



BASISVOEDINGS- MIDDELEN- EN GEDRAGSINTERVENTIES OM GEZOND TE BLIJVEN



Hoe stimuleren we gezonde eetgewoontes en/of zorgen we ervoor dat mensen onbewust een betere voedselkeuze maken? En wat is de impact van onze voedselkeuze op gezondheid? Dit PPS-project wil aantonen dat een interventie met gezonde, nutriëntrijke basisvoedingsmiddelen een meetbaar effect heeft op gezondheid en dat bewuste en onbewuste stimulatie kan leiden tot een gezonde voedselkeuze.

WAT ZIJN DE RESULTATEN EN PLANNEN?

In een twee jaar durende interventiestudie onderzoeken we de relatie tussen zuivel en fysieke veerkracht. Helpt zuivel het lichaam om snel te herstellen van een suikershot? En is dit snelle herstel gelinkt is aan een snelle omschakeling naar het juiste verbrandingsmechanisme? Daarnaast hebben we een eerste versie ontwikkeld van een personal health assistent die op individueel niveau informeert over de gevolgen van voeding voor je gezondheid.

Tijdens het Nationaal Schoolontbijt hebben we aangetoond dat er gemiddeld per kind meer volkorenbroodjes worden gegeten als ze een grappige vorm hebben. Dit jaar voeren we een vervolgstudie uit waarbij de grootte van de broodjes varieert. Verder is onderzocht of de aankoop van volkorenbrood in supermarkten beïnvloed kan worden door de schapindeling aan te passen en in bakkerswinkels door het meegeven van samples. Ook wordt dit jaar een studie uitgevoerd in een bedrijfskantine.

MEER INFO

Partners: FrieslandCampina, Nederlands Bakkerij Centrum, VitalinQ, Wageningen UR en UMCG

Projectcoördinatoren: Cécile Singh-Povel (Cecile.Singh-Povel@frieslandcampina.com) en Frank Janssen (f.janssen@nbc.nl)
www.wageningenur.nl/nl/project/Basisvoedingsmiddelen-en-gedragsinterventies.htm