



Nederlandse Academie
van Voedingwetenschappen

NAV voorjaarsforum “Dietary protein in nutrition: enough evidence for new recommendations?”

Wageningen, 20 maart 2014

Op donderdag 20 maart jl. vond het voorjaarsforum van de Nederlandse Academie van Voedingwetenschappen plaats in het Innovation Centre van FrieslandCampina in Wageningen. Prof. Lisette de Groot (Wageningen Universiteit), Drs. Eveline Martens (Universiteit Maastricht) en Prof. Stephan Bakker (UMCG, Groningen) gaven de inleidende presentaties, gevolgd door een levendige discussie onder leiding van Prof. Marjolein Visser (VU/VUmc, Amsterdam). De presentaties onderbouwden de stelling dat een verhoogde eiwitinname gunstig is voor

1. behoud van de spiermassa en spierkracht bij ouderen – in combinatie met voldoende beweging en krachttraining;
2. voor een meer verzadigd gevoel, en meer gewichtsverlies bij een energie-beperkt dieet en, verrassend,
3. voor een verbeterde overlevingskans bij patiënten die een niertransplantatie hebben ondergaan.

In het algemeen wordt bij deze patiënten in aanloop naar de niertransplantatie juist een laag-eiwit dieet aanbevolen en worden hoge eiwitnames als belastend voor de nieren gezien. Bakker pleitte er echter voor deze maatregel te laten vallen en er juist voor te zorgen dat patiënten in een welgevoede conditie de operatie ingaan. Hiermee is de weg vrij om hogere eiwit-aanbevelingen te overwegen.

De sprekers lieten ook zien dat er wel verschillen kunnen zijn tussen eiwitbronnen, waarbij dierlijk eiwit mogelijk gunstiger is. Daarop werd aangevoerd dat ook andere overwegingen zoals de impact op het milieu meegenomen zouden moeten worden bij het opstellen van voedingsaanbevelingen. Bij het vertaling van de aanbevolen hoeveelheden naar de voedingsrichtlijnen dient hier rekening mee te worden gehouden.

Tot die tijd is iedereen het over eens dat het belangrijk is om tot op hoge leeftijd voldoende te bewegen en in ieder geval gevarieerd te eten – met inbegrip van verschillende nutriëntdichte eiwitbronnen.