



Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu  
Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

# VCP Nieuws

Jaargang 5, Nummer 2 / oktober 2011

"VCP-nieuws" heeft tot doel u op de hoogte te houden van aanvullingen en wijzigingen op de VCP-website.

## Nieuwe voedselconsumptiepeiling

VCP 2007-2010

Nederlanders eten nog steeds te weinig fruit, groente, vis en vezel. Wel is het type vet in de voeding verbeterd, doordat vooral de hoeveelheid transvetzuren in voedingsmiddelen is afgenomen. Het aandeel verzadigde vetzuren in de voeding is echter nog ongunstig en overgewicht komt frequent voor. Dit blijkt uit recente voedselconsumptiegegevens van het RIVM. Hiervoor is tussen 2007 en 2010 in kaart gebracht wat kinderen en volwassenen in de leeftijd van 7 tot 69 jaar consumeren.

### Belang gezond voedingspatroon

Een gezond voedingspatroon is van belang om overgewicht en chronische ziekten tegen te gaan. Met de verkregen kennis van het huidige consumptiepatroon kan een gezondere voeding worden gestimuleerd. Dit kan via veranderingen in het voedselaanbod en het voedingsgedrag.

### Inname van vitamines en mineralen

Uit de peiling blijkt ook dat een deel van de bevolking minder vitamine A, B1, C en E, magnesium, kalium en zink binnen krijgt dan wordt aanbevolen. Onderzoek is nodig naar de effecten hiervan op de gezondheid.

U kunt het volledige [rapport](#) downloaden.

Een samenvatting van de resultaten op de VCP-website vindt u onder 'Lees meer'.

[Lees meer](#)



## Colofon

### Redactie

Redactie: Caroline van Rossum  
E-mail: [vcp@rivm.nl](mailto:vcp@rivm.nl)  
[www.voedselconsumptiepeiling.nl](http://www.voedselconsumptiepeiling.nl)

### Abonneren

Om uw e-mailadres te wijzigen, u aan of af te melden of de nieuwsbrief online te raadplegen [klik hier](#).

Deze nieuwsbrief is gegenereerd uit een automatisch systeem. Voor vragen en opmerkingen kunt u contact opnemen met de redactie.