nieuws

"Consumenten weten te weinig over gezonde voeding"

nieuws

De Belgische consumenten hebben wel interesse in gezonde voeding, maar weten er te weinig over. Ze hebben het ook heel moeilijk om de juiste voedingswaarde en de aanbevolen hoeveelheden van een product in te schatten. De vraag naar meer informatie over de voedingswaarde van de producten is groot. Dat blijkt uit een studie van het OIVO.

11 SEPTEMBER 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:09

Lees meer over:
consument
gezondheid

De Belgische consumenten hebben wel interesse in gezonde voeding, maar weten er te weinig over. Ze hebben het ook heel moeilijk om de juiste voedingswaarde en de aanbevolen hoeveelheden van een product in te schatten. De vraag naar meer informatie over de voedingswaarde van de producten is groot. Dat blijkt uit een studie van het OIVO.

Voor de studie ondervroegen wetenschappers 1.304 Belgen ouder dan 18 jaar. De meerderheid heeft interesse in goede eetgewoonten en zes op de tien raadpleegden al een diëtist. De helft van de Belgen leest wat er op de verpakking staat en vier op de tien wil meer weten over de samenstelling van het product. "Niettemin hebben ze problemen om uit twee producten het gezondste te kiezen. Voorts hebben ze een slechte perceptie van hun lichaamsgewicht", stelt het OIVO.

Uit het onderzoek blijkt ook dat consumenten niet goed weten hoeveel groenten en fruit we elke dag moeten eten. "De meesten zeggen dat drie porties volstaan, terwijl deskundigen vijf porties vooropstellen", aldus het OIVO. Acht op de tien consumenten overschatten de hoeveelheid zout die men dagelijks moet nemen. Deskundigen vinden 6 gram per dag het maximum. Minder dan één op de drie consumenten weten ook dat men gewoon zout door gejodeerd zout kan vervangen.

Nog uit de studie blijkt dat negen op de tien respondenten de tijd overschatten die men dagelijks moet besteden aan bewegen. Volgens deskundigen is 30 minuten per dag voldoende. Volgens het OIVO heeft de voortdurende berichtgeving over voedingswaarden en gezondheid een impact op de koopgewoonten van de Belgen. Walen (+16 procent) en gezinnen (+13 pct) zeggen vaker dat ze hun koopgewoonten veranderd hebben. Bij mannen (-6 pct) en Vlamingen (-8 pct) komt dat minder vaak voor.
Lage sociale groepen vinden de oproepen om gezond te eten irritant en beschuldigend. Ze zoeken niet naar informatie, lezen de verpakking niet en interesseren zich weinig voor de voedingswaarde op etiketten. Het OIVO dringt aan op een betere samenwerking tussen de voedingsindustrie en de verbruikersorganisaties, meer controles en een betere klachtenbehandeling als het gaat over de voedingswaarde van de producten en de voedingswaardeclaims.
Voorts moeten er gerichte sensibiliseringscampagnes komen rond voeding, en dan vooral voor de risicogroepen.
Meer informatie: De gezondheidsinformatie

Bron: Belga

VILT vzw
Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact
M • info@vilt.be

Volg ons op:
screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws

screenreader.visit us on our bluesky page:
https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada