

Gezonde samenleving begint met gezond etende kinderen

Project: HabEat



WAGENINGEN UR
For quality of life



Samenvatting

De smaakontwikkeling begint bij kinderen op jonge leeftijd. In het EU onderzoeksproject HabEat wordt gekeken welke factoren de voorkeuren van kinderen voor voedsel bepalen. Dat levert advies op over gezond voedsel voor kinderen, en strategieën om kinderen meer groenten te laten eten. Het onderzoek gebeurt in nauw overleg met babyvoedingfabrikanten, die er hun voordeel mee kunnen doen.

Uit onderzoek blijkt dat kinderen op jonge leeftijd gewoontes aanleren omtrent voeding, en ook de smaakontwikkeling begint heel jong. Als een kind op jonge leeftijd gewend raakt aan een gevarieerd dieet met groenten, is de kans groot dat het ook op latere leeftijd gezond blijft eten. Op dit moment is het echter zo dat een groot deel van de jonge kinderen niet de dagelijks aanbevolen hoeveelheid groente en fruit binnen krijgt. Het EU onderzoeksproject HabEat richt zich daarom op het aanleren van eetgewoonten bij jonge kinderen, van twee tot zes jaar, vertelt Valesca Kooijman, projectleider van het project binnen Wageningen UR, University & Research centre. HabEat is een groot project waarbij 11 Europese onderzoeksinstituten zijn betrokken, 11 babyvoedingfabrikanten en een aantal organisaties van beleidsmakers en professionals op het gebied van kindervoeding. Binnen Wageningen UR werken onderzoekers van Food & Biobased Research en de leerstoelgroep humane voeding van Wageningen University aan HabEat. Het project is in januari 2010 begonnen en loopt tot eind 2013. Vanaf 2012 zullen de eerste resultaten bekend worden.

In het onderzoek wordt met name gekeken naar welke leermechanismen er zijn, hoe gezonde eetgewoonten aangeleerd worden en welke factoren daarop van invloed zijn. Uit eerder onderzoek is al gebleken dat kinderen van 4 tot 12 jaar een voorkeur hebben voor knapperige groenten zonder bruine vlekjes. Rauwe groenten zijn vaak populair en gestoomde groenten hebben de voorkeur boven lang doorgekookte slappe groente. Het onderzoek dat Wageningen UR Food & Biobased Research doet binnen HabEat bouwt hier op voort met studies bij kinderen van vier tot zes jaar waarbij gekeken wordt welke strategieën het best gebruikt kunnen

Partners

- Institut national de la recherche agronomique (INRA)
- Wageningen UR Food & Biobased Research
- Institut National de la Santé et de la recherche médicale (INSERM)
- The University of Leeds (ULeeds)
- Wageningen University, onderdeel van Wageningen UR
- Københavns Universitet (UCPH)
- University College London (UCL)
- Universidade do Porto
- Harokopio University (HUA)
- University of Bristol (UNIBRIS)
- INRA Transfert SA (IT)
- Nestlé (Switzerland)
- Danone (France)
- Vitagora – a Taste-Nutrition-Health competitive cluster (France)
- Heinz (UK)
- Arla Foods amba
- Clarella (France)
- Alliance 7 (France)
- HiPP (Germany)
- Plum Baby (UK)
- Bonduelle Nutrition (France)
- Lactalis

worden om groenteconsumptie te stimuleren. Er worden experimenten gedaan waarbij kinderen in het Restaurant van de Toekomst, ook onderdeel van Wageningen UR, zelf groenten koken om het effect daarvan op de inname te bestuderen. Ook worden op scholen experimenten gehouden waarbij groenten herhaaldelijk en in verschillende vormen worden aangeboden aan kinderen, bijvoorbeeld in plakjes of reepjes. In een ander onderdeel gaat het om imitatie van gezond gedrag. De kinderidolen Ernst en Bobby, bij kinderen bekend van tv, hebben meegewerkt aan een filmpje waarin ze groenten eten, en het effect daarvan op kinderen gaat gemeten worden. In een andere opzet eet de docent van de kinderen groenten in de klas en wordt het effect daarvan gemeten. Deze studies worden in vergelijkbare vorm ook uitgevoerd in andere Europese landen door partnerorganisaties. Bij al deze studies worden ook onderliggende factoren bekeken, zoals sociaaleconomische status, lengte en gewicht van de kinderen, en de manier waarop ouders met het eetgedrag van hun kind om gaan. Onderzoekers bij de leerstoelgroep Humane voeding en bij andere Europese onderzoeksinstituten richten zich op kinderen van 2 tot 4 jaar, en onder andere op de vraag of het krijgen van keuze van invloed is op de groenteconsumptie.

Het bedrijfsleven financiert niet mee aan dit onderzoek maar is betrokken bij HabEat via de stakeholder advisory board, waar bedrijven en organisaties van beleidsmakers en professionals in zitten. Valesca Kooijman legt uit dat er regelmatig stakeholder workshops worden gehouden waarin het bedrijfsleven in een actieve uitwisseling kan meepraten over de opzet van het onderzoek, de voortgang van het onderzoek en hoe de stakeholders gebruik kunnen maken van de resultaten. 'Het bedrijfsleven is heel geïnteresseerd. Het kan aanwijzingen geven voor de ontwikkeling van producten waarmee kinderen al op jonge leeftijd kennis maken met een grotere variatie aan smaken. Gezonde voeding is ook voor het bedrijfsleven belangrijk.' Daarnaast profiteren ook maatschappelijke organisaties als het Voedingscentrum en organisaties van scholen en kinderopvang van de adviezen die uit het onderzoek voortkomen. Er wordt ook voorlichting ontwikkeld gericht op ouders, scholen en kinderopvang. De resultaten van HabEat worden behalve in workshops met bedrijven ook gedeeld in lokale workshops met bijvoorbeeld scholen, en via de website en nieuwsbrieven. ■

Resultaten

- Adviezen en strategieën om kinderen gezonder te laten eten en meer groenten te laten eten



Contact

Valesca Kooijman
Wageningen UR Food & Biobased Research
0317-481508
valesca.kooijman@wur.nl