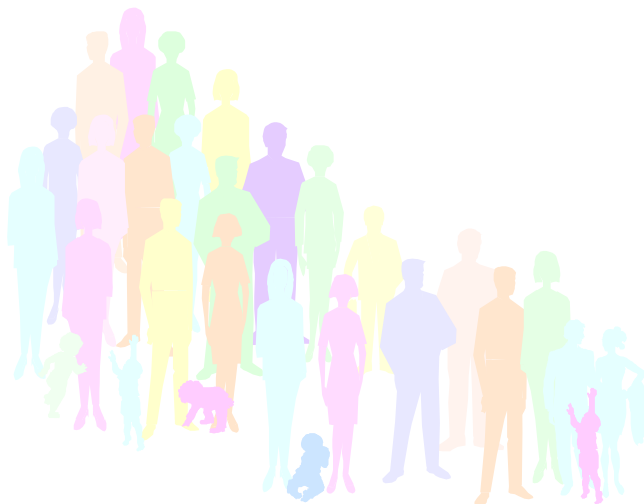




De Belgische Voedselconsumptiepeiling 1 -2004



Stephanie Devriese, Inge Huybrechts, Michel Moreau, Herman Van Oyen
De Belgische Voedselconsumptiepeiling 1 - 2004
Epidemiologie, maart 2006; Brussel (België)
Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid, WIV/EPI REPORTS N 2006 – 016
Depotnummer: D/2006/2505/17

De Belgische Voedselconsumptiepeiling 1 -2004

VCP groep

Onderzoeksteam (in alfabetische volgorde)
Emmanuel Abatih (WIV, Epidemiologie)
Stephanie Devriese (WIV, Epidemiologie)
Inge Huybrechts (UGent, VMG)
Michel Moreau (ULB, ESP)
Herman Van Oyen (WIV, Epidemiologie)

Diëtisten

Mia Bellemans (UGent, VMG)
Mieke De Maeyer (UGent, VMG)
Khadija El Moumni (Institut Arthur Haulot)
Davy Van Steenkiste (WIV, Epidemiologie)

Logistieke steun

Noëmi Debacker (WIV, Epidemiologie)
Anne-Lise Laffineur (WIV, Epidemiologie)
Monique Schoonenburg (WIV, Epidemiologie)

Bijzondere dank aan

De diëtisten-enquêteurs
De deelnemers

en aan

Leen Baert (UGent, FBW)
Maaïke Bilau (UGent, VMG)
Yves Coppieters (ULB, ESP)
Frank Devlieghere (UGent, FBW)
Tineke De Vriendt (UGent, VMG)
Marga Ocké (RIVM)
Ilse Pynaert (UGent, VMG)
Christelle Senterre (ULB, ESP)
Isabelle Sioen (UGent, VMG)
Nadia Slimani (IARC)
Marie-Paule Vanderelst (ULB, ESP)

Wetenschappelijke stuurgroep

Christine Bazelmans (ULB, ESP)
Guy De Backer (UGent, VMG)
Stefaan De Henauw (UGent, VMG)
Marcel Kornitzer (ULB, ESP)
Alain Leveque (ULB, ESP)
Christophe Matthys (UGent, VMG)

Wetenschappelijk Instituut
Volksgezondheid
J. Wytsmanstraat 14
1050 Brussel
België

Tel: 02 642 57 52

Fax: 02 642 54 10

e-mail: liesbeth.temme@iph.fgov.be

<http://www.iph.fgov.be/epidemiol/>

De Belgische Voedselconsumptiepeiling 1 - 2004

Betrokken instituten

Federaal Agentschap voor de Veiligheid van de Voedselketen

FOD Economie -
Algemene Directie Statistiek
en Economische Informatie

FOD Volksgezondheid,
Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu

Universiteit Gent,
Vakgroep Maatschappelijke Gezondheidskunde

Université Libre Bruxelles,
Ecole de Santé publique

Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid,
Afdeling Epidemiologie

Opdrachtgevers

FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu

Algemene Inhoud

Volume I

<i>Executieve samenvatting</i>	7
<i>I. Inleiding en methoden</i>	19
<i>II. Studiepopulatie</i>	57
<i>III. Voedings- en gezondheidsstatus</i>	73
<i>IV. Voedingsprofiel</i>	123

Volume II

V. Voedingsmiddelen

1 Voedingsdriehoek	159
2 Dranken	169
3 Graanproducten en aardappelen.....	227
4 Groenten	271
5 Fruit	291
6 Melk- en calciumverrijkte sojaproducten.....	311
7 Vlees, vis, eieren en vervangproducten.....	353
8 Smeer- en bereidingsvet	409
9 Restgroep.....	435

Volume III

VI. Energie en macronutriënten

1 Aanbevelingen	479
2 Energie	487
3 Vetten	509
4 Koolhydraten	543
5 Eiwitten.....	571

VII. Micronutriënten

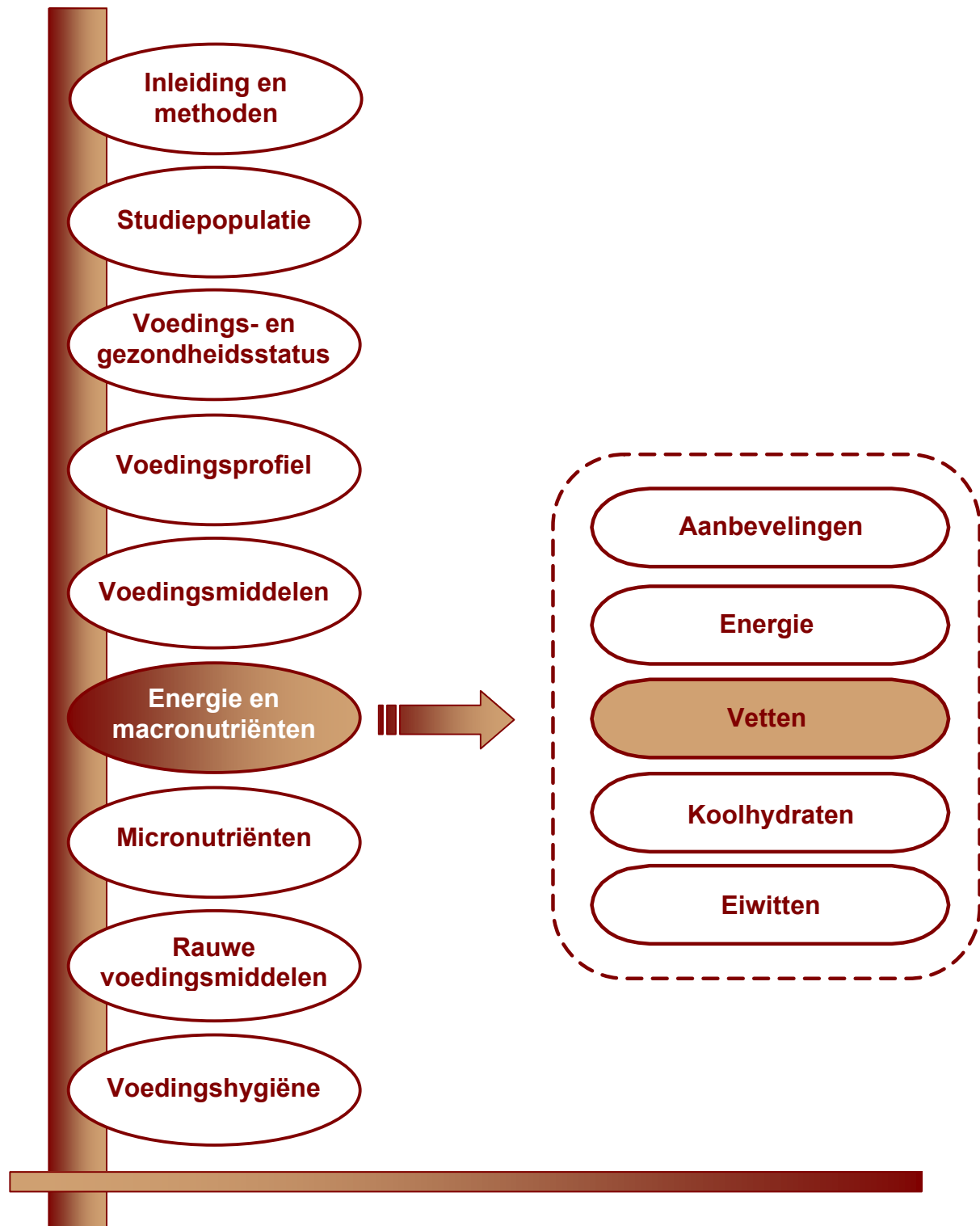
1 Aanbevelingen	591
2 Calcium	597
3 IJzer	617
4 Vitamine C	637

Algemene Inhoud

Volume IV

<i>VIII. Rauwe voedingsmiddelen</i>	<i>661</i>
<i>IX. Voedingshygiëne en voedselveiligheid binnen het huishouden</i>	<i>707</i>
<i>Bijlage 1 - Geselecteerde gemeenten</i>	<i>817</i>
<i>Bijlage 2.1- Communicatieformulier Voedselconsumptiepeiling 2004.....</i>	<i>819</i>
<i>Bijlage 2.2 - Ontvangstformulier Voedselconsumptiepeiling 2004.....</i>	<i>821</i>
<i>Bijlage 3.1 - Voedingsmiddelengroepen.....</i>	<i>823</i>
<i>Bijlage 3.2 - Voedingsmiddelenlijst.....</i>	<i>827</i>
<i>Bijlage 4 - Verstrekkingseenheden en conversiefactoren bij de Vlaamse voedingsdriehoek.....</i>	<i>863</i>
<i>Bijlage 5 - Conversiefactoren.....</i>	<i>867</i>

Vetten



Inhoudstafel

SAMENVATTING.....	513
1 INLEIDING.....	514
2 METHODE EN INDICATOREN.....	517
3 RESULTATEN.....	518
3.1 GEBRUIKELIJKE INNAME VAN TOTAAL VET	518
3.2 GEBRUIKELIJKE INNAME VAN VERZADIGD VET.....	519
3.3 GEBRUIKELIJKE INNAME VAN MONO-ONVERZADIGD VET	519
3.4 GEBRUIKELIJKE INNAME VAN POLY-ONVERZADIGD VET.....	519
3.5 BRONNEN VAN VETINNAME	520
3.6 BEOORDELING VAN DAGELIJKSE VETCONSUMPTIE IN VERGELIJKING MET DE AANBEVELINGEN VAN DE HOGE GEZONDHEIDSRAAD	520
3.6.1 <i>Totaal vet</i>	521
3.6.2 <i>Verzadigd vet</i>	521
3.6.3 <i>Mono-onverzadigd vet</i>	522
3.6.4 <i>Poly-onverzadigd vet</i>	523
4 TABELLEN VOLGENS DE GEBRUIKELIJKE CONSUMPTIE.....	524
REFERENTIELIJST.....	541

Samenvatting

- De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van het macronutriënt vet aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 37.9 en% (SD 6.4).
- De gemiddelde gebruikelijke inname bij vrouwen is iets lager dan bij mannen, respectievelijk 37.0 en% (SD 6.5) en 38.9 en% (SD 6.2).
- Slechts 10% van de algemene populatie, 15 jaar en ouder, voldoet aan de aanbeveling van minder dan 30 en% vet per dag te gebruiken.
- De gemiddelde gebruikelijke inname van verzadigde vetten bij vrouwen is vrijwel gelijk aan deze bij mannen, respectievelijk 15.6 en% (SD 3.6) en 15.7 en% (SD 3.6). De gebruikelijke inname van verzadigde vetten neemt in beide geslachten toe met toenemende leeftijd.
- Slechts 4% van de respondenten voldoet aan de aanbeveling om minder dan 10 en% verzadigd vet per dag te gebruiken.
- De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van mono-onverzadigde vetten aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 13.8 en% (SD 2.5).
- De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van poly-onverzadigde vetten aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 6.9 en% (SD 2.4).
- Meer mannen dan vrouwen voldoen aan de aanbeveling voor poly-onverzadigde vetten.

1 Inleiding

Vetten zijn een belangrijke energiebron voor het lichaam. Een gram vet levert 9 kcal energie. Dat is meer dan het dubbele van de energie die koolhydraten of eiwitten per gram leveren (4 kcal). Daarnaast brengen vetten essentiële vetzuren aan die noodzakelijk zijn voor de mens. Vetweefsel in het lichaam beschermt de organen en biedt isolatie tegen kou. Vet is ook een drager van de vetoplosbare vitamines (A, D, E en K). Verder is vet een smaakmaker in de voeding.

De belangrijkste vetten in onze voeding zijn triglyceriden. Triglyceriden bestaan uit glycerol en een mengsel van vetzuren. Op grond van de scheikundige samenstelling kunnen vetzuren ingedeeld worden in verzadigde, mono-onverzadigde en polyonverzadigde vetzuren. Alle vetten en oliën bevatten zowel verzadigde als onverzadigde vetzuren (1).

- **Verzadigde vetzuren** zijn vetzuren die geen enkele dubbele binding hebben tussen de koolstofatomen; de koolstofatomen zijn als het ware verzadigd met waterstofatomen. Voorbeelden van verzadigde vetzuren zijn laurine-, myristine-, palmitine- en stearinezuur. Deze komen vooral voor in zuivelproducten (boter, volle melk en kaas) en in vleeswaren (vooral van herkauwers). Sommige verzadigde vetzuren verhogen zowel de totale plasmacholesterol alsook de LDL-cholesterol (Low Density Lipoprotein). Een overmaat aan verzadigde vetzuren verhoogt het risico van cardiovasculaire aandoeningen.
- **Mono-onverzadigde vetzuren** hebben één dubbele binding in hun koolstofketen. In de voeding komt bijna uitsluitend één enkel mono-onverzadigd vetzuur met cis-configuratie voor, nl. oliezuur met als voornaamste voedingsbron olijfolie. Mono-onverzadigde vetzuren met trans-configuratie komen hoofdzakelijk in partieel geharde vetten voor.
- **Polygonverzadigde vetzuren** bevatten meerdere dubbele bindingen in hun koolstofketen. Het meest voorkomende vetzuur van dit type in de voeding is linolzuur dat de plasmacholesterol doet dalen. Daarnaast vindt men in kleinere hoeveelheden alfa-linoleenzuur (in plantaardige producten), arachidonzuur (in vlees) en de omega-3-vetzuren eicosapentaeenzuur en docosahexaeenzuur (in vis).

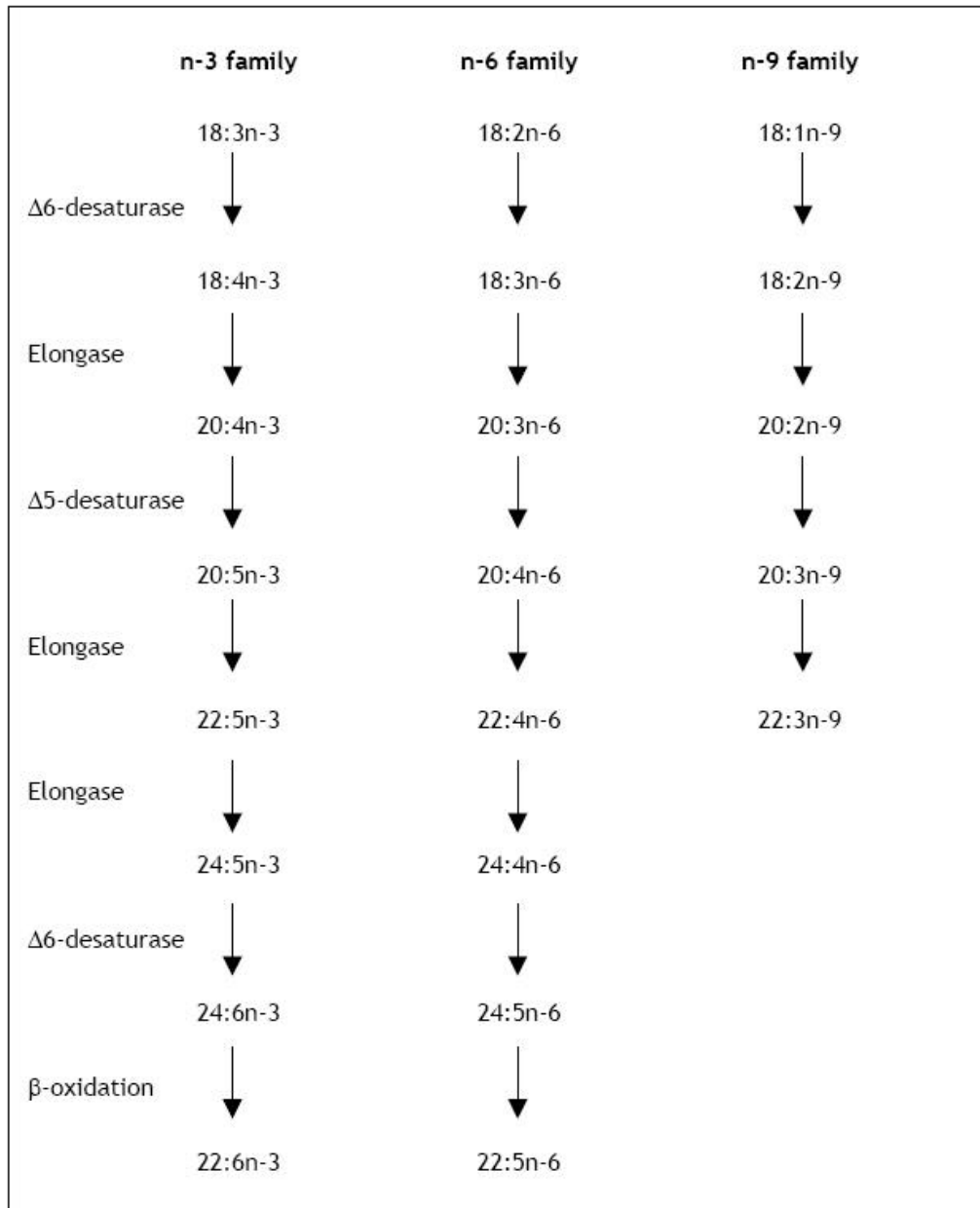
Bij de onverzadigde vetzuren zijn er drie scheikundige families: de omega-3-vetzuren, de omega-6-vetzuren en de omega-9-vetzuren (2). De omega-3 (n-3) en de omega-6 (n-6) reeksen zijn belangrijk omdat de essentiële vetzuren hiertoe behoren.

Essentiële vetzuren kunnen niet door het lichaam zelf aangemaakt worden, maar zijn noodzakelijk voor een goed functioneren van het menselijk organisme (2). Deze vetzuren moeten dus in de voeding aanwezig zijn. Er bestaan twee reeksen van essentiële vetzuren: de n-3 en de n-6 reeks waarvan alfa-linoleenzuur of C18:3n-3 en linolzuur of C18:2n-6 als het ware de stamouders zijn. Deze twee essentiële vetzuren kunnen in het lichaam verder omgezet worden in langketen polyonverzadigde vetzuren door elongatie (verlengen van de koolstofketen) en door desaturatie (invoegen van een dubbele binding) (Figuur VI.3. 1). Linolzuur wordt omgezet tot arachidonzuur (C20:4n-6, AA) en alfa-linoleenzuur wordt omgezet tot eicosapentaeenzuur (C20:5n-3, EPA) en docosahexaeenzuur (C22:6n-3, DHA). Arachidonzuur en docosahexaeenzuur zijn belangrijke bestanddelen van het zenuwstelsel, de hersenen en het netvlies. De enzymen die verantwoordelijk zijn voor de omzetting van de twee essentiële vetzuren tot langketen polyonverzadigde vetzuren kunnen bij gebrek aan essentiële vetzuren het niet-essentiële oliezuur (C18:1n-9) omzetten tot Meadzuur (C20:3n-9). Dit Meadzuur wordt enkel gevormd als er een tekort is aan essentiële vetzuren. De stamvetzuren van de drie families (n-3, n-6 en n-9) concurreren bij de biosynthese van de fysiologisch belangrijke langketen poly-onverzadigde vetzuren om hetzelfde enzymstelsel.

De affiniteit voor dit systeem neemt af van de n-3 over de n-6 naar de n-9 vetzuren. De snelheid van de synthese en de omzetting tot langketen poly-onverzadigde vetzuren hangt onder andere af van het gehalte en de relatieve vetzuursamenstelling van de voeding (3). In onze westerse voeding is de aanvoer van linolzuur voldoende groot zodat de synthese van arachidonzuur voldoende is.

Figuur VI.3. 1

Biosynthese van onverzadigde vetzuren (1)



De Hoge Gezondheidsraad beveelt aan dat op volwassen leeftijd de aanvoer van vetten geen 30% van de ingenomen energie zou mogen overschrijden (3). De aanbevelingen geven speciale aandacht aan de vetzuursamenstelling van de voeding (Tabel VI.3. 1). De inname van verzadigde vetzuren wordt beperkt aanbevolen en mag niet meer dan 10% van de ingenomen energie zijn. De aanvoer van polyonverzadigde vetzuren moet minstens 5.3% van de ingenomen energie zijn en mag niet meer dan 10 energie% zijn.

Tabel VI.3. 1

Voedingsaanbevelingen voor volwassenen van vetten (3)
(in % van de totale energiebehoefte)

	en%
Totaal Vet	< 30.0
Verzadigde vetzuren	< 10.0
Mono-onverzadigde vetzuren	> 10.0
Polygonverzadigde vetzuren	5.3 – 10.0
(n-3) vetzuren	1.3 – 2.0
- Alfa-linoleenzuur	> 1.0
- (n-3) visvetzuren (EPA en DHA)	> 0.3
(n-6) vetzuren	4.0 – 8.0
- Linolzuur	> 2.0
- Arachidonzuur	-
Transvetzuren	< 1.0
	streefwaarde 0.0

2 Methode en indicatoren

Voor de berekening van de inname van energie en nutriënten uit de gegevens verzameld met de herhaalde 24-uursvoedingsnavragen, werden de gerapporteerde voedingsmiddelen gekoppeld aan het best passende voedingsmiddel uit een voedingsmiddelendatabank (zie hoofdstuk 1.4 punt 2.4).

De berekende inname van de macronutriënten wordt uitgedrukt in energieprocenten (en%): dat wil zeggen de procentuele bijdrage van het macronutriënt aan de som van de energie-inname. Gezien de energiebijdrage van alcohol idealiter 0% is, wordt voor de berekening van de procentuele bijdrage van eiwitten, vetten en koolhydraten aan de totale energie-inname, de energiebijdrage van alcohol buiten beschouwing gelaten. Voor de energiebijdrage van de vetten wordt een vergelijking gemaakt tussen de resultaten zoals geschat op basis van de volledige studiepopulatie en op basis van de studiepopulatie na uitsluiting van mogelijke onderrapporteurders.

Met behulp van het programma C-SIDE werd de gebruikelijke consumptie van de verschillende nutriënten berekend (4,5).

De **gebruikelijke inname** van de nutriënten in de populatie werd geschat d.m.v. het programma C-Side op basis van de informatie bekomen tijdens de 2-maal herhaalde 24-uursvoedingsnavraag (4,5). Dit is niet gelijk aan het gemiddelde over de 2-maal herhaalde 24-uursvoedingsnavragen. Voor een correcte evaluatie van de verdeling van de inname binnen de bevolking in vergelijking met de voedingsnormen is niet het gemiddelde over de twee dagen belangrijk, maar de inname over een langere periode (d.w.z. de gebruikelijke inname), waarbij enkel de variatie tussen personen belangrijk is en niet de intra-individuele variatie. De methode is in detail besproken in het eerste hoofdstuk (zie hoofdstuk 1.4 punt 3.1).

Hieronder wordt kort uitgelegd hoe de tabellen 'gebruikelijke consumptie' gelezen moeten worden. Er worden twee tabellen gegeven.

De eerste tabel beschrijft de verdeling voor de totale bevolking en volgens het geslacht, met ook een indeling in leeftijdsgroepen. Al de resultaten in de tabel zijn, naast de weging voor het steekproefontwerp (zie hoofdstuk 11.2), ook gewogen voor de dag en het seizoen tijdens dewelke het interview werd afgenomen. De eerste twee kolommen tonen het gemiddelde en de standaard deviatie (SD) als maat voor de spreiding van de verdeling. In de volgende vier kolommen worden de geschatte waarden van percentielen 25, 50 (de mediaan), 75 en 97.5 gegeven. De volgende kolom toont het percentage van de bevolking dat voldoet aan een voedingsaanbeveling. Dit is het percentage met een inname onder of boven een grenswaarde of een inname tussen twee grenswaarden. De laatste twee kolommen geven aantallen. De kolom met hoofding 'n' geeft het aantal afgenomen 24-uursvoedingsnavragen en de kolom met hoofding 'N' geeft het aantal respondenten (kolom met hoofding 'N').

De tweede tabel toont de gemiddelde inname in functie van verschillende variabelen (geslacht, opleiding, woonplaats, gewicht, seizoen, lichamelijke activiteit, huishoudgrootte). Het eerste gemiddelde (kolom Gem_1) is gelijkaardig aan dit van de eerste tabel, namelijk gewogen voor het steekproefontwerp, dag en seizoen van het interview. De overige kolommen geven de cijfers weer die werden bekomen a.d.h.v. een mathematisch model waarin ook rekening werd gehouden met mogelijke verschillen in geslachts- en leeftijdsverdeling. De inhoud van deze kolommen is zoals besproken hierboven.

3 Resultaten

3.1 Gebruikelijke inname van totaal vet

De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van het macronutriënt vet aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 37.9 en% (SD 6.4). De interquartielrange gaat van 33.6 en% tot 42.2 en% (Tabel VI.3. 4).

De gemiddelde gebruikelijke inname bij vrouwen is iets lager dan deze bij mannen, respectievelijk 37.0 en% (SD 6.5) en 38.9 en% (SD 6.2). De gebruikelijke inname van de vetten neemt in beide geslachten toe met toenemende leeftijd. Bij de vrouwen neemt de gemiddelde vetinname toe van 35.7 en% bij de 15-18 jarigen tot 39.6 en% bij de 75-plussers. Bij de mannen neemt de gemiddelde vetinname toe van 36.7 en% bij de 15-18 jarigen tot 40.2 en% bij de 75-plussers (Tabel VI.3. 4).

Indien de onderrapporteerders (zoals berekend in hoofdstuk VI.2) uitgesloten worden, dan neemt de gemiddelde gebruikelijke inname van vet in de algemene populatie toe tot 39.2 en% (SD 5.9) in plaats van 37.9 en%. Tabel VI.3. 2 vat de resultaten voor de totale vetinname met en zonder onderrapporteerders samen.

Tabel VI.3. 2

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van totaal vet (energie%/dag)

		Alle respondenten			Uitgezonderd onderrapporteerders		
		Gemiddelde	SD	N	Gemiddelde	SD	N
VROUWEN	<18	35.7	5.1	401	36.7	4.4	311
	19-59	36.4	6.4	460	38.2	5.4	328
	60-74	38.1	6.2	406	39.4	5.9	302
	>75	39.6	6.9	355	41.1	6.2	262
	Totaal	37.0	6.5	1622	38.6	5.7	1203
MANNEN	<18	36.7	3.3	405	36.6	3.9	356
	19-59	38.7	5.6	413	39.8	4.8	344
	60-74	40.0	6.8	416	40.4	7.2	359
	>75	40.2	7.9	389	41.1	7.5	341
	Totaal	38.9	6.2	1623	39.8	6.0	1400
TOTAAL		37.9	6.4	3245	39.2	5.9	2603

Voor de meer doorgedreven analyse volgens opleidingsniveau, woonplaats, BMI, fysieke activiteit, seizoen en huishoudgrootte werden de onderrapporteerders niet uitgesloten Tabel VI.3. 5. Er zijn weinig opmerkelijke verschillen in totale vetinname volgens gewest, opleidingsniveau, fysieke activiteit, seizoen of huishoudgrootte. Personen met obesiteit (38.7%) nemen iets meer vet in dan personen met normaal of ondergewicht (37.8%).

3.2 Gebruikelijke inname van verzadigd vet

De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van verzadigde vetten aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 15.6 en% (SD 3.6). De interquartielrange gaat van 13.1 en% tot 17.5 en% (Tabel VI.3. 7).

De gemiddelde gebruikelijke inname van verzadigde vetten bij vrouwen is vrijwel gelijk aan deze bij mannen, respectievelijk 15.6 en% (SD 3.6) en 15.7 en% (SD 3.6). De gebruikelijke inname van de verzadigde vetten neemt in beide geslachten toe met toenemende leeftijd. Bij de vrouwen neemt de gemiddelde verzadigde vetinname toe van 14.5 en% bij de 15-18 jarigen tot 17.7 en% bij de 75-plussers. Bij de mannen neemt de gemiddelde verzadigde vetinname toe van 14.4 en% bij de 15-18 jarigen tot 16.7 en% bij de 75-plussers (Tabel VI.3. 7).

Er zijn weinig opmerkelijke verschillen in verzadigde vetinname volgens opleidingsniveau, BMI, fysieke activiteit, seizoen of huishoudgrootte (Tabel VI.3. 8). Personen uit het Waalse of Brusselse Gewest eten iets meer verzadigde vetten dan personen uit het Vlaamse Gewest: 16.6 en% versus 14.9 en%.

3.3 Gebruikelijke inname van mono-onverzadigd vet

De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van mono-onverzadigde vetten aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 13.8 en% (SD 2.5). De interquartielrange gaat van 12.1 en% tot 15.4 en% (Tabel VI.3. 10).

De gemiddelde gebruikelijke inname van mono-onverzadigde vetten bij vrouwen is iets lager dan deze bij mannen, respectievelijk 13.4 en% (SD 2.5) en 14.1 en% (SD 2.4). De gebruikelijke inname van de mono-onverzadigde vetten neemt in beide geslachten toe met toenemende leeftijd. Bij de vrouwen neemt de gemiddelde mono-onverzadigde vetinname toe van 12.9 en% bij de 15-18 jarigen tot 14.0 en% bij de 75-plussers. Bij de mannen neemt de gemiddelde mono-onverzadigde vetinname toe van 13.1 en% bij de 15-18 jarigen tot 14.5 en% bij de 60-74 jarigen (Tabel VI.3. 10).

Er zijn weinig of geen opmerkelijke verschillen in mono-onverzadigde vetinname volgens opleidingsniveau, BMI, fysieke activiteit, seizoen of huishoudgrootte (Tabel VI.3. 11). Personen uit het Waalse of Brusselse Gewest eten iets meer mono-onverzadigde vetten dan personen uit het Vlaamse Gewest: 14.1 en% versus 13.5 en%.

3.4 Gebruikelijke inname van poly-onverzadigd vet

De gemiddelde dagelijkse procentuele bijdrage van poly-onverzadigde vetten aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder, bedraagt 6.9 en% (SD 2.4). De interquartielrange gaat van 5.2 en% tot 8.2 en% (Tabel VI.3. 13).

De gemiddelde gebruikelijke inname van poly-onverzadigde vetten bij vrouwen is iets lager dan deze bij mannen, respectievelijk 6.7 en% (SD 2.5) en 7.1 en% (SD 2.4). Er zijn geen opvallende verschillen volgens leeftijd in de inname van poly-onverzadigde vetten.

Er zijn weinig of geen opmerkelijke verschillen in poly-onverzadigde vetinname volgens opleidingsniveau, BMI, fysieke activiteit, seizoen of huishoudgrootte (Tabel VI.3. 14). Personen uit het Waalse of Brusselse Gewest eten iets minder poly-onverzadigde vetten dan personen uit het Vlaamse Gewest: 6.0 en% versus 7.6 en%.

3.5 Bronnen van vetinname

In Tabel VI.3. 16 worden de voedingsmiddelen gegeven die de voornaamste bronnen zijn van energiebijdrage uit vetten in de voeding. Smeervetten vormen de voornaamste bron (27.1% van de energiebijdrage van vetten). Binnen deze groep zijn margarine (11.8%) gevolgd door boter (8.9%) de belangrijkste subgroepen. Daarnaast komt de energiebijdrage van vetten vooral van vlees en vleesproducten (18.1%) en melkproducten (14.0%). Binnen de groep vlees en vleesproducten komt de bijdrage vooral van charcuterie (6.9%) en binnen de groep melkproducten van kaas (9.0%).

Andere producten die in aanzienlijke mate bijdrage aan de energiebijdrage uit vet in de voeding zijn mayonaise (7.3%), cake, gebak en puddingen (niet op melkbasis) (5.7%), brood (5.1%) en chocolade en candybars e.d. (4.9%).

3.6 Beoordeling van dagelijkse vetconsumptie in vergelijking met de aanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad

Tabel VI.3. 3 geeft een overzicht van de procentuele bijdrage van totaal vet, verzadigd vet, mono- en poly-onverzadigd vet aan de totale energie-inname in de algemene populatie, 15 jaar en ouder.

Tabel VI.3. 3

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van totaal vet, verzadigd, mono- en poly-onverzadigd vet
(energie%/dag)

		Totaal Vet		Verzadigd Vet		Mono-onverzadigd Vet		Poly-onverzadigd Vet		N
		Gemiddelde	SD	Gemiddelde	SD	Gemiddelde	SD	Gemiddelde	SD	
VROUWEN	<18	35.7	5.1	14.5	2.4	12.9	2.1	6.7	2.1	401
	19-59	36.4	6.4	15.2	3.0	13.3	2.3	6.9	2.7	460
	60-74	38.1	6.2	16.1	3.6	13.8	2.3	6.5	2.5	406
	>75	39.6	6.9	17.7	4.8	14.0	2.9	5.9	2.0	355
	Totaal	37.0	6.5	15.6	3.6	13.4	2.5	6.7	2.5	1622
MANNEN	<18	36.7	3.3	14.4	2.5	13.1	1.3	6.6	1.5	405
	19-59	38.7	5.6	15.6	3.0	14.1	2.1	7.1	2.1	413
	60-74	40.0	6.8	16.4	4.1	14.5	3.0	7.2	2.5	416
	>75	40.2	7.9	16.7	4.6	14.0	2.9	7.0	2.8	389
	Totaal	38.9	6.2	15.7	3.6	14.1	2.4	7.1	2.4	1623
TOTAAL		37.9	6.4	15.6	3.6	13.8	2.5	6.9	2.4	3245

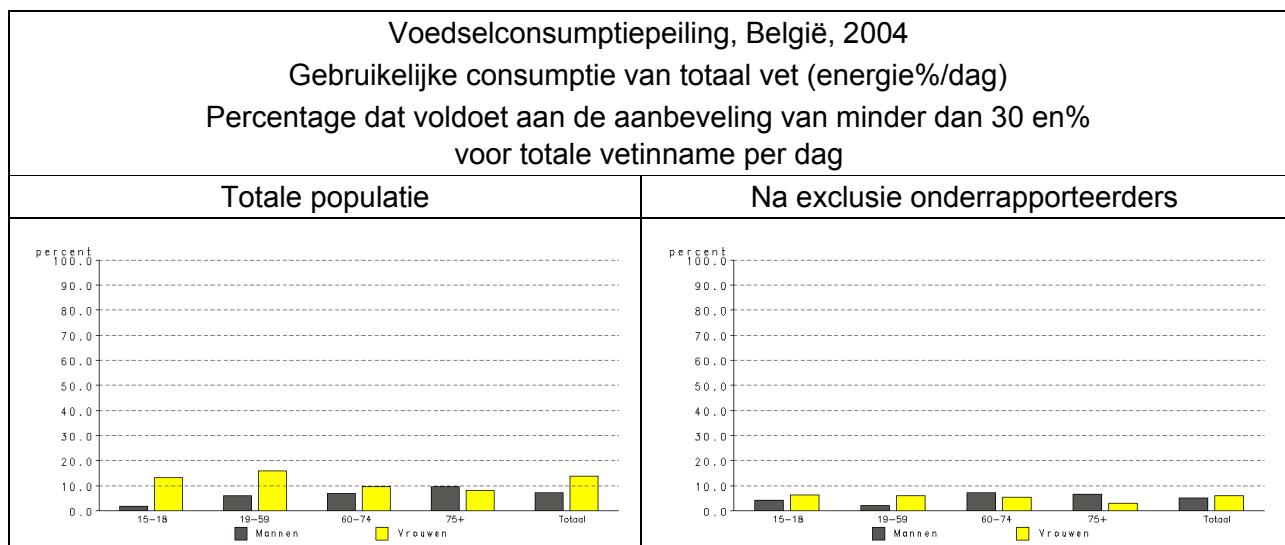
3.6.1 Totaal vet

De Hoge Gezondheidsraad zegt dat de aanvoer van vetten geen 30 % van de ingenomen energie zou mogen overschrijden (3).

Slechts 10% van de respondenten (gecorrigeerd voor leeftijd en geslacht) voldoen aan deze aanbeveling (Tabel VI.3. 5). Er zijn meer vrouwen (13.8%) dan mannen (7.3%) die minder dan 30 en% vet per dag innemen (Tabel VI.3. 4 en Figuur VI.3. 2). In het Vlaamse Gewest voldoet 9% en in het Waalse en Brusselse Gewest voldoet 10.8% aan de aanbeveling van minder dan 30 en% vet per dag.

Na exclusie van de onderrapporteurers (Tabel VI.3. 6) voldoet slechts 5.9% van de vrouwen en 5.0% van de mannen aan de aanbeveling van minder dan 30 en% vet per dag.

Figuur VI.3. 2



Gewogen prevalentie, gecorrigeerd voor seizoen en dag van inname

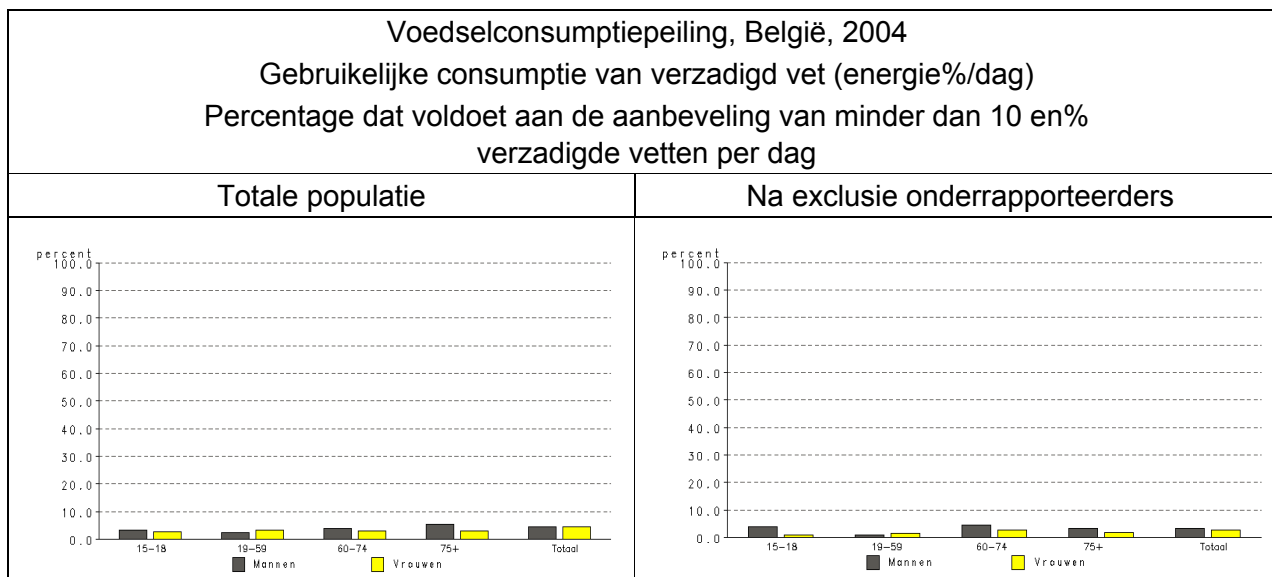
3.6.2 Verzadigd vet

Volgens de Hoge Gezondheidsraad mag de aanvoer van verzadigde vetten niet meer zijn dan 10 % van de ingenomen energie (3).

Slechts 4% van de respondenten (gecorrigeerd voor leeftijd en geslacht) voldoen aan deze aanbeveling (Tabel VI.3. 8). Er zijn geen verschillen volgens geslacht: slechts 4.5% van de vrouwen en 4.4% van de mannen neemt minder dan 10 en% verzadigde vetten per dag in (Tabel VI.3. 7 en Figuur VI.3. 3).

Na exclusie van de onderrapporteurers (Tabel VI.3. 9) voldoet slechts 2.6% van de vrouwen en 3.4% van de mannen aan de aanbeveling van minder dan 10 en% verzadigde vetten per dag.

Figuur VI.3. 3



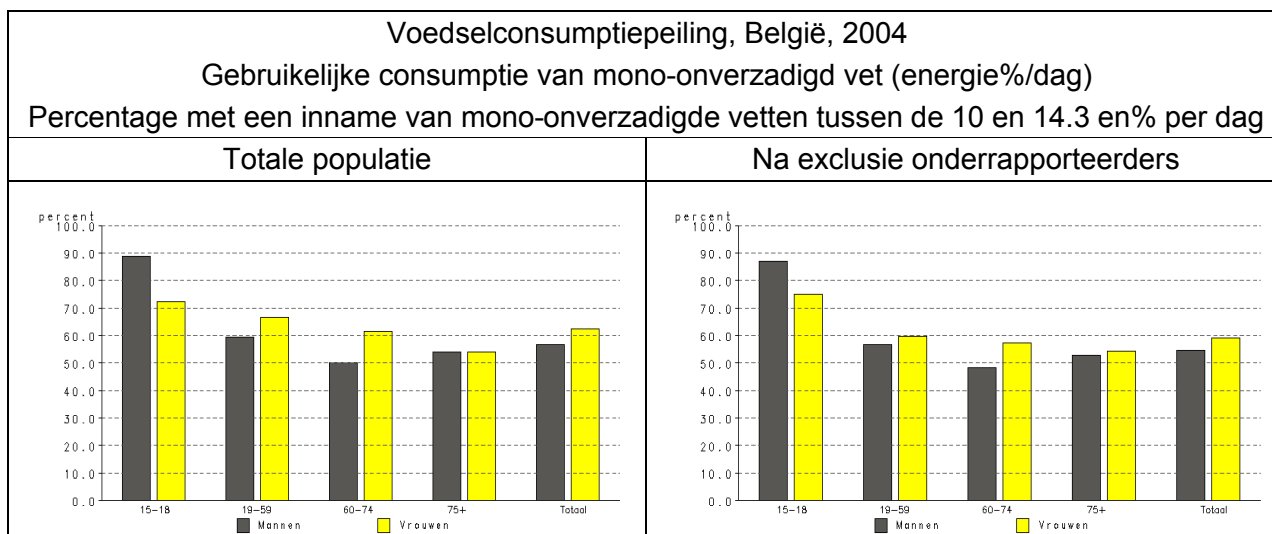
Gewogen prevalentie, gecorrigeerd voor seizoen en dag van inname

3.6.3 Mono-onverzadigd vet

Volgens de Hoge Gezondheidsraad moet de aanvoer van mono-onverzadigde vetten meer zijn dan 10 % van de ingenomen energie (3). Daar de totale aanvoer van vetten niet meer mag zijn dan 30 en%, de aanvoer van verzadigde vetten minder moet zijn dan 10 en% en deze van poly-onverzadigde vetten tussen de 5.3 en 10 en%, kan men berekenen dat de aanvoer van mono-onverzadigde vetten niet meer mag zijn dan 14.3 en%.

De meeste respondenten (94.3%) consumeren meer dan 10 en% mono-onverzadigde vetten per dag (Tabel VI.3. 11). Wanneer we een bovengrens van 14.3 en% mono-onverzadigde vetten per dag hanteren dan voldoet nog 60% van de respondenten. Vooral de jongere respondenten (15-18 jaar) hebben een inname van mono-onverzadigde vetten die ligt tussen 10 en 14.3 en% per dag: 72.2% van de meisjes en 88.8% van de jonge mannen (Tabel VI.3. 10 en Figuur VI.3. 4). Het aantal respondenten dat voldoet aan deze aanbeveling neemt af tot bijna 54% bij de 75-plussers. Na exclusie van de onderrapporteerdere zijn er weinig verschillen in prevalentie.

Figuur VI.3. 4



Gewogen prevalentie, gecorrigeerd voor seizoen en dag van inname

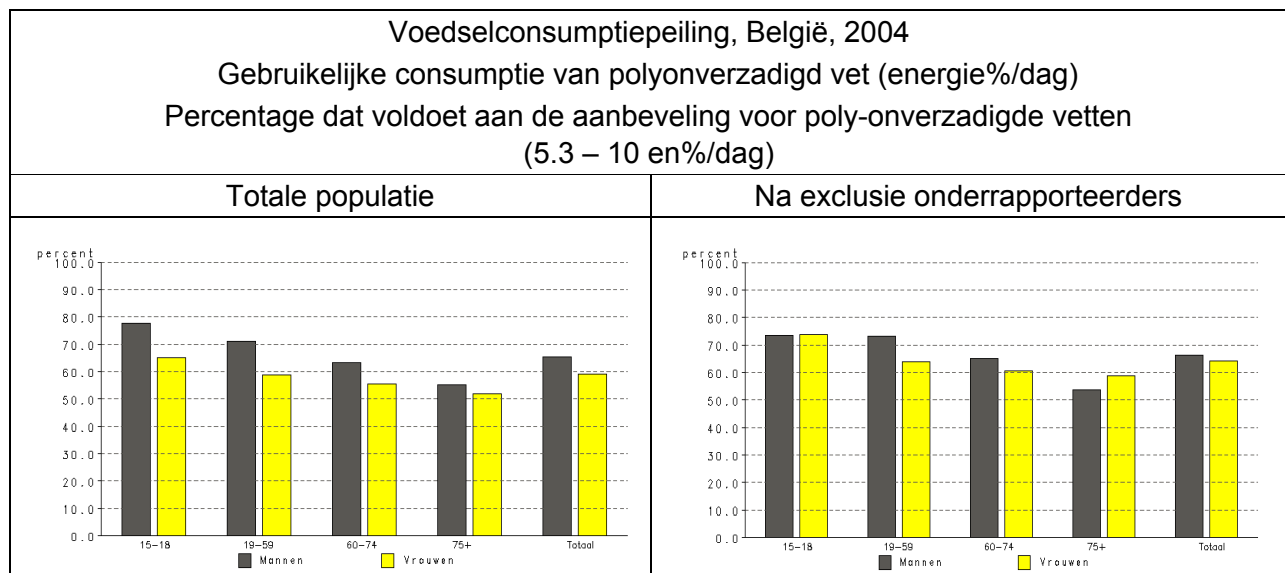
3.6.4 Poly-onverzadigd vet

Volgens de Hoge Gezondheidsraad moet de aanvoer van poly-onverzadigde vetten liggen tussen 5.3 en 10 % van de ingenomen energie (3).

Bijna 62% van de respondenten voldoen aan deze aanbeveling (Tabel VI.3. 13). Meer mannen dan vrouwen voldoen aan de aanbeveling voor poly-onverzadigde vetten: 65.5% versus 59.1%. In beide geslachten neemt het aantal respondenten dat voldoet aan de aanbeveling af met toenemende leeftijd (Figuur VI.3. 5). Het aantal respondenten dat voldoet aan de aanbeveling voor poly-onverzadigde vetten is het hoogst bij de 15-18 jarigen: 65.0% van de meisjes en 77.6% van de jonge mannen. Dit aantal daalt tot 52.0% bij de vrouwelijke 75-plussers en 55.3% bij de mannelijke 75-plussers.

Ruim tweederden van de inwoners van het Vlaamse Gewest (66.7%) voldoet aan de aanbeveling voor poly-onverzadigde vetten tegenover iets meer dan de helft van de inwoners van het Waalse en Brusselse Gewest (Tabel VI.3. 14).

Figuur VI.3. 5



Gewogen prevalentie, gecorrigeerd voor seizoen en dag van inname

4 Tabellen volgens de gebruikelijke consumptie

Tabel VI.3. 4

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van totaal vet (energie%/dag)

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% ≤ 30	n	N
VROUWEN	<18	35.7	5.1	32.2	35.7	39.1	13.2	780	401
	19-59	36.4	6.4	32.1	36.3	40.6	15.8	896	460
	60-74	38.1	6.2	33.8	38.0	42.2	9.6	796	406
	>75	39.6	6.9	34.8	39.5	44.2	8.0	687	355
	Totaal	37.0	6.5	32.6	37.0	41.3	13.8	3159	1622
MANNEN	<18	36.7	3.3	34.5	36.7	38.9	1.7	786	405
	19-59	38.7	5.6	35.0	38.7	42.5	5.9	807	413
	60-74	40.0	6.8	35.4	39.9	44.5	6.8	815	416
	>75	40.2	7.9	34.8	40.1	45.5	9.7	761	389
	Totaal	38.9	6.2	34.9	38.9	43.0	7.3	3169	1623
TOTAAL	<18	36.2	4.3	33.2	36.2	39.1	7.4	1566	806
	19-59	37.6	6.2	33.5	37.6	41.6	10.7	1703	873
	60-74	39.0	6.6	34.5	38.9	43.4	8.4	1611	822
	>75	39.8	7.5	34.7	39.7	44.8	9.1	1448	744
	Totaal	37.9	6.4	33.6	37.9	42.2	10.7	6328	3245

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten

% ≤ 30: % dat voldoet aan de aanbeveling van minder dan 30 en% voor totale vetinname per dag

Tabel VI.3. 5

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van totaal vet (energie%/dag)

		Gem_1	Gem_2	SD	P25	P50	P75	% ≤ 30	n	N
GESLACHT	Vrouw	37.0	37.0	6.4	32.7	36.9	41.2	13.3	3159	1622
	Man	38.9	38.9	6.0	35.0	39.0	42.9	6.7	3169	1623
OPLEIDING	Lager sec. of minder	38.2	38.2	7.1	33.5	38.3	43.0	12.5	1984	1017
	BSO/TSO	38.1	38.1	5.7	34.3	38.0	41.8	7.3	1509	773
	ASO	38.1	38.2	5.6	34.4	38.1	41.9	6.9	1087	556
	Hoger onderwijs	37.9	37.9	5.3	34.3	37.8	41.4	6.9	1490	759
GEWEST	Vlaams	37.8	37.8	5.9	33.8	37.7	41.7	9.0	3911	1988
	Brussels & Waals	38.2	38.2	6.6	33.8	38.2	42.6	10.8	2417	1257
GEWICHT (BMI)	Onder & gezond gewicht	37.8	37.8	6.0	33.8	37.7	41.8	9.4	3782	1939
	Overgewicht	37.9	37.9	6.4	33.6	37.9	42.2	10.5	1893	971
	Obesiteit	38.7	38.8	6.7	34.5	38.9	43.2	9.3	652	334
SEIZOEN	Lente	38.0	38.0	5.9	34.0	38.0	41.9	8.7	1638	833
	Zomer	37.0	37.0	7.0	32.3	36.9	41.6	15.6	1548	795
	Herfst	38.7	38.7	6.1	34.6	38.6	42.7	7.5	1644	852
	Winter	38.0	38.0	5.5	34.4	38.1	41.8	7.4	1498	769
LICHAMELIJKE ACTIVITEIT	Inactief	38.4	38.4	6.6	34.0	38.3	42.7	9.9	2588	1326
	Minimaal	37.3	37.3	5.7	33.6	37.4	41.1	9.8	2040	1046
	Pos. voor gezondheid	38.0	38.0	5.9	34.1	38.0	42.0	8.6	1562	795
HUISHOUD- GROOTTE	1 persoon	38.7	38.7	7.3	33.9	38.9	43.7	11.8	967	496
	2 personen	38.4	38.4	6.7	33.9	38.3	42.8	10.4	2217	1130
	3+ personen	37.6	37.6	5.5	33.9	37.5	41.2	8.2	3085	1582
TOTAAL		37.9	37.9	6.2	33.8	37.9	42.1	10.0	6328	3245

Gem_1: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

Gem_2: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag, seizoen, geslacht en leeftijd

N: aantal respondenten

% ≤ 30: % dat voldoet aan de aanbeveling van minder dan 30 en% voor totale vetinname per dag

Tabel VI.3. 6

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van totaal vet (energie%/dag) – na exclusie onderrapporteurders

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% ≤ 30	n	N
VROUWEN	<18	36.7	4.4	33.7	36.7	39.7	6.4	608	311
	19-59	38.2	5.4	34.6	38.1	41.7	6.1	641	328
	60-74	39.4	5.9	35.4	39.4	43.4	5.3	597	302
	>75	41.1	6.2	36.9	41.0	45.2	3.1	510	262
	Totaal	38.6	5.7	34.8	38.5	42.4	5.9	2356	1203
MANNEN	<18	36.6	3.9	34.0	36.6	39.2	4.1	692	356
	19-59	39.8	4.8	36.6	39.8	43.0	2.0	675	344
	60-74	40.4	7.2	35.5	40.3	45.2	7.1	706	359
	>75	41.1	7.5	35.9	40.9	46.1	6.5	668	341
	Totaal	39.8	6.0	35.7	39.7	43.7	5.0	2741	1400
TOTAAL	<18	36.7	4.2	33.8	36.6	39.5	5.5	1300	667
	19-59	39.1	5.2	35.5	39.0	42.5	3.9	1316	672
	60-74	39.9	6.6	35.4	39.9	44.4	6.5	1303	661
	>75	41.1	7.0	36.3	40.9	45.7	5.0	1178	603
	Totaal	39.2	5.9	35.2	39.1	43.1	5.6	5097	2603

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten met uitzondering van de onderrapporteurders

% ≤ 30: % dat voldoet aan de aanbeveling van minder dan 30 en% voor totale vetinname per dag

Tabel VI.3. 7

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van verzadigd vet (energie%/dag)

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% ≤ 10	n	N
VROUWEN	<18	14.5	2.4	12.8	14.4	16.1	2.6	780	401
	19-59	15.2	3.0	13.1	15.0	17.0	3.3	896	460
	60-74	16.1	3.6	13.5	15.8	18.3	3.1	796	406
	>75	17.7	4.8	14.3	17.2	20.5	2.9	687	355
	Totaal	15.6	3.6	13.0	15.3	17.8	4.5	3159	1622
MANNEN	<18	14.4	2.5	12.7	14.3	16.0	3.3	786	405
	19-59	15.6	3.0	13.5	15.4	17.5	2.5	807	413
	60-74	16.4	4.1	13.5	16.0	18.9	4.0	815	416
	>75	16.7	4.6	13.4	16.3	19.5	5.3	761	389
	Totaal	15.7	3.6	13.2	15.5	17.9	4.4	3169	1623
TOTAAL	<18	14.4	2.5	12.7	14.4	16.1	3.0	1566	806
	19-59	15.4	3.1	13.3	15.2	17.3	3.0	1703	873
	60-74	16.2	3.9	13.5	15.9	18.6	3.7	1611	822
	>75	17.3	4.8	13.9	16.8	20.2	4.0	1448	744
	Totaal	15.6	3.6	13.1	15.4	17.9	4.4	6328	3245

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten

% ≤ 10: % dat voldoet aan de aanbeveling van minder dan 10 en% inname van verzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 8

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van verzadigd vet (energie%/dag)

		Gem_1	Gem_2	SD	P25	P50	P75	% ≤ 10	n	N
GESLACHT	Vrouw	15.6	15.5	3.5	13.1	15.3	17.7	3.9	3159	1622
	Man	15.7	15.7	3.5	13.3	15.5	17.9	4.1	3169	1623
OPLEIDING	Lager sec. of minder	15.6	15.6	4.0	12.8	15.3	18.1	6.8	1984	1017
	BSO/TSO	15.3	15.3	3.1	13.1	15.1	17.2	3.2	1509	773
	ASO	16.1	16.1	3.0	14.0	16.0	18.1	1.4	1087	556
	Hoger onderwijs	15.7	15.7	3.0	13.7	15.6	17.6	1.9	1490	759
GEWEST	Vlaams	14.9	14.9	2.9	12.9	14.8	16.8	3.7	3911	1988
	Brussels & Waals	16.6	16.6	4.1	13.8	16.3	19.1	3.3	2417	1257
GEWICHT (BMI)	Onder & gezond gewicht	15.7	15.7	3.4	13.3	15.4	17.8	3.3	3782	1939
	Overgewicht	15.6	15.6	3.4	13.2	15.4	17.7	3.8	1893	971
	Obesiteit	15.5	15.5	3.9	12.9	15.3	17.9	7.0	652	334
SEIZOEN	Lente	15.8	15.7	3.7	13.2	15.5	18.0	4.7	1638	833
	Zomer	15.1	15.1	3.5	12.6	14.8	17.2	5.7	1548	795
	Herfst	16.0	16.0	3.4	13.7	15.8	18.1	2.7	1644	852
	Winter	15.7	15.7	3.2	13.4	15.4	17.7	2.8	1498	769
LICHAMELIJKE ACTIVITEIT	Inactief	15.9	15.8	3.4	13.5	15.6	17.9	3.1	2588	1326
	Minimaal	15.6	15.6	3.8	13.0	15.3	17.9	5.1	2040	1046
	Pos. voor gezondheid	15.3	15.3	3.2	13.1	15.1	17.3	3.6	1562	795
HUISHOUD- GROOTTE	1 persoon	16.8	16.7	4.4	13.7	16.3	19.3	4.0	967	496
	2 personen	15.8	15.8	3.9	13.1	15.4	18.1	5.0	2217	1130
	3+ personen	15.3	15.3	3.0	13.2	15.1	17.2	3.1	3085	1582
TOTAAL		15.6	15.6	3.5	13.2	15.4	17.8	4.0	6328	3245

Gem_1: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

Gem_2: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag, seizoen, geslacht en leeftijd

N: aantal respondenten

% ≤ 10: % dat voldoet aan de aanbeveling van minder dan 10 en% inname van verzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 9

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van verzadigd vet (energie%/dag) – na exclusie onderrapporteurders

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% ≤ 10	n	N
VROUWEN	<18	14.9	2.2	13.3	14.8	16.4	1.0	608	311
	19-59	15.7	2.7	13.8	15.5	17.4	1.4	641	328
	60-74	16.3	3.7	13.8	16.1	18.7	2.8	597	302
	>75	18.4	4.8	15.0	17.9	21.3	1.8	510	262
	Totaal	16.0	3.4	13.7	15.8	18.2	2.6	2356	1203
MANNEN	<18	14.5	2.6	12.6	14.4	16.2	3.8	692	356
	19-59	15.9	2.7	14.1	15.8	17.6	0.9	675	344
	60-74	16.5	4.3	13.4	16.1	19.1	4.5	706	359
	>75	17.0	4.4	13.9	16.6	19.7	3.3	668	341
	Totaal	16.0	3.6	13.6	15.7	18.1	3.4	2741	1400
TOTAAL	<18	14.7	2.5	12.9	14.6	16.3	2.3	1300	667
	19-59	15.8	2.8	13.9	15.7	17.5	1.2	1316	672
	60-74	16.4	4.0	13.6	16.1	18.9	3.8	1303	661
	>75	17.8	4.7	14.5	17.4	20.7	2.6	1178	603
	Totaal	16.0	3.5	13.6	15.8	18.2	3.0	5097	2603

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten met uitzondering van de onderrapporteurders

% ≤ 10: % dat voldoet aan de aanbeveling van minder dan 10 en% inname van verzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 10

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van mono-onverzadigd vet (energie%/dag)

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% > 10	% [10 - 14.7]	n	N
VROUWEN	<18	12.9	2.1	11.5	12.9	14.3	92.0	72.2	780	401
	19-59	13.3	2.3	11.7	13.2	14.8	92.6	66.6	896	460
	60-74	13.8	2.3	12.2	13.7	15.3	95.6	61.5	796	406
	>75	14.0	2.9	12.0	13.9	15.9	92.7	53.9	687	355
	Totaal	13.4	2.5	11.7	13.4	15.1	92.1	62.3	3159	1622
MANNEN	<18	13.1	1.3	12.2	13.1	14.0	99.5	88.8	786	405
	19-59	14.1	2.1	12.7	14.1	15.5	97.6	59.5	807	413
	60-74	14.5	3.0	12.4	14.3	16.4	94.8	50.2	815	416
	>75	14.0	2.9	12.0	13.8	15.9	92.6	54.0	761	389
	Totaal	14.1	2.4	12.5	14.0	15.7	95.9	56.7	3169	1623
TOTAAL	<18	13.0	1.8	11.8	13.0	14.2	96.0	78.8	1566	806
	19-59	13.7	2.2	12.2	13.6	15.2	95.4	63.5	1703	873
	60-74	14.1	2.7	12.3	14.0	15.9	94.8	55.0	1611	822
	>75	14.0	3.0	11.9	13.8	15.9	92.4	53.6	1448	744
	Totaal	13.8	2.5	12.1	13.7	15.4	94.0	59.4	6328	3245

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten

% > 10: % dat voldoet aan de aanbeveling van meer dan 10 en% inname van mono-onverzadigde vetten per dag

% [10 – 14.7]: % dat tussen 10 en 14.7 en% mono-onverzadigde vetten per dag inneemt

Tabel VI.3. 11

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van mono-onverzadigd vet (energie%/dag)

		Gem_1	Gem_2	SD	P25	P50	P75	% > 10	% [10 - 14.7]	n	N
GESLACHT	Vrouw	13.4	13.4	2.4	11.7	13.4	15.0	92.5	62.9	3159	1622
	Man	14.1	14.1	2.4	12.5	14.1	15.7	96.2	57.0	3169	1623
OPLEIDING	Lager sec. of minder	13.7	13.8	2.7	11.9	13.7	15.5	92.0	56.3	1984	1017
	BSO/TSO	13.7	13.7	2.1	12.3	13.6	15.1	96.6	65.7	1509	773
	ASO	14.0	14.0	2.4	12.4	13.9	15.6	96.2	59.0	1087	556
	Hoger onderwijs	13.8	13.8	2.2	12.3	13.8	15.3	96.4	62.8	1490	759
GEWEST	Vlaams	13.5	13.5	2.3	12.0	13.5	15.0	94.5	64.9	3911	1988
	Brussels & Waals	14.1	14.1	2.5	12.3	14.0	15.7	95.3	56.1	2417	1257
GEWICHT (BMI)	Onder & gezond gewicht	13.8	13.8	2.4	12.2	13.7	15.3	95.0	60.9	3782	1939
	Overgewicht	13.7	13.7	2.6	11.9	13.6	15.4	93.3	59.3	1893	971
	Obesiteit	13.7	13.7	2.3	12.2	13.7	15.3	95.0	61.5	652	334
SEIZOEN	Lente	13.6	13.6	2.1	12.1	13.5	15.0	95.8	66.8	1638	833
	Zomer	13.6	13.6	2.8	11.6	13.5	15.4	90.5	57.4	1548	795
	Herfst	14.0	13.9	2.5	12.2	13.9	15.6	94.6	57.8	1644	852
	Winter	13.9	13.9	2.1	12.5	13.9	15.3	97.1	62.3	1498	769
LICHAMELIJKE ACTIVITEIT	Inactief	13.8	13.8	2.6	12.0	13.7	15.5	93.2	57.7	2588	1326
	Minimaal	13.8	13.8	2.1	12.3	13.7	15.1	96.8	64.7	2040	1046
	Pos. voor gezondheid	13.7	13.7	2.3	12.1	13.6	15.2	95.3	63.3	1562	795
HUISHOUD- GROOTTE	1 persoon	14.1	14.1	3.0	12.1	14.0	16.0	92.5	52.0	967	496
	2 personen	13.8	13.8	2.7	12.0	13.7	15.6	92.9	56.6	2217	1130
	3+ personen	13.7	13.7	2.1	12.2	13.6	15.0	96.5	66.4	3085	1582
TOTAAL		13.8	13.8	2.5	12.1	13.7	15.4	94.3	60.0	6328	3245

Gem_1: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

Gem_2: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag, seizoen, geslacht en leeftijd

N: aantal respondenten

% [10 - 14.7]: % dat tussen 10 en 14.7 en% mono-onverzadigde vetten per dag inneemt

% > 10: % dat voldoet aan de aanbeveling van meer dan 10 en% inname van mono-onverzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 12

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van mono-onverzadigd vet (energie%/dag) – na exclusie onderrapporteurders

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% > 10	% [10 - 14.7]	n	N
VROUWEN	<18	13.2	1.9	12.0	13.2	14.5	96.4	75.1	608	311
	19-59	13.8	2.4	12.1	13.7	15.4	94.5	59.8	641	328
	60-74	14.3	2.2	12.8	14.2	15.7	98.1	57.3	597	302
	>75	14.3	2.6	12.5	14.2	16.0	96.0	54.2	510	262
	Totaal	13.9	2.3	12.3	13.9	15.5	95.6	59.2	2356	1203
MANNEN	<18	13.0	1.4	12.0	12.9	13.9	98.5	86.9	692	356
	19-59	14.4	1.9	13.1	14.3	15.7	99.3	56.8	675	344
	60-74	14.6	3.1	12.4	14.4	16.6	94.0	48.2	706	359
	>75	14.3	2.8	12.3	14.1	16.1	95.0	52.9	668	341
	Totaal	14.3	2.4	12.7	14.2	15.9	97.0	54.6	2741	1400
TOTAAL	<18	13.1	1.7	11.9	13.1	14.2	97.1	79.9	1300	667
	19-59	14.1	2.2	12.6	14.1	15.6	97.5	59.1	1316	672
	60-74	14.4	2.7	12.5	14.3	16.2	95.7	51.6	1303	661
	>75	14.3	2.8	12.3	14.1	16.1	95.0	53.0	1178	603
	Totaal	14.1	2.4	12.5	14.1	15.7	96.3	57.0	5097	2603

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten met uitzondering van de onderrapporteurders

% > 10: % dat voldoet aan de aanbeveling van meer dan 10 en% inname van mono-onverzadigde vetten per dag

% [10 – 14.7]: % dat tussen 10 en 14.7 en% mono-onverzadigde vetten per dag inneemt

Tabel VI.3. 13

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van polyonverzadigd vet (energie%/dag)

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% [5.3 - 10]	n	N
VROUWEN	<18	6.7	2.1	5.2	6.3	7.8	65.0	780	401
	19-59	6.9	2.7	5.0	6.4	8.2	58.7	896	460
	60-74	6.5	2.5	4.7	6.1	7.8	55.4	796	406
	>75	5.9	2.0	4.4	5.6	7.0	52.0	687	355
	Totaal	6.7	2.5	5.0	6.3	8.0	59.1	3159	1622
MANNEN	<18	6.6	1.5	5.5	6.5	7.6	77.6	786	405
	19-59	7.1	2.1	5.6	6.9	8.3	71.2	807	413
	60-74	7.2	2.5	5.4	6.8	8.6	63.4	815	416
	>75	7.0	2.8	4.9	6.5	8.5	55.3	761	389
	Totaal	7.1	2.4	5.4	6.7	8.4	65.5	3169	1623
TOTAAL	<18	6.7	1.8	5.4	6.5	7.7	72.8	1566	806
	19-59	7.0	2.4	5.3	6.6	8.3	64.3	1703	873
	60-74	6.8	2.5	5.0	6.4	8.2	59.6	1611	822
	>75	6.3	2.4	4.6	5.8	7.5	52.9	1448	744
	Totaal	6.9	2.4	5.2	6.5	8.2	61.9	6328	3245

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten

% [5.3 - 10]: % dat voldoet aan de aanbeveling van meer dan 5.3 en% en minder dan 10 en% inname van poly-onverzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 14

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van polyonverzadigd vet (energie%/dag)

		Gem_1	Gem_2	SD	P25	P50	P75	% [5.3 - 10]	n	N
GESLACHT	Vrouw	6.7	6.7	2.5	5.0	6.3	8.0	59.5	3159	1622
	Man	7.1	7.1	2.3	5.4	6.7	8.4	65.7	3169	1623
OPLEIDING	Lager sec. of minder	7.0	7.0	2.6	5.1	6.6	8.4	59.0	1984	1017
	BSO/TSO	7.4	7.4	2.4	5.7	7.0	8.7	67.5	1509	773
	ASO	6.6	6.6	2.1	5.1	6.3	7.8	64.6	1087	556
	Hoger onderwijs	6.5	6.5	2.0	5.1	6.2	7.6	65.5	1490	759
GEWEST	Vlaams	7.6	7.6	2.5	5.8	7.2	9.0	66.7	3911	1988
	Brussels & Waals	6.0	5.9	1.9	4.6	5.7	7.0	54.7	2417	1257
GEWICHT (BMI)	Onder & gezond gewicht	6.9	6.9	2.5	5.2	6.5	8.3	61.6	3782	1939
	Overgewicht	6.6	6.6	2.1	5.1	6.3	7.8	64.6	1893	971
	Obesiteit	7.4	7.4	3.0	5.3	6.9	9.0	58.8	652	334
SEIZOEN	Lente	6.7	6.7	2.4	5.0	6.3	8.0	59.4	1638	833
	Zomer	7.1	7.1	2.5	5.3	6.7	8.4	63.4	1548	795
	Herfst	6.8	6.7	2.4	5.0	6.4	8.0	60.8	1644	852
	Winter	7.1	7.1	2.1	5.6	6.8	8.2	71.9	1498	769
LICHAMELIJKE ACTIVITEIT	Inactief	6.9	6.9	2.4	5.3	6.6	8.2	64.0	2588	1326
	Minimaal	6.7	6.7	2.5	4.9	6.3	8.0	58.8	2040	1046
	Pos. voor gezondheid	7.0	7.0	2.2	5.4	6.7	8.3	67.8	1562	795
HUISHOUD- GROOTTE	1 persoon	6.5	6.5	2.5	4.7	6.0	7.8	54.4	967	496
	2 personen	7.0	7.0	2.4	5.3	6.6	8.4	63.3	2217	1130
	3+ personen	6.9	6.9	2.2	5.3	6.6	8.1	67.0	3085	1582
TOTAAL		6.9	6.9	2.4	5.2	6.5	8.2	62.3	6328	3245

Gem_1: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

Gem_2: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag, seizoen, geslacht en leeftijd

N: aantal respondenten

% [5.3 - 10]: % dat voldoet aan de aanbeveling van meer dan 5.3 en% en minder dan 10 en% inname van poly-onverzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 15

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004
Gebruikelijke consumptie van polyonverzadigd vet (energie%/dag) – na exclusie onderrapporteurders

		Gemiddelde	SD	P25	P50	P75	% [5.3 - 10]	n	N
VROUWEN	<18	6.9	1.9	5.5	6.6	7.9	73.7	608	311
	19-59	7.2	2.6	5.4	6.7	8.4	63.9	641	328
	60-74	6.7	2.4	5.0	6.4	8.0	60.5	597	302
	>75	6.0	1.8	4.7	5.8	7.1	58.9	510	262
	Totaal	7.0	2.4	5.3	6.6	8.3	64.1	2356	1203
MANNEN	<18	6.5	1.6	5.4	6.4	7.5	73.6	692	356
	19-59	7.4	2.1	5.9	7.1	8.6	73.1	675	344
	60-74	7.3	2.5	5.5	6.9	8.7	65.2	706	359
	>75	7.2	3.0	5.0	6.6	8.8	53.8	668	341
	Totaal	7.3	2.4	5.6	7.0	8.7	66.4	2741	1400
TOTAAL	<18	6.7	1.7	5.4	6.5	7.7	73.7	1300	667
	19-59	7.3	2.4	5.6	6.9	8.6	68.7	1316	672
	60-74	7.0	2.4	5.3	6.6	8.4	63.1	1303	661
	>75	6.5	2.4	4.8	6.1	7.8	56.0	1178	603
	Totaal	7.2	2.4	5.4	6.8	8.5	64.5	5097	2603

Gemiddelde: gewogen gemiddelde gecorrigeerd voor interviewdag en seizoen

n: aantal 24-uursvoedingsnavragen

N: aantal respondenten met uitzondering van de onderrapporteurders

% [5.3 - 10]: % dat voldoet aan de aanbeveling van meer dan 5.3 en% en minder dan 10 en% inname van poly-onverzadigde vetten per dag

Tabel VI.3. 16

Voedselconsumptiepeiling, België, 2004 - Bronnen van de energiebijdrage uit vetten (in %)

Groep	Groepsnaam	Procentuele vetbijdrage groep	Groep	Subgroep 1	Subgroep 2	Naam subgroep	Procentuele vetbijdrage subgroep
10	Vetten	27,08	10	03		MARGARINES	11,77
			10	02		BOTER	8,88
			10	01		PLANTAARDIGE OLIEN	3,25
			10	04		FRITUURVETTEN	2,60
			10	00		NIET INGEDEELD	0,43
			10	06		ANDERE DIERLIJKE VETTEN	0,14
07	Vlees en vleesproducten	18,11	07	04		VLEESPRODUCTEN	6,92
			07	01	00	NIET INGEDEELD	4,85
			07	01	03	VARKENS	2,14
			07	02	01	KIP	1,31
			07	01	01	RUNDER	0,91
			07	01	04	SCHAPE/LAMS	0,91
			07	01	02	KALFS	0,42
			07	03		WILD	0,17
			07	02	05	KONIJN (TAM)	0,17
			07	02	02	KALKOEN	0,15
			07	02	00	NIET INGEDEELD EN ANDER GEVOGELTE	0,05
			07	05		ORGAANVLEES	0,04
			07	02	03	EEND	0,03
			07	01	05	PAARDE	0,02
			07	00		NIET INGEDEELD	0,01
			07	02	04	GANS	0,00
			07	02		GEVOGELTE	0,00
07	01	06	GEIT	0,00			

Vervolg Tabel VI.3. 16

Groep	Groepsnaam	Procentuele vetbijdrage groep	Groep	Subgroep 1	Subgroep 2	Naam subgroep	Procentuele vetbijdrage subgroep
05	Melkproducten	14,02	05	05		KAAS	9,00
			05	01		MELK	2,01
			05	07	01	ROOM	0,90
			05	06		PUDDINGEN OP MELK/ROOM/MOUSSE BASIS	0,82
			05	03		YOGHURT	0,56
			05	04		KWARK E.D.	0,45
			05	02		MELKDRANKEN	0,20
			05	08		KOFFIEMELK EN CREAMERS	0,07
			05	07	02	TOPPINGS	0,01
			05	00		NIET INGEDEELD	0,00
12	Cake, koek, gebak, puddingen	9,60	12	01		CAKE, GEBAK, PUDDINGEN NIET-MELKBASIS	5,66
			12	02		BISCUIT	3,93
			12	00		NIET INGEDEELD	0,00
15	Sauzen en kruiden/specerijen	9,36	15	01	03	MAYONAISES	7,29
			15	01	00	NIET INGEDEELD	1,14
			15	01	02	DRESSINGS	0,68
			15	01	01	TOMATENSAUZEN	0,20
			15	04		SMAAKMAKERS	0,04
			15	01	04	DESSERTSAUZEN	0,00
			15	01		SAUZEN	0,00
			15	03		KRUIDEN, SPECERIJEN EN SMAAKSTOFFEN	0,00
15	02		GIST	0,00			

Vervolg Tabel VI.3. 16

Groep	Groepsnaam	Procentuele vetbijdrage groep	Groep	Subgroep 1	Subgroep 2	Naam subgroep	Procentuele vetbijdrage subgroep
06	Granen en graanproducten	7,97	06	03	01	BROOD	5,09
			06	05		ZOUTE VERSNAPERINGEN, TOOST	1,55
			06	06		DEEG	0,54
			06	02		DEEGWAREN, RIJST, ANDERE GRANEN	0,39
			06	04		ONTBIJTGRANEN	0,25
			06	03	02	KNACKEBROOD, BESCHUIT	0,12
			06	01		MEEL, VLOKKEN, BINDMIDDELEN	0,02
			06	03		BROOD, KNACKEBROOD, BESCHUIT	0,01
			06	00		NIET INGEDEELD	0,00
			11	Suiker en zoetwaren	6,05	11	02
11	05	01				IJS	0,82
11	03					ZOETWAREN (GEEN CHOCOLA)	0,28
11	01					SUIKER, HONING, JAM	0,02
11	04					SIROPEN	0,00
11	05	02				SORBETIJS	0,00
11	00					NIET INGEDEELD	0,00
11	05	03				WATERIJS	0,00
08	Vis en schaaldieren	1,57				08	01
			08	03		VISPRODUCTEN, VISSTICKS	0,14
			08	02		SCHAAL- EN WEEKDIEREN	0,09
09	Eieren en eiproducten	1,41	09	01		EIEREN	1,41

Vervolg Tabel VI.3. 16

Groep	Groepsnaam	Procentuele vetbijdrage groep	Groep	Subgroep 1	Subgroep 2	Naam subgroep	Procentuele vetbijdrage subgroep
04	Fruit	1,29	04	02		NOTEN, ZADEN, NOTENSREAD (NOTENSMEERSELS)	1,18
			04	04		OLIJVEN	0,06
			04	01	02	pitvruchten	0,02
			04	01	05	andere fruitsoorten	0,01
			04	03		GEMENGD FRUIT	0,01
			04	01	03	steenvruchten	0,00
			04	01	04	besvruchten en kleinfruit	0,00
			04	01	01	citrusvruchten	0,00
			04	00		NIET INGEDEELD	0,00
01	Aardappelen en andere knolgewassen	1,24	01	01	01	gefrituurde aardappelproducten	0,95
			01	01	00	aardappelen (algemeen)	0,28
			01	01	02	aardappelbereidingen ander dan gefrituurd	0,02
			01	02		ANDERE KNOLGEWASSEN	0,00
17	Diversen	1,10	17	03		SNACKS	0,80
			17	01		SOJAPRODUCTEN	0,14
			17	00		NIET INGEDEELD	0,13
			17	02	00	NIET INGEDEELD	0,03
			17	02	01	KUNSTMATIGE ZOETSTOFFEN	0,00
16	Soepen	0,59	16	01		SOEPEN	0,56
			16	02		BOUILLON	0,02
			16	00		NIET INGEDEELD	0,00

Vervolg Tabel VI.3. 16

Groep	Groepsnaam	Procentuele vetbijdrage groep	Groep	Subgroep 1	Subgroep 2	Naam subgroep	Procentuele vetbijdrage subgroep
14	Alcoholische dranken	0,34	14	03		BIER, CIDER	0,31
			14	06		LIKEUREN	0,03
			14	04		STERKE DRANK, BRANDEWIJN	0,00
			14	00		NIET INGEDEELD	0,00
			14	01		WIJN	0,00
			14	02		SHERRY, PORT, VERMOUTH E.D.	0,00
			14	05		ANIJSDRANKEN (PASTIS, ..)	0,00
			14	07		COCKTAILS, PUNCHES	0,00
			02	Groenten	0,20	02	09
02	02					VRUCHTGROENTEN	0,05
02	06					ERWTEN, MAÏS, TUINBONEN	0,02
02	04					KOOLSOORTEN	0,02
02	01					BLADGROENTEN (M.U.V. KOOLSOORTEN)	0,01
02	08					STENGEL- EN SPRUITGROENTEN	0,00
02	03					KNOLGROENTEN	0,00
02	05					CHAMPIGNONGS OF PADDESTOELEN	0,00
02	07					UIEN, KNOFLOOK	0,00
02	00					NIET INGEDEELD	0,00
13	Niet-alcoholische dranken	0,04	13	01		VRUCHTE- EN GROENTESAPPEN	0,03
			13	03	01	KOFFIE	0,01
			13	02		LIMONADES, ISOTONE DRANKEN, SIROPEN	0,00
			13	00		NIET INGEDEELD	0,00
			13	03	04	CICHOREI, SURROGATEN	0,00
			13	03	02	THEE	0,00
			13	03	03	KRUIDENTHEE	0,00
			13	03	00	NIET INGEDEELD	0,00
			13	04		(MINERAAL)WATER	0,00
03	Peulvruchten	0,02	03	01		PEULVRUCHTEN	0,02

Referentielijst

1. De Vriese, S. R. Essential Fatty Acids and Pregnancy. 1-212. 2003. Universiteit Gent.
2. Burr GO, Burr MM. The nature and role of the fatty acids essential in nutrition. J.Biol.Chem. 1930;86:587-621.
3. Belgische Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België, herziene versie 2003. 1-85. 2003. Brussel.
4. Dodd, K. W. A technical guide to C-SIDE. Software for Intake Distribution Estimation. Technical Report 96-TR 32, 1-68. 1996. Department of Statistics and Center for Agricultural and Rural Development; Iowa State University.
5. Iowa State University. A user's guide to C-SIDE. Software for Intake Distribution Estimation. Technical Report 96-TR 31, 1-69. 1996. Department of Statistics and Center for Agricultural and Rural Development; Iowa State University.