

# SIGNaal

Voorjaar  
2016

Personalised food is één van de vijf thema's uit het SIGN programma Waard&vol groen

SIGN draagt bij aan de realisatie van de doelstellingen Topsector T&U



## Personalised Food

Miljoenen Nederlanders lijden aan chronische ziekten. Kunnen zij zich weer gezond eten? Bij sommige ziekten, zoals diabetes (type 2) blijkt dat mogelijk. Bij andere ziektebeelden zijn er sterke aanwijzingen dat een specifiek dieet de gezondheid bevordert. Bovendien geldt voor alle aandoeningen dat een gezond dieet bijdraagt aan gezondheid en welbevinden.

Voedingsadviezen zijn gebaseerd op het gemiddelde effect bij grote groepen mensen, terwijl bekend is dat individuen sterk verschillen. Mensen verschillen niet alleen in persoonlijke voorkeuren, ze reageren ook verschillend op hetzelfde voedsel. Hoe kunnen we dan vaststellen welk dieet het beste is? Dat kan bijvoorbeeld door:

- te meten aan bloedsuiker of specifieke bloedwaarden,
- speciale diëten zelf te testen en de ervaringen te delen met anderen.

Voor vijf aandoeningen (prostaatkanker, reuma, COPD, nierschade en diabetes) is verkend of een specifiek dieet kan helpen. Bij diabetes type 2 is inmiddels in de praktijk bewezen, dat een aangepast dieet leidt tot een fors lager medicijngebruik. In een samenleving, waar de zoete verleiding op elke straathoek lonkt, is het moeilijk structureel minder suiker, vet en zout te consumeren. Maar hoe zit het met andere aandoeningen? Hoe kunnen consumenten zelf eenvoudig het voedsel kiezen, dat het best aansluit op hun situatie? Idealiter zitten ze zelf aan het roer en kiezen die producten, die hun gezondheid het beste ondersteunen.

### Inhoudsstoffen en aandoeningen

Voeding is geen medicijn, er zijn wel veel aanwijzingen dat speciale inhoudsstoffen een positieve invloed op de gezondheid hebben. Zoals lycopene in tomaten en sulfarofaan in broccoli. De bereidingswijze heeft ook invloed of het lichaam de inhoudsstoffen goed kan opnemen.



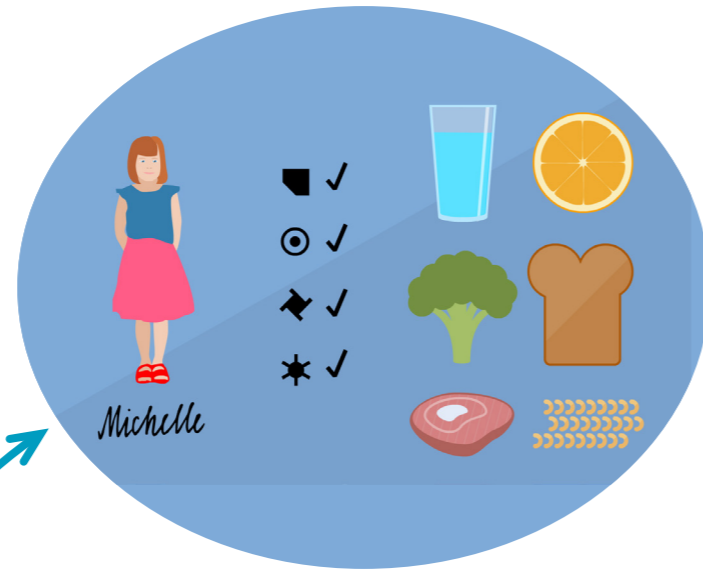
### Metabole kaart

Hoe kan het dat mensen verschillend reageren op dezelfde stoffen? Nederlandse onderzoekers hebben de stofwisseling van het lichaam helemaal in kaart gebracht: de zogenaamde metabole kaart. Deze blijkt voor iedereen verschillend te zijn. Welk voedsel bij jou past is afhankelijk van genetische basis, leefstijl, leeftijd, actuele gezondheid en cultuur.



## Dromen van zelflevering met Personalised Food

Hoe kunnen patiënten in de toekomst zelf bepalen hoe ze optimale voeding kunnen selecteren?



### Persoonlijk maaltijdadvies

Uw persoonlijke maaltijdadvies met menu voor producten specifiek voor bepaalde aandoeningen. U kunt zelf eenvoudig producten toevoegen en verwijderen. De producten zijn betaalbaar en lekker.



### Logistiek

U krijgt uw pakket thuis afgeleverd of haalt het op in de buurt.

### Recepten en tips

Uw pakket bevat naast de voedingsmiddelen recepten en bereidingswijzen, tips van andere gebruikers.



Recept  
2 tomaten  
1 courgette  
1 paprika  
verse kruiden  
pasta

### Vertrouwen en zelfregie

Diëtisten maken het voedingsadvies op basis van betrouwbare informatie en leverbare producten. Met de patiëntenverenigingen is periodiek contact om nieuwe inzichten toe te passen. U kunt uw eigen profiel aanpassen aan uw voorkeuren.



### Terugkoppeling en feedback

U kunt uw ervaringen registreren voor eigen gebruik of deze delen met een door u geselecteerde groep: andere patiënten, huisartsen, patiëntenvereniging, diëtisten of onderzoekers. De informatie komt deels van de gebruikers: positieve ervaringen, tips hoe gerechten te bereiden zijn, hoe je gezonde snacks kunt maken, etc. Met uw feedback zult u steeds beter voedingsadvies ontvangen, kan de wetenschap gericht onderzoek doen, en kunnen voedselproducenten betere producten maken.



### Vertrouwen centraal

De samenwerking tussen patiënten, tuinbouw en biomedische wetenschappers is cruciaal om vooruitgang te boeken.

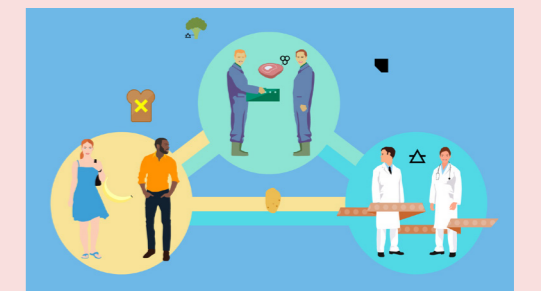


### Rol patiëntenvereniging

Samen met voedingskundigen en medische sector volgt de patiëntenvereniging de nieuwste ontwikkelingen en bewaakt de inhoudelijke doelstellingen.

### Goede software

Om Personalised food betaalbaar aan te kunnen bieden, is het noodzakelijk om te automatiseren. Bestellen op maat, profielen met voorkeuren, administratie van bestellingen en de betalingen, herkomst en kwaliteit van de producten. Achter de schermen regelt het systeem de noodzakelijke bestellingen en het samenstellen van de bestellingen. De patiënt bepaalt zelf welke informatie hij met wie wil delen.



Bekijk de animatie  
Personalised food op  
youtube



## Pilot prostaat­kanker patiënten Zuid-Holland

Voor prostaat­kanker zijn er veel aanwijzingen dat de juiste voeding echt verschil kan maken. De tuinbouw kan de teelt zo aanpassen, dat het gehalte aan specifieke inhoudsstoffen in verschillende groentes is te garanderen. Onder de titel *'Ik kies mijn voedsel voor mijn gezondheid'* is in de Zuid-Hollandse regio een samenwerkingsverband gevormd dat gezonde voeding bij prostaat­kanker in de praktijk gaat onderzoeken. De partners zijn Erasmus MC, Platform Patiënt en Voeding, tuinbouwbedrijven verenigd in het Katapult Centrum Vers+, en Stichting Voeding Leeft. Het ministerie van EZ, de gemeente Rotterdam en Innovation Quarter ondersteunen deze pilot.

De deelnemers, 100 mannen die onder controle staan van prostaat­kanker­klinieken in Zuid Holland, krijgen coaches voor een persoonlijk dieetadvies met speciale producten, die ze aan huis kunnen laten bezorgen. Ze kunnen zelf kiezen uit een reeks verschillende producten. De tuinbouw kan de producten selecteren die het beste bij het voedingsadvies passen. Patiënten hebben een grote stem in de ontwikkeling van de pilot. Naast biomedische informatie en kennis zal de pilot ook ervaringen van patiënten opleveren.



### Omvang doel­groepen

Voor vijf aandoeningen is in kaart gebracht hoe groot de doel­groepen zijn.

**Prostaat­kanker** De risicogroep voor prostaat­kanker (oudere mannen) is ca. 2 miljoen in Nederland, in Europa gaat het om ca. 90 miljoen mannen.

**Reuma** 1,7 miljoen mensen in Nederland lijden aan reuma, 50.000 patiënten aan jicht.

**COPD** COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease: Chronische Obstructieve Longziekte) 360.000 mensen.

**Nierschade** Aan nierschade lijden 1 miljoen Nederlanders, waarvan 60.000 met een ernstige nieraandoening.

**Diabetes** Diabetes type 2: ca. 700.000 geregistreerd bij de huisarts, naar schatting is de totale omvang inclusief niet gediagnosticeerden ca. 1 miljoen.

### Colofon SIGNaal 30

SIGN, Postbus 51, 2665 ZH Bleiswijk  
[www.innovatieglastuinbouw.nl](http://www.innovatieglastuinbouw.nl)  
E: [sign@innovatieglastuinbouw.nl](mailto:sign@innovatieglastuinbouw.nl)

Programmamanager  
Peter Oei Tel. 06 515 42 882

Programmamanager  
Dewi Hartkamp Tel. 010-800 84 06

Vormgeving  
Meta Menkveld Ontwerp

Deze nieuwsbrief is opgesteld in samenwerking met Gaston Remmers (Habitus) en Janneke Blijdorp (Programmamanager voeding, Innovatie A&N).

SIGNaal gebruikt FSC-gecertificeerd papier.



Stichting Innovatie Glastuinbouw (SIGN) is een initiatief van LTO Glaskracht Nederland. SIGN heeft voor de uitvoering van haar werkprogramma een alliantie met Innovatie Agro & Natuur van het ministerie van Economische Zaken in het kader van Topsectoren.

SIGN ontvangt - gelijk voorgaande jaren - medefinanciering vanuit LTO Glaskracht Nederland, GroentenFruitHuis, VBN en diverse innovatiefondsen.