

Naam: **Wilrike Pasman**
 Geboortejaar: **1968**
 Woonplaats: **Diemen**
 Functie: **consultant humane studies, wetenschapper**



NAV-lid Wilrike Pasman:

‘Wetenschap moet concrete adviezen opleveren’

Hoe bent u in de voedingswereld terechtgekomen?

Ik heb altijd al interesse gehad in het menselijk lichaam, zowel op het gebied van beweging als van voeding. Mijn interesse in beweging was groter, dus ben ik Bewegingswetenschappen in Amsterdam gaan studeren. Tijdens één van mijn stages deed ik onderzoek naar het effect van cafeïne op duursporters. Ik kwam er toen achter dat ik werken met mensen heel leuk vind: je kunt daarin echt het effect zien van wat je doet en wat mensen met jouw adviezen kunnen. Mijn promotieonderzoek deed ik naar overgewicht en gewichtshandhaving. Daarna kwam ik bij TNO terecht, waar ik me ging richten op het effect van voeding op gezondheid.

Wat houdt uw huidige werk in?

Bij TNO werk ik op de afdeling Systeem Biologie. Daar proberen we het lichaam als systeem zo goed mogelijk in kaart te brengen: wat gebeurt er als iets niet functioneert? We werken veel met zogenoemde *challenge tests*,

waarmee we zowel op fysiek als op mentaal vlak een reactie kunnen uitlokken. Daarna kijken we hoe het lichaam herstelt van deze uitdaging. Dat is een methode om gezondheid te meten; een (snel) herstel, terug naar het startpunt, is hoe wij gezondheid zien. Daarnaast kijken we naar effecten van persoonlijke adviezen. Wat kan iemand ermee? Je kunt wel zeggen ‘et minder vet’ maar wat is vet? Waar zit het in? En wat is het effect ervan op je lichaam? Je moet het gesprek aangaan over eetgedrag en concreet maken hoe dat verbeterd kan worden. Daarom werken we bijvoorbeeld ook samen met diëtisten. We werken aan wetenschap waar mensen concreet mee verder kunnen.

Wat wilt u nog onderzocht zien?

Het is belangrijk dat de consumenten goed geïnformeerd wordt, dat in heldere taal aangegeven wordt waar ze op moeten letten. Bij het Vinkje was dat niet altijd duidelijk: als je een sticker op een pizza zet omdat het een betere keuze is binnen die productgroep,

betekent dat nog niet dat je elk dag pizza moet gaan eten. Er moet een informatiesysteem komen dat begrijpelijk is, ook voor mensen die voeding eigenlijk niet interessant vinden. Het is echter wel een lastig vraagstuk hoe we dit moeten doen. Voeding is niet zwart/wit, rood of groen. Misschien zou er een soort algehele score moeten komen met informatie waarom iets wel of niet gezond is. Wat dat betreft is de Nutri-Score zo'n slecht idee nog niet. Bovendien kan dit logo bedrijven misschien stimuleren gezondere producten te maken: niemand wil een rode sticker op zijn product. Eigenlijk zouden we het voeren van dat logo dan wel verplicht moeten maken, al weet ik niet of het zo ver komt. Nederland is natuurlijk een democratisch land met veel vrijheid. Het is de vraag of de overheid die verplichting aan bedrijven wil opleggen. Met de vele hypes en vragen over voeding is het in elk geval erg belangrijk dat er een goede communicatie is met de consument. Hier moeten we als voedingswetenschappers een belangrijke rol in spelen. <<