

'Light' maakt in winkelrekken plaats voor 'gezond'

nieuws

Gedaan met light. Consumenten weten intussen dat deze claim vaak niet meer is dan een lege doos. Voortaan moeten snoep en frisdrank niet alleen goed zijn voor de lijn, maar ook goed voor de gezondheid of het lichaam. Coca-Cola en Pepsi lanceren deze maand in de VS allebei een nieuwe cola, verrijkt met vitamines en mineralen. Danone brengt een yoghurtje op de markt dat goed is voor de huid.

🕒 10 MAART 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:59

□
Gedaan met light. Voortaan moeten snoep en frisdrank niet alleen goed zijn voor de lijn, maar ook goed voor de gezondheid of het lichaam. Coca-Cola en Pepsi lanceren deze maand in de VS allebei een nieuwe cola, verrijkt met vitamines en mineralen. Danone brengt een yoghurtje op de markt dat goed is voor de huid. De lolly's van Chupa Chups zijn dan weer goed voor het immuunsysteem. En NewTree maakt chocolade die de vrouwelijke hormonale ongemakjes wegneemt.

De reden waarom de producten voortaan niet 'light', maar 'gezond' zijn? "Om klanten te lokken natuurlijk", zegt voedingsdeskundige Greet Vansant van de KU Leuven. "Dat light vaak een lege doos is, weten de consumenten intussen al. Light chips zijn bijvoorbeeld net zo ongezond als gewone. Daarom moesten de producenten op zoek naar iets nieuws. En omdat er momenteel een trend is naar een gezonde voeding, wordt daar gretig op ingespeeld met allerlei marketingkunstjes. En de klant is maar al te blij dat de producent zegt dat die een alternatief heeft voor fruit of brood".

Of een cola met vitamines dan niet 'gezonder' is? "Ja en nee", zegt Els Jacquemijn van de Vlaamse Beroepsvereniging van Voedingsdeskundigen en Diëtisten. "Het product op zich is gezonder dan de cola zonder vitamines. Extra vitamines zijn dus zeker niet slecht, integendeel. Maar als mensen het gaan drinken om zo hun vitamines binnen te krijgen, dan is dat een slechte zaak. Wie denkt: ik moet geen fruit meer eten omdat ik al een frisdrank met vitamines heb gedronken, is fout bezig. En daar schuilt het gevaar natuurlijk".

Hoe het dan zit met snoep zonder suiker? Suikervrije bonbons, lolly's en kauwgum duiken steeds vaker op in de winkelrekken. "Daar hangt het af van wat er in de plaats gebruikt wordt", zegt Jacquemijn. "Zijn die suikers vervangen door natuurlijke suikers, dan is die snoep iets gezonder.

Maar veel mensen vergeten dat natuurlijke suikers ook calorieën bevatten. Het is dus niet omdat er geen suiker in snoep zit, dat je er niet dik van wordt".

Tal van producenten goochelen nu ook met 'vezels'. Chocoladeproducent Tonkeys heeft nu chocolade met 30 procent minder suikers en 15 procent meer vezels. "Vezels zijn altijd goed", zegt Greet Vansant. "In ons land hebben we er een tekort aan. Maar de vraag is natuurlijk of je die moet innemen onder de vorm van chocolade. Daar zitten ook verzadigde vetten in, en die zorgen dan weer voor een verhoogd risico op hart- en vaatproblemen".

Tot slot zijn er ook nog de producten die goed zijn voor het lichaam. Chocolade van NewTree met een extract van sojakiemen, wat de typische vrouwenkwaaltjes verlicht. Of Essensis van Danone, een yoghurt die je mooier maakt. "Die yoghurt heb ik zelf getest en is inderdaad goed voor de huid", zegt Vansant. "Maar je moet die dan wel elke dag eten. Als we zo voortdoen, zitten we aan de ontbijttafel met 35 verschillende potjes... Zo lijken we meer en meer astronauten. Een gezond ontbijt bestaat bijvoorbeeld uit fruitsap, brood, wat beleg en nog wat fruit. Dan heb je al die dure producten niet nodig".

Bron: Het Laatste Nieuws

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1030 Schaerbeek

Contact

T • 0473 59 41 39
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 twitter page: https://twitter.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>

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by [Who Owns The Zebra](#)