



NAAM: ANDREA WERKMAN  
 GEBOREN: 30-08-1976  
 WOONPLAATS: DEN HAAG  
 FUNCTIE: SENIOR VOEDINGSKUNDIGE  
 LID VAN NAV SINDS 2011

## NAV-lid Andrea Werkman: ‘Ik wil bijdragen aan het verbeteren van het Nederlandse voedingspatroon’

### HOE BENT U IN DE VOEDINGSSECTOR TERECHT GEKOMEN?

‘Ik wilde geneeskunde studeren, maar was uitgeloot. Ik was al een keer eerder in Wageningen geweest, onder andere bij Tropisch Landgebruik, om te kijken of dat wat voor mij zou zijn. Ik ben toen later bij voeding gaan kijken vanwege de fysiologische aspecten en dat vond ik hartstikke leuk. Toen heb ik gekozen voor Voeding en Gezondheid. Ik vond het zo leuk dat ik daarna niet meer mee geloot heb voor geneeskunde. Ik ben nu heel blij dat ik aan de preventieve kant zit. Dat heeft mijn persoonlijke missie bepaald. Ik wil bijdragen aan het verbeteren van het Nederlandse voedingspatroon. Na mijn promotieonderzoek in Wageningen ben ik naar het Voedingscentrum gegaan. Ik had mijn stage al bij het Voedingscentrum gedaan. Mijn promotieonderzoek ging over preventie van gewichtstoename bij pas gepensioneerde ouderen, als onderdeel van een groot programma van de Nederlandse Hartstichting. Daar waren ook een aantal andere universiteiten en het RIVM bij betrokken. Daardoor kreeg ik veel mee vanuit het brede voedingsonderzoek en wat er verder zo reilt en zeilt.’

### WAT HOUDT UW HUIDIGE WERK IN?

‘Ik werk nu bijna zes jaar bij het Voedingscentrum. De eerste paar maanden als projectmedewerker en daarna als kennisspecialist Voeding, Gezondheid en Ziekte. Ik houd me bezig met algemene voedingsleer, maar ook met voeding in relatie tot welvaartziekten zoals diabetes en hart- en vaatziekten. Het belangrijkste wat ik nu vanuit mijn functie doe is het onderhouden en implementeren van de Richtlijnen Voedselkeuze. Dat is de praktische vertaalslag van de Richtlijnen Goede Voeding van de Gezondheidsraad naar de indeling van basis en niet-basisvoedingsmiddelen en wat er in de Schijf van Vijf komt te staan. Ik probeer de ontwikkelingen op dat soort fronten bij te houden. Ik heb nu regelmatig overleg met mensen uit de industrie en met diëtisten hoe zij vanuit hun optiek tegen de Schijf en de richtlijnen aan kijken. Ik heb gekozen voor het Voedingscentrum omdat het een nationale instelling is die richtlijnen uitzet en daarmee een fundament voor de voorlichting legt. Het is een organisatie die met veel andere partijen te maken heeft: het heeft een echte spilfunctie. De inbreng vanuit de industrie, diëtetiek en

de retail komen hier allemaal bij elkaar en dat maakt het wel uniek. Ik zit met veel verschillende partijen om de tafel. Dat vind ik leuk om te doen: het is goed om mensen te zien en te spreken. Ik representeer het Voedingscentrum ook op congressen of symposia.’

### WAT ZOU U NOG ONDERZOCHT WILLEN ZIEN?

‘Er zijn zoveel dingen die ik onderzocht wil zien, voornamelijk in de breedte en het toegepaste onderzoek. Bijvoorbeeld wat het effect is van voeding op leerprestaties. Ik realiseer me dat dit een lastige onderzoeksvraag is. Waar wij vaak tegen aan lopen is: helpt voeding nu echt bij het verbeteren van leerprestaties. Waar kijk je dan naar of zou je naar moeten kijken? Voedingsstoffen, ontbijten *an sich* of juist voldoende goede voedingsmiddelen, wat leveren die en wat verklaart een mogelijke relatie. Is het zo dat als je gezond eet, de leerprestaties beter zijn? En hoe zit dit dan? Welke confounders zitten hier nog tussen? Intrigerende materie.’