

## **Kort verslag van de lezing “Naar een duurzaam voedingspatroon”**

door Reina Vellinga, voedingswetenschapper bij het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu), gehouden op 10 februari 2024, georganiseerd door het Lânboukundich Wurkferbân van de Fryske Akademy

locatie Fries Landbouwmuseum, aantal bezoekers circa 70

**Vellinga start haar presentatie door te wijzen op de grote impact van het huidige voedingspatroon, landelijk en wereldwijd, op het milieu en de volksgezondheid.** Er is een transitie in het voedingspatroon wenselijk, Vellinga (promovendus Wageningen University) onderzoekt welke maatregelen daarbij meer of minder effectief zijn. De uitkomsten van haar onderzoek zijn de basis voor advisering van vooral overheden en overheidsinstanties. Die vertalen dat in bijvoorbeeld richtlijnen voor consumenten, zoals de Schijf van Vijf.

**De spreker licht eerst haar onderzoeksmethode toe.** Wat de belasting van het milieu betreft, richt zij zich met name op de uitstoot van broeikas-(klimaat)-gassen. De impact op andere milieu-aspecten, zoals landgebruik, verzuring en vermisting, is vergelijkbaar met dat van broeikasgassen. Het waterverbruik daarentegen reageert vaak anders, daarom wordt ook dat onderzocht. Wat de gezondheidseffecten betreft kijkt ze naar de index voor een gezond voedingspatroon (Dutch Healthy Diet index): dat geeft aan in welke mate mensen de richtlijnen voor gezonde voeding opvolgen. Andere relevante factoren zijn de inname van verzadigd vet, suiker en zout en de kans op overlijden.

**Vervolgens staat Vellinga stil bij de resultaten van haar onderzoek naar de duurzaamheid en gezondheid van voedingsproducten en voedingspatronen. Een greep daaruit:**

- Hoe meer we eten, hoe hoger de milieubelasting vaak is. Maar ook als we veel eten, zijn er keuzes te maken die het milieu meer of minder belasten.
- Dierlijke voedingsmiddelen hebben per kg gemiddeld een hogere impact op klimaatgassen dan plantaardige voedingsmiddelen zoals granen, noten, groenten en fruit. Bij het waterverbruik is dat omgekeerd: dan scoren noten en fruit relatief hoog.
- Gezond eten is in veel gevallen ook duurzamer; het waterverbruik kan wel hoger zijn.
- Het vervangen van sterk bewerkt voedsel (bijvoorbeeld kipnuggets) door minder bewerkt voedsel (kipfilet) is gezonder, maar niet per se duurzamer of goedkoper.
- Plantaardige burgers zijn een stap richting minder vlees; ze zijn niet persé gezond.

**Vellinga onderzocht ook de kosten van een een gezonder en duurzamer voedingspatroon.** Hiermee toonde zij aan dat consumenten die ervoor kiezen om duurzamer en gezonder te eten, niet per se duurder uit hoeven te zijn. Met slechts kleine veranderingen in het kooppatroon, binnen hetzelfde budget, is er toch veel winst voor milieu en gezondheid te boeken. *(De dia's over deze resultaten zijn nog niet gepubliceerd en ontbreken daarom in de presentatie die geplaatst is op de site van de Fryske Akademy en het Landbouwmuseum).*

**Onderwerp van onderzoek is verder de effectiviteit van maatregelen om mensen tot andere voedselkeuzes te verleiden.** Zo onderzocht Vellinga het effect van beprijzing (vlees 30% duurder), nudging (informatie verstrekken over de milieubelasting en alternatieven) en een combinatie hiervan. Voor dit onderzoek deden deelnemers boodschappen in een virtuele supermarkt, waarbij men hetzelfde budget als normaliter te besteden had, wat varieerde per inkomensgroep. Resultaat was dat de maatregelen afzonderlijk het koopgedrag nauwelijks beïnvloeden, een combinatie van beide maatregelen had wel effect.

## **Discussie**

Een hoge milieubelasting van vlees, en de daaruit voortvloeiende wens om de consumptie van dierlijke eiwitten te verminderen, **kan consequenties hebben voor een melkveeprovincie zoals Fryslân.** Dit viel

echter buiten de scope van Vellinga's onderzoek. Ter nuancering merkt ze op dat de consumptie van dierlijke eiwitten wel naar beneden moet, maar niet per sé naar nul hoeft: het doel is om het aandeel dierlijke eiwitten van de huidige 60% te verlagen naar 40%. Er blijft behoefte aan zuivel, zoals ook wordt aanbevolen in de richtlijnen gezonde voeding van de Gezondheidsraad.

**Verskillende vragen over de onderzoeksmethode kwamen aan de orde.** Wordt de milieu-impact van zuivel en vlees, van dezelfde koeien, twee keer meegerekend (nee, dat wordt opgesplitst). En bijproducten die als veevoer dienen, worden die in de life cycle analyses (van boer naar bord) meegerekend (jazeker). Het onderscheid tussen gangbaar en biologisch zit nog niet in de onderzoeksmethode. Meer verscheidenheid in producten en productiesystemen staat bovenaan de wensenlijst. Ook is uitbreiding van het onderzoek wenselijk met de bevolkingsgroep van 80 jaar en ouder, nu gaat dat niet verder dan 79 jaar (eerder lag de grens bij 69 jaar).

**Is er wel voldoende geschikte grond voor de teelt van groenten en fruit beschikbaar is, werd gevraagd.** Zo zijn veel gronden (veen, zware klei) voor weinig anders geschikt dan voor grasland (en dus zuivel). Zorgen zijn er ook over de beschikbaarheid van voldoende zoet water. Die neemt met de klimaatverandering af.

**Het koopgedrag van de consument wordt sterk beïnvloed door het aanbod van de supermarkten.** Vraag is hoe die te verleiden zijn om meer duurzaam en gezond voedsel aan te prijzen. Tegenstrijdige onderzoeksresultaten dragen daar niet aan bij, die worden nu vaak voor eigen voordeel aangewend. Dat is te voorkomen met meer coördinatie en samenwerking in het onderzoek.

**Tot slot wordt het belang van lokale producten naar voren gebracht.** Nu eten grote delen van de wereldbevolking hetzelfde. Meer lokale producten kan de milieubelasting verlagen. Hetzelfde geldt voor de consumptie van seizoensproducten.

*De lezing van Vellinga was de vierde van een serie van vijf die het Lânboukundich Wurkferbân in het seizoen 2023/2024 organiseert rond het thema duurzame voedselsystemen. S. Oosting, hoogleraar duurzame dierlijke productiesystemen in Wageningen, gaf 20 oktober 2023 de eerste lezing. K. Poppe, tot 2020 research manager bij het LEI/Wageningen Economic Research, volgde op 24 november 2023, gevolgd door H. Westhoek, programmaleider en senior researcher landbouw en voedsel bij het Planbureau voor de Leefomgeving op 10 December 2023. A. Datema, directeur agro en food van de Rabobank, sluit de lezingenreeks op 15 maart 2024 af. Op 14 april 2024 vindt nog een excursie plaats bij Jensma Agro in Westhoek. Presentaties en verslagen van de lezingen zijn te vinden op [link vermelden](#).*