



Nederlandse Voedsel- en  
Warenautoriteit  
*Ministerie van Landbouw,  
Natuur en Voedselkwaliteit*

# Voedingsmiddelen als onderdeel van afvaldiëten

## Handhaving op voedings- en gezondheidsclaims op etiket en website

Veel mensen worstelen met overgewicht of ernstig overgewicht (obesitas). Overgewicht ontstaat als de inname van calorieën hoger is dan de verbranding. Hierdoor zijn gezondheidsrisico's hoger dan bij een normaal gewicht.

Naast minder eten en meer bewegen kan een afvaldieet worden gevolgd om het overtollige gewicht te verliezen. Een afvaldieet is een voorgeschreven eetpatroon dat gewichtsverlies tot doel heeft.

Er zijn veel voedingsmiddelen te koop met samenstellingen die passen binnen een bepaald afvaldieet. Op basis van de claimsverordening (zie kader) is het voor de meeste van die voedingsmiddelen (met uitzondering van

maaltijdvervangers voor gewichtsbeheersing) verboden om via presentatie of reclame op een website de suggestie te wekken dat je door consumptie daarvan gewicht verliest. Verder krijgt de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA) veel meldingen over niet toegestane claims over de snelheid en mate van gewichtsverlies. Dit was voor de NVWA aanleiding om bij 36 bedrijven inspecties uit te voeren en hier te controleren of voedings- en gezondheidsclaims correct werden gebruikt. Hierbij is ook een aantal andere etiketteringseisen onder de loep genomen. Het bedrijf dat is vermeld op het etiket is verantwoordelijk voor correcte etikettering en juist gebruik van voedings- en gezondheidsclaims.

### Voedings- en gezondheidsclaims

Bedrijven die vrijwillig gunstige voedingseigenschappen van hun producten voor het voetlicht willen brengen, mogen alleen beweringen doen die voldoen aan de eisen van Verordening (EG) Nr. 1924/2006, de zogenaamde claimsverordening. Voedingsclaims benadrukken nutriënten die niet of juist wel in een voedingsmiddel zitten. Gezondheidsclaims geven aan welk effect een levensmiddel kan hebben op de gezondheid. Uitgangspunt van deze wetgeving is dat levensmiddelenbedrijven alléén claims gebruiken die wetenschappelijk zijn onderbouwd, waardoor de consument de informatie heeft om geïnformeerde keuzes te kunnen maken tussen de aangeboden voedingsmiddelen.

### Doelgroep

Dit project richt zich op producenten, importeurs en handelaren in voedingsmiddelen<sup>1</sup> met een samenstelling die is aangepast aan bepaalde afvaldiëten. De producten zijn zowel te koop via het winkelkanaal (bijvoorbeeld supermarkt of drogist) als via het internet. Ook zijn er websites waarop producten alleen worden gepresenteerd en niet verkocht. In dat geval vindt de verkoop plaats via een consulent, die ook begeleiding geeft bij het afvallen. De meeste producten die zijn aangepast aan bepaalde afvaldiëten zijn duurder dan reguliere voedingsmiddelen.

<sup>1</sup> Voedingssupplementen met claims over gewichtsbeheersing en afvallen behoren niet tot de scope van dit project

## Achtergrond

De markt biedt een grote diversiteit aan voedingsmiddelen die binnen de diverse afvaldiëten worden gebruikt. Deze voedingsmiddelen kunnen grofweg worden verdeeld in 2 categorieën:

- 1) 'losse' voedingsmiddelen die speciaal zijn samengesteld zodat ze binnen een bepaald afvaldieet passen;
- 2) maaltijdvervangende producten voor gewichtsbeheersing.

Hieronder volgt een (niet uitputtende) beschrijving van deze 2 categorieën voedingsmiddelen en de voedings- en gezondheidsclaims die hierbij kunnen worden aangetroffen.

### Voedingsmiddelen als onderdeel van afvaldiëten

Een afvaldieet bestaat uit voedingsmiddelen uit diverse categorieën zoals bijvoorbeeld soepen, dranken, crackers, desserts of pasta's. Er bestaan verschillende soorten afvaldiëten waarin voedingsmiddelen worden geadviseerd die telkens verschillend zijn van samenstelling. Bijvoorbeeld, er zijn diëten die voorschrijven dat relatief veel energie uit eiwitten en vetten moet worden gehaald, terwijl weinig energie uit koolhydraten moet komen. Andere diëten gaan juist uit van een lage inname van vet en hoge inname van koolhydraten<sup>2</sup>. Om de aan- of afwezigheid van nutriënten (of energie) in voedingsmiddelen te benadrukken kunnen voedingsclaims worden gemaakt. Effecten van een nutriënt in een voedingsmiddel op de gezondheid kunnen door middel van gezondheidsclaims naar voren worden gebracht.

#### Voedingsclaims

Veelgebruikte voedingsclaims op voedingsmiddelen die onderdeel zijn van een afvaldieet zijn 'vetarm', 'suikerarm', 'bron van eiwit', 'energie-arm', of soortgelijke claims. Deze voedingsclaims staan in de bijlage van de claimsverordening en mogen worden gemaakt onder de voorwaarde dat een product maximaal de hoeveelheid vet, suiker of energie bevat die in de bijlage van de claimsverordening is gespecificeerd. Als een product meer vet, suiker of energie bevat mogen de voedingsclaims uiteraard niet worden gemaakt.

De vaak voorkomende voedingsclaim 'koolhydraatarm' staat niet in de bijlage en mag niet worden gemaakt. Bedrijven hebben in dit geval wel de mogelijkheid om vergelijkende voedingsclaims te maken, bijvoorbeeld 'verlaagd gehalte aan koolhydraten'. Dit mag als het desbetreffende gehalte minimaal 30% lager is dan van vergelijkbare producten uit dezelfde categorie. Het percentage van de koolhydraatverlaging en de (categorie) producten waarmee vergeleken wordt moeten daarbij worden vermeld.

#### Gezondheidsclaims

Gezondheidsclaims vertellen welk effect een voedingsmiddel heeft op de gezondheid. Alleen gezondheidsclaims die wetenschappelijk zijn bewezen, mogen worden gemaakt. Deze staan op de lijst van toegelaten gezondheidsclaims<sup>3</sup>. De gezondheidsclaims zoals 'het eiwit zorgt voor snellere verzadiging waardoor er minder snel een hongergevoel ontstaat' en 'om een eiwit te verbranden heb je meer calorieën nodig dan er in zitten' staan niet op de lijst van toegelaten gezondheidsclaims en mogen niet worden gemaakt. Ook gezondheidsclaims over een lage glycemische index (een maat voor de snelheid waarmee de bloedsuikerspiegel stijgt als iemand koolhydraten heeft gegeten) zijn niet toegestaan.

Algemene niet-specifieke gezondheidsclaims mogen niet zonder meer worden gemaakt: zij moeten altijd vergezeld gaan van een specifieke (duidelijke) gezondheidsclaim (gerelateerd aan een nutriënt) die is toegelaten. Voorbeelden van algemene onduidelijke gezondheidsclaims zijn 'licht verteerbaar' en 'voel je fit en energiek'.

Het is verder niet toegestaan om te zinspelen op de snelheid of de mate van gewichtsverlies<sup>4</sup>. Een voorbeeld hiervan is 'val 3 kg af in een week'. Dit geldt zowel voor de etikettering als bij het adverteren, presenteren en het te koop aanbieden van voedingsmiddelen. Ook bijvoorbeeld plaatjes van mensen 'voor' en 'na' (waarbij op het plaatje 'na' een slanker figuur is te zien) zijn hierbij niet toegestaan. Het verbod geldt ook voor ervaringsverhalen van consumenten die een product hebben gebruikt.

<sup>2</sup> Voor een overzicht van diëten zie factsheet Voedingcentrum 'Voedingskundige visie op afvaldiëten', <http://www.voedingcentrum.nl/Assets/Uploads/voedingcentrum/Documents/Professionals/Pers/Factsheets/Factsheet%20Voedingskundige%20visie%20op%20afvaldieten.pdf>

<sup>3</sup> De lijst van toegelaten gezondheidsclaims staat in Verordening (EU) nr. 432/2012

<sup>4</sup> Zie artikel 12, onder b, van Verordening (EG) Nr. 1924/2006

## Maaltijdvervangende producten voor gewichtsbeheersing

Een maaltijdvervangend product voor gewichtsbeheersing eet je in plaats van een regulier ontbijt, lunch of diner. Deze categorie voedingsmiddelen bevat slechts een beperkte (wettelijk vastgelegde) hoeveelheid energie. Er gelden daarnaast wettelijke samenstellingsvoorschriften met betrekking tot het vetgehalte en het soort vet, eiwitgehalte en eiwitsamenstelling, en vitaminen en mineralen<sup>5</sup>.

Twee (wetenschappelijk onderbouwde) gezondheidsclaims met betrekking tot het lichaamsgewicht zijn bij deze maaltijdvervangers toegestaan, namelijk:

- 1) 'de vervanging van 1 van de dagelijkse hoofdmaaltijden van een energiebeperkt dieet door een maaltijdvervangend product draagt bij tot het behoud van het gewicht na gewichtsverlies';
- 2) 'de vervanging van 2 dagelijkse hoofdmaaltijden van een energiebeperkt dieet door een maaltijdvervangend product draagt bij tot gewichtsverlies'.

Elke uiting of presentatie op een etiket, in een folder of op een website, die suggereert of impliceert dat je afvalt van voedingsmiddelen die niet behoren tot de categorie maaltijdvervanger voor gewichtsbeheersing, is volgens de claimsverordening verboden. Een uitzondering hierop zijn voedingsmiddelen waaraan een bepaalde hoeveelheid glucomannan (een wateroplosbare voedingsvezel) is toegevoegd<sup>6</sup>.

## Werkwijze

Inspecteurs van de NVWA hebben in de periode september t/m februari 2017 producten en websites beoordeeld van 36 producenten, importeurs en handelaren. De criteria voor de selectie waren grootte en zichtbaarheid van het bedrijf en het aanbod (aantallen producten die pasten in het project). Bij de selectie van de bedrijven is gebruik gemaakt van de expertise van de inspecteurs.

De inspecties richtten zich primair op het gebruik van voedings- en gezondheidsclaims op het etiket en in de presentatie en reclame van producten in bijvoorbeeld foldermateriaal of via een website waarvoor het bedrijf verantwoordelijk is. De instructie bij de inspecties was dat als  $n$  verschillende producten met claim aangeboden werden,  $\sqrt{n}$  producten beoordeeld moesten worden. Als producten in verschillende categorieën werden aangeboden (zoals hartige snacks, dranken en desserts), werden zoveel mogelijk producten uit verschillende categorieën beoordeeld.

Verder beoordeelden inspecteurs een aantal andere aspecten van de etikettering. Onder andere of de etikettering van allergenen correct was weergegeven<sup>7</sup>, of verplichte vermeldingen bij toegestane zoetstoffen aanwezig waren<sup>8</sup> en of de voedingswaarde correct was vermeld<sup>9</sup>. Wanneer één of meerdere overtredingen werden geconstateerd, nam de inspecteur maatregelen en volgde een herinspectie. De termijn waarbinnen deze herinspectie werd uitgevoerd was afhankelijk van de aanpassingen die een bedrijf moet doorvoeren om de overtreding op te heffen: het aanpassen van teksten op een website kan sneller worden uitgevoerd, dan het opnieuw ontwerpen van etiketten of de structuur van een website omzetten.

Tijdens de herinspectie, die zowel schriftelijk als fysiek uitgevoerd kon worden, controleerde de inspecteur of de overtredingen waren opgeheven. Als dat niet zo was, volgden nadere maatregelen. Wanneer de NVWA een overtreding van de claimsverordening constateerde bij een bedrijf dat, in het kader van zelfregulering, die uiting vooraf had laten goedkeuren door de Keuringsraad KOAG/KAG<sup>10</sup>, trad de NVWA niet op tegen het bedrijf, maar werd de zaak besproken met de Keuringsraad. De Keuringsraad handelde de zaak vervolgens ook af met het betrokken bedrijf. Dit is conform werkafspraken die de NVWA en KOAG/KAG gemaakt hebben<sup>11</sup>. In alle overige gevallen van overtredingen werd gehandhaafd conform interventiebeleid.

<sup>5</sup> Zie Verordening (EU) 2016/1413 tot wijziging van Verordening (EU) nr. 432/2012 tot vaststelling van een lijst van toegestane gezondheidsclaims voor levensmiddelen die niet over ziekterisicobeperking en de ontwikkeling en gezondheid van kinderen gaan. Tot 20 juli 2016 gold voor maaltijdvervangers Richtlijn 96/8/EG inzake voedingsmiddelen die zijn bestemd om in energiebeperkte diëten te worden genuttigd voor gewichtsvermindering

<sup>6</sup> De toegelaten gezondheidsclaim volgens Verordening (EU) nr. 432/2012 is: Glucomannan in de context van een energiebeperkt dieet draagt bij tot gewichtsverlies

<sup>7</sup> zie artikel 21 van Verordening (EU) Nr. 1169/2011 betreffende de verstrekking van voedselinformatie aan consumenten

<sup>8</sup> Zie artikel 10 en Bijlage III van Verordening (EU) Nr. 1169/2011

<sup>9</sup> Zie artikel 30-34 van Verordening (EU) Nr. 1169/2011

<sup>10</sup> <http://www.koagkag.nl/Home>

<sup>11</sup> Zie <https://www.nvwa.nl/onderwerpen/claims-levensmiddelen/gezondheidsclaims-correct-gebruik>

## Resultaat

### Overtredingen voedingsclaims

In de categorie voedingsclaims constateerde de NVWA bij 21 van de 36 bedrijven overtredingen. De overige bedrijven pasten voedingsclaims correct toe, of maakten geen voedingsclaims bij hun producten.

### Overtredingen gezondheidsclaims

De NVWA vond bij 28 van de 36 geïnspecteerde bedrijven niet toegestane gezondheidsclaims. Vooral claims, die door de wijze van presentatie in woord en beeld op de website de suggestie wekken dat je afvalt van een voedingsmiddel (niet zijnde maaltijdvervangers), kwam vaak voor.

Het verbod op het maken van claims die zinspelen op de snelheid en mate van gewichtsverlies werd door 21 van de 36 bedrijven overtreden. De NVWA handhaaft al sinds 2010 specifiek op deze wettelijke bepaling, onder andere naar aanleiding van meldingen van consumenten en van bedrijven die meldingen bij de NVWA over elkaar doen. In de periode 2010-2015 heeft de NVWA in totaal 422 maatregelen genomen voor overtreding van dit wetsartikel. Dit betrof wel een veel groter aantal verkooplocaties dan in dit project, zoals bijvoorbeeld schoonheidssalons, gezondheidscentra en verkoop via afvalcoaches.

### Overige overtredingen

Bij 19 van de 36 bedrijven (53%) vonden inspecteurs één of meerdere overtredingen van de etiketteringswetgeving. Soms betrof het slechts één overtreding, bijvoorbeeld het niet correct weergeven van de voedingswaardedeclaratie of het niet weergeven van verplichte vermeldingen op het etiket in de Nederlandse taal. Bij 2 fabrikanten troffen inspecteurs respectievelijk 5 en 6 overtredingen aan.

Op bedrijfsniveau voldeden slechts 2 van de 36 bedrijven volledig aan de geïnspecteerde eisen. De grootte van de aanbieders varieerde enorm: sommige bedrijven verkochten slechts één product dat paste binnen de kaders van dit project, terwijl andere honderden producten aanboden. Het spreekt voor zich dat, onafhankelijk van het aantal producten dat wordt verkocht, in alle gevallen volledig moet worden voldaan aan de claimsverordening en overige etiketteringseisen.

### Herinspecties

Bij 34 bedrijven vonden herinspecties plaats. Bij 20 bedrijven zijn inmiddels alle overtredingen opgeheven. Bij 12 bedrijven loopt het handhavingstraject nog, en 2 bedrijven hebben hun activiteiten inmiddels gestaakt<sup>12</sup>.

### Maaltijdvervangende producten voor gewichtsbeheersing

Van de 36 geïnspecteerde bedrijven zijn bij 17 bedrijven producten die als maaltijdvervanger voor gewichtsbeheersing waren geëtiketteerd, beoordeeld. Het ging hier vooral om shakes die zowel consumptiegereed werden verkocht of nog bereid moesten worden door toevoeging van (magere) melk of water. Bij 12 van de 17 bedrijven bleek dat de beoordeelde maaltijdvervanger(s) die nog bereid moesten worden, door toevoeging van (magere) melk als zodanig niet geheel voldeden aan de wettelijke samenstellingseisen. Pas na het bereiden van de maaltijden met (magere) melk conform het bereidingsadvies op het etiket werd aan de wettelijke samenstellingseisen voldaan.

Naar aanleiding van de maatregelen die de NVWA oplegde is een gesprek gestart met individuele bedrijven en brancheverenigingen. Zij gaven aan dat maaltijdvervangers die consumptiegereed gemaakt moeten worden met (magere) melk door deze strikte interpretatie van de wetgeving vrijwel onmogelijk zal worden. De reden hiervan is dat het verschil tussen minimale en maximale energie-inhoud van het voedingsmiddel vanaf 15 september 2019 kleiner wordt, namelijk minstens 200 kcal en hoogstens 250 kcal<sup>13</sup>. Aangezien een portie van 200 ml magere melk al 74 kcal bevat, zal een product waaraan melk moet worden toegevoegd in onbereide vorm te weinig energie bevatten als het bereide product wel voldoet aan het wettelijk maximum. En, omgekeerd, een onbereid product dat boven het aantal minimum aantal calorieën blijft, zal na bereiding met melk het maximum overschrijden. Ook merkten bedrijven op dat de wetgeving in andere lidstaten (waar veel maaltijdvervangers worden geproduceerd) anders werd geïnterpreteerd.

<sup>12</sup> Stand van zaken februari 2018

<sup>13</sup> Van 21 juli 2016 tot en met 14 september 2019 geldt een overgangstermijn en moet de energie-inhoud van het levensmiddel minstens 200 kcal en mag deze hoogstens 400 kcal bedragen

De NVWA heeft de kwestie opgenomen met de Werkgroep claims waarin Europese Commissie en alle lidstaten vertegenwoordigd zijn. De lidstaten en de Europese Commissie waren in meerderheid van mening dat pas aan de wettelijke samenstellingseisen voldaan hoeft te worden bij een

consumptiegereed gemaakt product volgens de instructies van de producent. De NVWA heeft hierop haar standpunt bijgesteld en geen opvolging gegeven aan de opgemaakte waarschuwingen voor dit onderdeel.

### Conclusie

34 van de 36 van de in dit project geïnspecteerde bedrijven overtraden in meer of mindere mate de claimswetgeving. Consumenten die afvaldiëten volgen en voedingsmiddelen gebruiken die speciaal hiervoor op de markt worden gebracht hierdoor onjuist voorgelicht. Dit is niet acceptabel en moet verbeteren. Bedrijven kunnen, als zijzelf onvoldoende expertise hebben, adviesbureaus inhuren om hun etikettering en claims op orde te brengen. Ook kunnen zij hun uitingen preventief voorleggen aan de Keuringsraad KOAG/KAG.

### In de toekomst

Fabrikanten moeten zich houden aan de claims- en etiketteringswetgeving. Het bedrijf wiens naam op het etiket staat is verantwoordelijk voor naleving hiervan. Dat geldt ook voor de presentatie en reclame (bijvoorbeeld via een website).

### Wat kunt u zelf doen?

- Voor meer informatie over claims zie <https://www.nvwa.nl/onderwerpen/claims-levensmiddelen/om-op-te-letten-bij-claims>
- Kijk op de website van het Voedingscentrum over tips hoe u op een gezond gewicht kunt blijven<sup>14</sup>.
- Ga, indien u (ernstig) overgewicht heeft, eerst naar de huisarts.
- Als u begeleiding wilt bij het afvallen: ga naar een diëtist of gewichtsconsulent die u onafhankelijk adviseert en begeleidt.
- Er bestaan ook kruidenpreparaten met gezondheidsclaims over afvallen. De effectiviteit hiervan is meestal niet wetenschappelijk bewezen. Lees meer over kruidenpreparaten op de website van het Voedingscentrum<sup>15</sup>.

<sup>14</sup> <http://www.voedingscentrum.nl/nl/mijn-gewicht/gezond-gewicht.aspx>

<sup>15</sup> <http://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/kruidenpreparaten.aspx>



Dit is een uitgave van:  
Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit  
Catharijnesingel 59 | Postbus 43006 | 3540 AA Utrecht  
**[www.nvwa.nl](http://www.nvwa.nl)**  
april 2018