

Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

> Retouradres Postbus 20350 2500 EJ Den Haag

De Voorzitter van de Tweede Kamer  
der Staten-Generaal  
Postbus 20018  
2500 EA DEN HAAG

**Bezoekadres**

Parnassusplein 5  
2511 VX Den Haag  
www.rijksoverheid.nl

**Kenmerk**

1834217-218973-VGP

**Bijlage(n)**

-

**Uw brief**

Datum 11 maart 2021  
Betreft Aanbieding advies Gezondheidsraad eiwitnormen

*Correspondentie uitsluitend  
richten aan het retouradres  
met vermelding van de  
datum en het kenmerk van  
deze brief.*

Geachte voorzitter,

Met deze brief reageer ik op het advies van de Gezondheidsraad over de voedingsnormen voor eiwitinname. Ik heb dit advies op 2 maart 2021 ontvangen. Het advies is te vinden op de website van de Gezondheidsraad: [www.gezondheidsraad.nl](http://www.gezondheidsraad.nl).

**Inleiding**

Het advies van de Gezondheidsraad over nieuwe voedingsnormen voor eiwitinname is een deeladvies binnen de evaluatie van de Nederlandse voedingsnormen. Er wordt bij het opstellen van voedingsnormen gestreefd naar harmonisatie van voedingsnormen binnen Europa. De Gezondheidsraad heeft daarom geëvalueerd in hoeverre de eiwitnormen van de Europese voedselveiligheidsautoriteit EFSA overgenomen kunnen worden. De Gezondheidsraad heeft de eiwitnormen geëvalueerd voor kinderen, volwassenen onder en boven de 60 jaar, zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven. De behoefte aan een voedingsstof is de hoeveelheid voedingsstof die nodig is voor het goed functioneren van het lichaam, voor groei en te preventie van ziekten. De voedingsnormen worden met name gebruikt door het Voedingscentrum en door diëtisten.

**Inhoud van het advies 'Voedingsnormen voor eiwitten; referentiewaarden voor de inname van eiwitten'**

De Gezondheidsraad neemt voor alle groepen de eiwitnormen van de EFSA over, uitgedrukt in grammen eiwit per kilogram lichaamsgewicht per dag. De Nederlandse normen uitgedrukt in grammen per dag liggen iets hoger dan die van de EFSA, omdat Nederlanders langer en dus zwaarder zijn dan de gemiddelde Europeaan. De wijzigingen zijn beperkt ten opzichte van de normen die tot nu toe golden.

Vanwege een wetenschappelijke discussie of volwassenen van 60 jaar en ouder meer eiwit nodig hebben dan jongere volwassenen, heeft de Gezondheidsraad deze groepen apart geëvalueerd. Het merendeel van het onderzoek onder ouderen toont niet aan dat een hogere eiwitinname effect heeft op spiermassa, op spierkracht of op fysiek functioneren. De Gezondheidsraad ziet daarom geen overtuigend bewijs dat er voor alle ouderen een hogere norm voor eiwit nodig is.

**Reactie op het advies**

Ik vind het belangrijk dat de voedingsnormen gebaseerd worden op de huidige stand van de wetenschap en passen bij de Nederlandse situatie. Het advies van de Gezondheidsraad over de eiwitnormen voor kinderen, volwassenen onder en boven de 60 jaar, zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven voorziet hierin. Ik neem het advies van de Gezondheidsraad dan ook over en zal het Voedingscentrum vragen om de voedingsvoorlichting, waar nodig, hierop aan te passen.

**Kenmerk**  
1834217-218973-VGP

Ik dank de Gezondheidsraad voor het advies over de voedingsnormen voor de eiwitname in Nederland.

Hoogachtend,

de staatssecretaris van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport,

Paul Blokhuis