

Eet meer groenten en fruit

Begin juli 2008 hebben minister Klink (VWS) en minister Verburg (LNV) de Nota Voeding en Gezondheid naar de Tweede Kamer gestuurd. Onder de titel 'Gezonde voeding, van begin tot eind' geeft de regering aan hoe een bewuster keuzegedrag bij de consument en een gezond productaanbod door het bedrijfsleven uiteindelijk kunnen bijdragen aan een gezond voedingspatroon van de consument. Met als uiteindelijk doel: meer gezondheid en het voorkomen van (chronische) ziekten.

In de nota is opgenomen dat Nederland een hoog niveau heeft bereikt wat betreft de chemische voedselveiligheid. De reductie van acrylamide en mycotoxinen wordt op dit terrein als belangrijkste speerpunt gezien.

Ten aanzien van chemische stoffen loopt een onderzoek naar de vraag of kinderen gelet op hun specifieke gevoeligheid voldoende beschermd worden door de huidige risicobeoordelingsmethodiek. Het rapport wordt in 2010 verwacht.

De nota stelt dat de consumptie van groente en fruit al jaren ver onder de aanbevolen hoeveelheden ligt. Zo eten weinig tot geen jonge kinderen voldoende groente en slechts een kwart consumeert de gewenste hoeveelheid fruit. Dagelijkse consumptie van voldoende groenten en fruit draagt bij aan een voldoende inname van vitamines, mineralen en voedingsvezel. En het vermindert de kans op hart- en vaatziekten en bepaalde vormen van kanker.