en catering: eenduidigheid over relatieve gezondheid van product
- 7.700 producten met het Vinkje van 89 bedrijven, 92% van retailmarkt doet mee.
- NB: aantal producten in NL supermarkten > 200.000; IKB-Omzet retailer 15 – 25%
- Naamsbekendheid: 94 % (2016)
- 73% denkt dat het Voedingscentrum het Vinkje ondersteunt (2016)
- 56% denkt dat de Consumentenbond het Vinkje ondersteunt (2016)

# Criteria, eenduidig interpretatief front of pack label

-Gewogen, per productgroep, criteria m.b.t.



zout



suiker



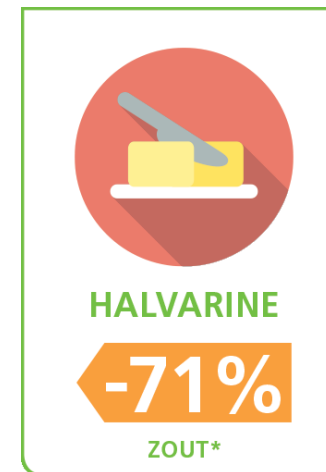
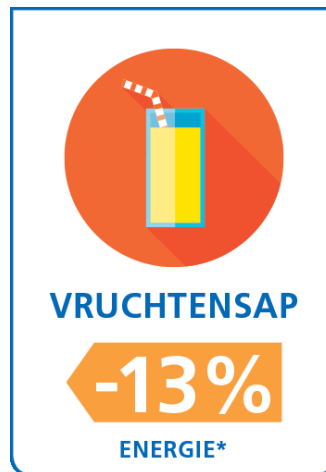
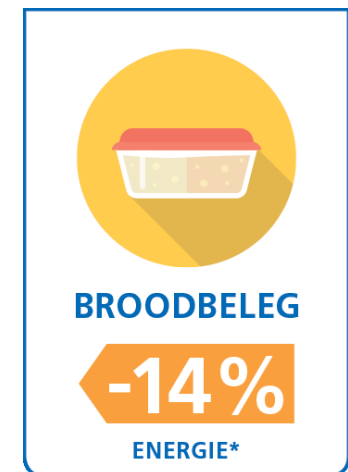
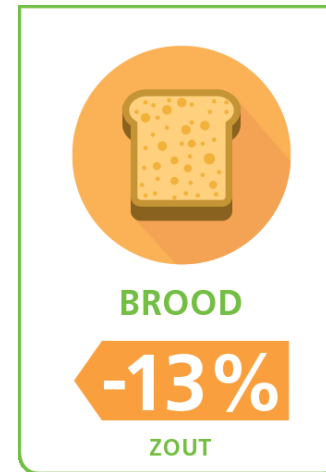
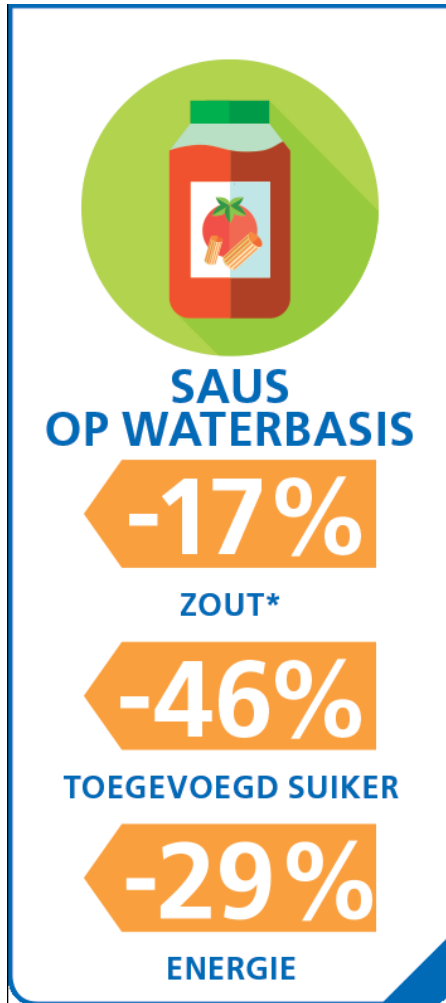
verzadigd vet



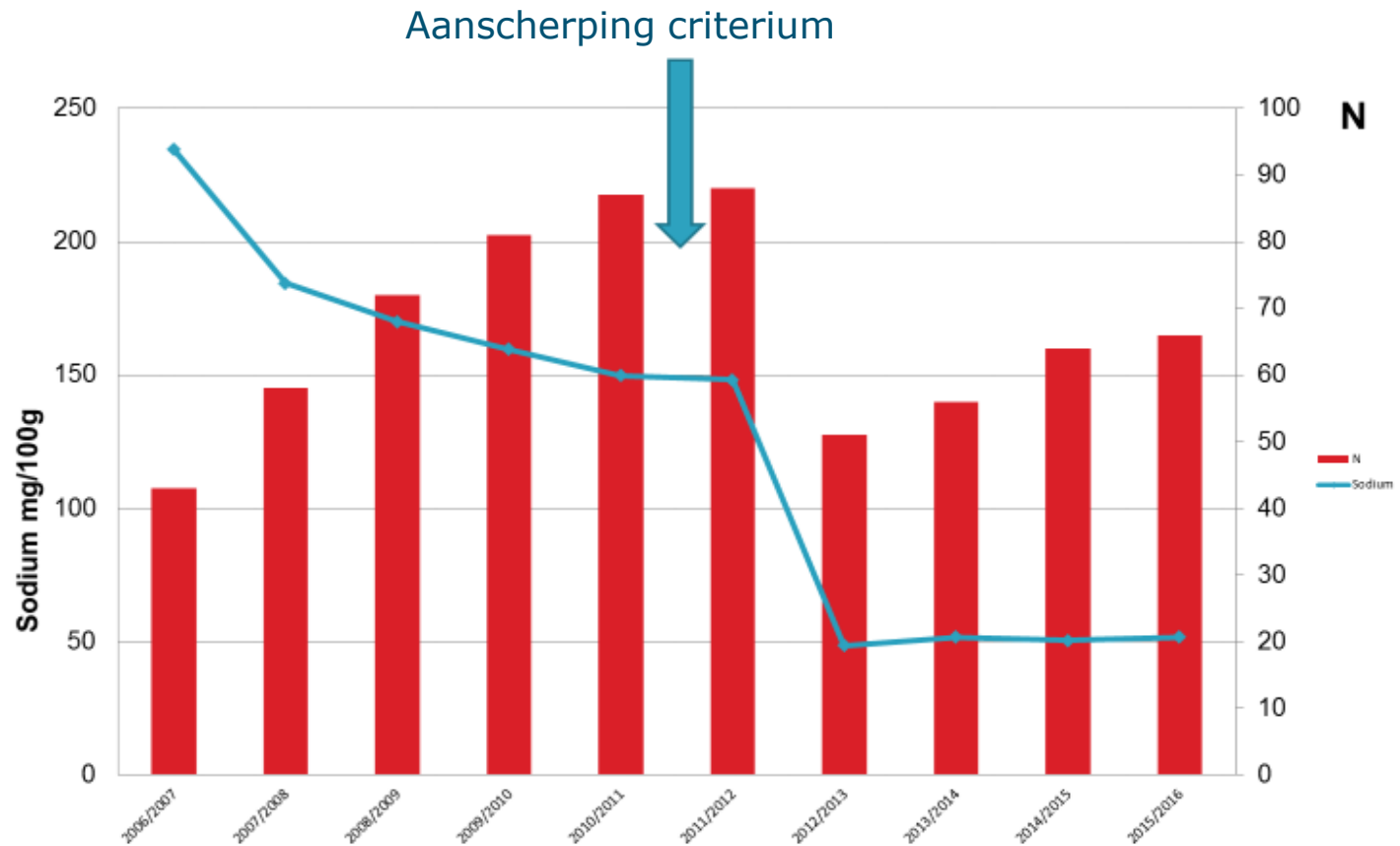
vezels

En aanvullend transvetzuren en energie per 100g of per portie

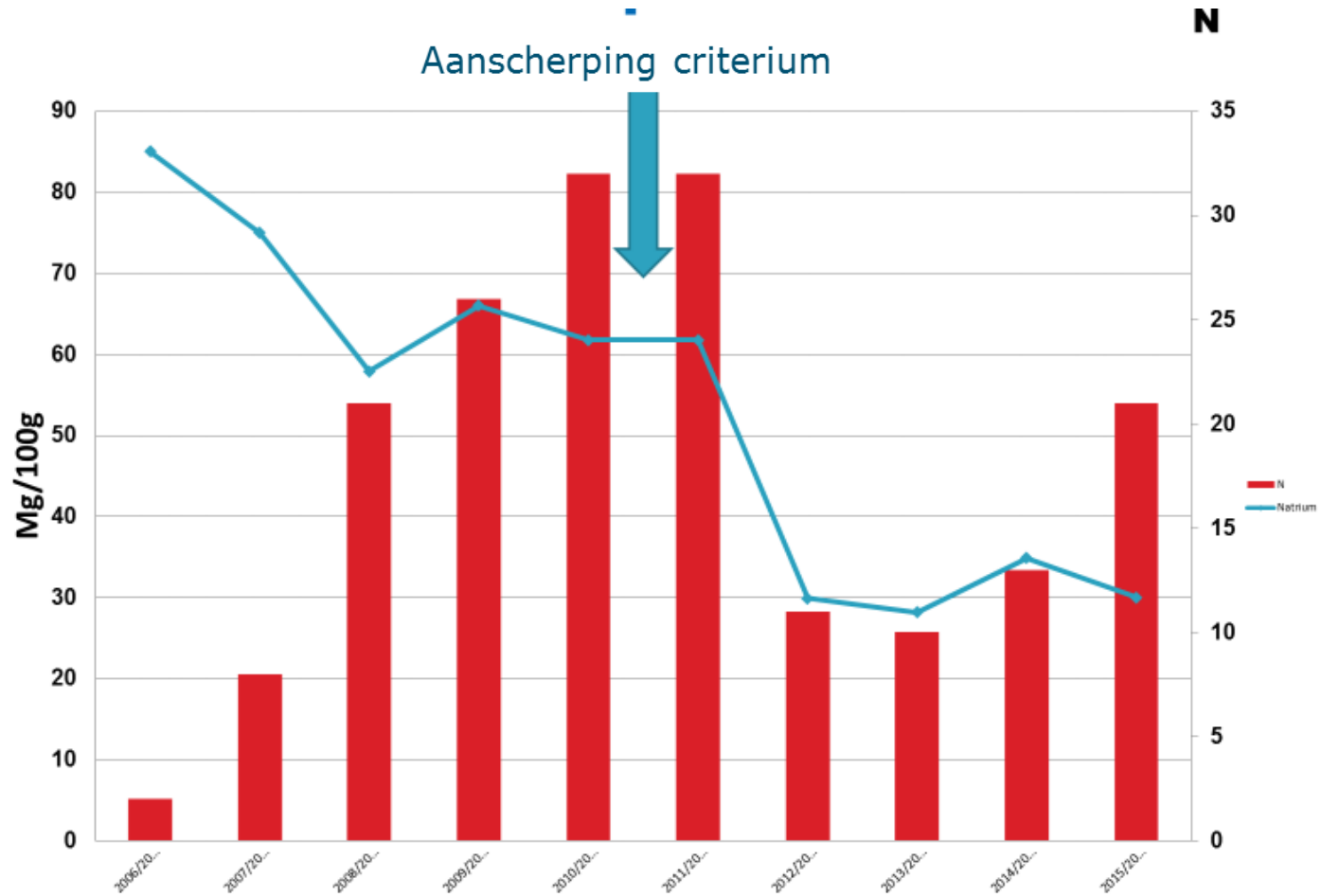
# Resultaten in IKB productgroepen 2007-2015



# Effect criteria op Natrium gehalte in IKB halvarines



# Effect criteria op Natrium gehalte IKB verwerkte aardappelen

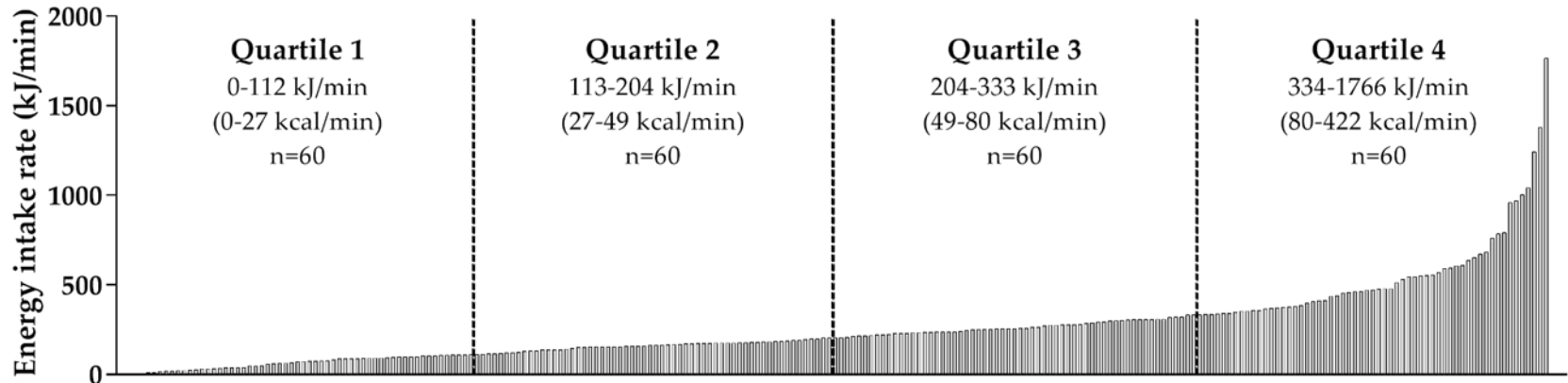




# De smaak, snelheid gezonde voeding

- Energy intake rate van 240 voedingsmiddelen (kcal/min)
- Smaak Schijf van Vijf (n = 74) vs. Niet Schijf van Vijf (n = 166)
- WHO; suikerreductie → wennen aan minder zoet ?

# Energy intake rate van 240 NL producten; maat voor overconsumptie-risico



- Schijf van Vijf producten (n = 74): 35 kcal/min
- Niet Schijf van Vijf producten (n = 166): 75 kcal/min

# De toppers

## ■ Vloeibare voedingsmiddelen

- Volle chocolademelk 420 kcal/min
- Fruit-ontbijtdrank 330
- Appelsap 297

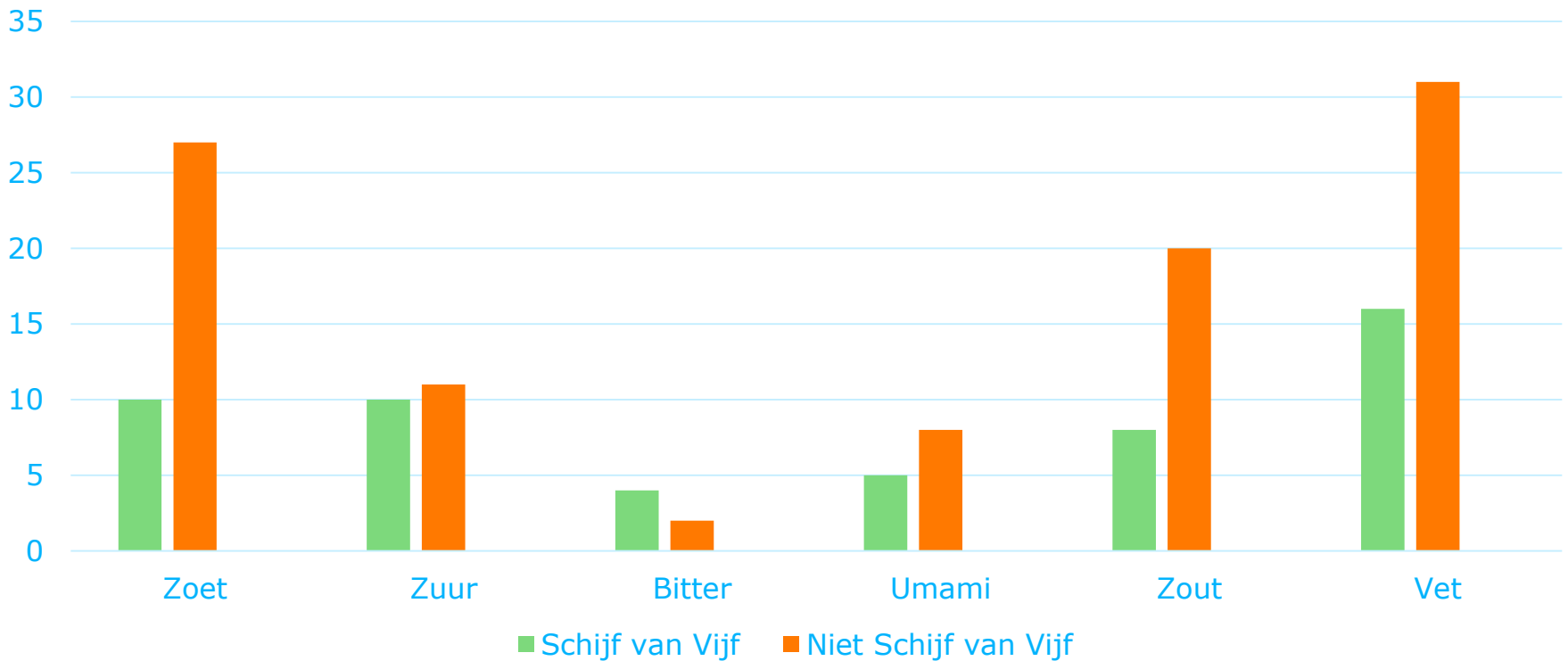
## ■ Vaste voedingsmiddelen

- Saucijzenbroodje 182 kcal/min
- Stroopwafel 164
- Gehaktbal 156
- Cake 154

Van den Boer, et al, Foods 2017

# Spectrum smaak schaal (0 - 100)

Smaak Schijf van Vijf vs. Niet Schijf van Vijf

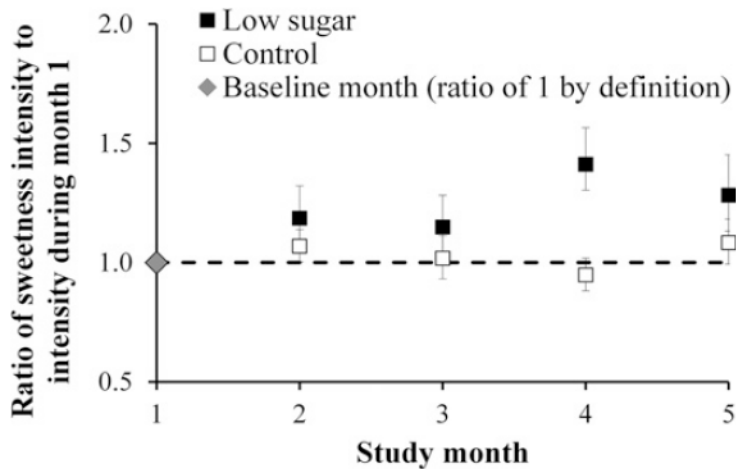


# Lagere zoetheids-blootstelling → lagere voorkeur voor zoet ??

Reduced dietary intake of simple sugars alters perceived sweet taste intensity but not perceived pleasantness<sup>1</sup>

*Paul M Wise,<sup>2\*</sup> Laura Nattress,<sup>3</sup> Linda J Flammer,<sup>3</sup> and Gary K Beauchamp<sup>2</sup>*

<sup>2</sup>Monell Chemical Senses Center, Philadelphia, PA; and <sup>3</sup>PepsiCo Global R&D, Long Term Research, Hawthorne, NY



Optimal sugar concentration in puddings, drinks remained the same after 5 months exposure to a low sugar diet

# Make the healthy choice the happy choice

- In context van overgewicht, herformulering richting lagere energie-inname snelheid
  - Minder snelle (slappe), vloeibare calorieën → eerder verzadigd → kleinere porties
  - Lagere energie-dichtheid
  
- Behoud van smakelijkheid

# Bedankt voor u aandacht

