nieuws

Matrixeffect verklaart gezondheidsvoordeel van zuivel

nieuws

Tijdens een driedaagse symposiumtour in Belfast, Dublin en Parijs hebben drie Europese voedingsexperten een update gepresenteerd van de meest recente studies naar de gezondheidsvoordelen van de melkmatrix. Het matrixeffect is een relatief nieuw concept. Het stelt dat de gezondheidsvoordelen van een voedingsmiddel niet alleen gezocht moeten worden in het effect van de verschillende onderdelen ervan maar ook in de interactie tussen de verschillende componenten. “De interactie tussen de verschillende voedingsstoffen die melk en melkproducten van nature bevatten, verklaart waarschijnlijk mee de toenemende evidentie voor de gunstige gezondheidseffecten van zuivelproducten”, aldus het Vlaams Centrum voor Agro- en Visserijmarketing (VLAM).

1 OKTOBER 2014 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:27

Lees meer over:
melkvee
gezondheid



Tijdens een driedaagse symposiumtour in Belfast, Dublin en Parijs hebben drie Europese voedingsexperten een update gepresenteerd van de meest recente studies naar de gezondheidsvoordelen van de melkmatrix. Het matrixeffect is een relatief nieuw concept. Het stelt dat de gezondheidsvoordelen van een voedingsmiddel niet alleen gezocht moeten worden in het effect van de verschillende onderdelen ervan maar ook in de interactie tussen de componenten. “De interactie tussen de verschillende voedingsstoffen die melk en melkproducten van nature bevatten, verklaart waarschijnlijk mee de toenemende evidentie voor de gunstige gezondheidseffecten van zuivelproducten”, aldus het Vlaams Centrum voor Agro- en Visserijmarketing (VLAM).
De symposiumtour werd mee georganiseerd door het European Milk Forum in het kader van het ‘Milk, nutritious by nature’-informatieproject. Professor Ian Givens van de Britse Univeristy of Reading, professor Arne Astrup van de Deense University of Copenhagen en doctor Jean Michel Lecerf van het Franse Institut Pasteur Lille bespraken de gezondheidsvoordelen van melk en zuivel. Ze bevestigden dat melk en melkproducten een belangrijke rol kunnen spelen in een gezond en evenwichtig voedingspatroon ter preventie van obesitas, diabetes type 2 en cardiovasculaire aandoeningen.
Terwijl de voedingswetenschappen zich gedurende tientallen jaren vooral hebben toegelegd op onderzoek met voedingsstoffen zoals vetten, vitaminen en mineralen, blijkt intussen dat de gezondheidseffecten van voedingsmiddelen als geheel vaak groter of verschillend kunnen zijn dan die van de som van de voedingsstoffen die ze bevatten. Een voedingsmiddel - vooral in zijn meest natuurlijke, ongeraffineerde vorm – is een unieke combinatie van honderden componenten die voorkomen in een bepaalde vorm en met elkaar interageren. De jongste jaren is er meer aandacht voor het onderzoek naar het gehele voedingsmiddel of de voedingsmatrix.

Melk en melkproducten bevatten van nature veel verschillende voedingsstoffen. Zij zijn een natuurlijke bron van calcium, vitamine B2, vitamine B12, fosfor en kalium en brengen hoogwaardige eiwitten. Naargelang het volle of magere melkproducten betreft bevat melk ook wat meer of minder vet. Door boodschappen die vooral focussen op dat vetgehalte twijfelen velen nog aan het effect van melk op onder meer obesitas, hart- en vaatziekten en diabetes type 2.
“Recent wetenschappelijk onderzoek laat echter zien dat melk en melkproducten een gunstige rol kunnen spelen in de preventie tegen deze ziekten. Dat is waarschijnlijk te verklaren door het samenspel van de verschillende voedingsstoffen in melk en melkproducten dat het effect van een onderdeel, bijvoorbeeld vet, overstijgt”, vat VLAM de boodschap van de sprekers samen. De voedingsexperten illustreerden deze bevindingen aan de hand van de meest recente studies en besloten dat melk en melkproducten belangrijke gezondheidsvoordelen kunnen bieden als onderdeel van een gezond en evenwichtig voedingspatroon.
Meer info: symposiumdossier & brochure ‘Melk voedzaam van nature’

Beeld: VLAM

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