

Stimuleren van vezelinname door gepersonaliseerd voedingsadvies

Gepubliceerd: 18-01-2019 Laatst bijgewerkt: 11-04-2024

Onderzoeken of een persoonlijk voedingsadvies (PDA) effectiever is voor het verhogen van de vezelinname in de Nederlandse bevolking dan het algemene advies dat momenteel wordt aangeboden door het Voedingscentrum en de Maag Lever Darm Stichting (MLDS...

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving gestopt
Type aandoening	Overige aandoening
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON45882

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Vezel_UP

Aandoening

- Overige aandoening
- Maagdarmsstelselaandoeningen NEG

Synoniemen aandoening

nvt

Aandoening

In ogenschijnlijk gezonde mensen (met een lage vezelinname) wordt gekeken of gepersonaliseerd voedingsadvies daadwerkelijk leidt tot een verhoogde vezelinname. Daaraan gekoppeld wordt gekeken of stoelgang en welbevinden verbetert, maar dit zijn niet de primaire uitkomstmaten.

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Wageningen Universiteit

Overige ondersteuning: Bolletje, Kellogg, Maag Lever Darm Stichting, MLDS subsidie en Topsector voor Kennis & Innovatie (TKI), Sensus, Sonneveld

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: gepersonaliseerd voedingsadvies, ontlastingspatroon, vezelinname, welbevinden

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

De primaire uitkomstmaat is de inname van voedingsvezels. Deze zal worden gemeten met behulp van een voedselfrequentievragenlijst (food frequentie questionnaire FFQ) en de zogenoemde '24h-recall' methode. De samenstelling van microbiota en metabolieten in de ontlasting zal worden meegenomen als een objectieve marker voor vezelinname.

Secundaire uitkomstmaten

Secundaire uitkomstmaten zijn ontlastingspatroon, welbevinden, honger/verzadiging en lichaamsgewicht. Bovendien zullen psychologische metingen worden meegenomen om meer inzicht te krijgen in redenen rondom effectiviteit van het PDA.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Voedingsvezels zijn gelinkt aan een verbeterde gezondheid en preventie van ziekten zoals obesitas, beroerte, hypertensie, diabetes en dikke darmkanker. Bovendien spelen vezels een belangrijke rol in de gezonde werking van de darm, door het ontlastingsvolume en de ontlastingsfrequentie te verhogen en de consistentie te verbeteren. Momenteel halen maar heel weinig volwassenen de

aanbeveling van 30 (vrouwen) of 40 (mannen) gram per dag. Gepersonaliseerd voedingsadvies kan de oplossing zijn om de inname van voedingsvezel in grote populaties te verhogen.

Doel van het onderzoek

Onderzoeken of een persoonlijk voedingsadvies (PDA) effectiever is voor het verhogen van de vezelinname in de Nederlandse bevolking dan het algemene advies dat momenteel wordt aangeboden door het Voedingscentrum en de Maag Lever Darm Stichting (MLDS). Ten tweede wordt gekeken naar het effect van een verhoogde vezelinname op het ontlastingspatroon, welbevinden, gedrag van consumenten en de rol van psychologische factoren in de effectiviteit van een persoonlijk voedingsadvies gericht op vezelinname.*

Onderzoeksopzet

Een enkelblind gecontroleerd gerandomiseerd onderzoek van 4,5 maand (6 weken interventie + follow-up na 3 maanden) met twee groepen: de interventiegroep, die persoonlijk voedingsadvies (PDA) ontvangt, en de controlegroep, die alleen het algemene voedingsadvies ontvangt.

Onderzoeksproduct en/of interventie

Deelnemers in de interventiegroep ontvangen persoonlijk voedingsadvies (PDA) op basis van hun huidige voedingspatroon, voorkeuren en zelfregulerend vermogen. De PDA voorziet in vezelrijke alternatieven voor producten die momenteel worden gegeten en die dicht bij het huidige eetgedrag liggen, om op deze manier de inname van voedingsvezels te verhogen. Dit PDA zal worden verstrekt via een online webportaal. De controlegroep ontvangt alleen een algemeen voedingsadvies, b.v. (een) brochure(s) met informatie over vezels van het Voedingscentrum en MLDS. De interventiegroep ontvangt dit algemene advies ook naast het PDA.

Inschatting van belasting en risico

Het risico voor proefpersonen in deze studie is verwaarloosbaar en de belasting weegt op tegen de mogelijke voordelen voor de proefpersonen. Het PDA valt zoveel mogelijk binnen de richtlijnen van het Voedingscentrum en is gebaseerd op persoonlijke voorkeuren. Bovendien zijn alle vezelrijke voedingsmiddelen die worden geadviseerd commercieel verkrijgbaar en dus veilig voor consumptie.

Contactpersonen

Publiek

Wageningen Universiteit

Stippeneng 4
Wageningen 6708WE
NL

Wetenschappelijk

Wageningen Universiteit

Stippeneng 4
Wageningen 6708WE
NL

Locaties

Landen waar het onderzoek wordt uitgevoerd

Netherlands

Deelname eisen

Leeftijd

Volwassenen (18-64 jaar)
65 jaar en ouder

Belangrijkste voorwaarden om deel te mogen nemen (Inclusiecriteria)

- Leeftijd *18 jaar.
- Ogenscheinlijk gezond: geen maag/darmklachten, geen voedselallergieën en geen medicatie die de uitkomst van de studie kan beïnvloeden (zie exclusiecriteria).
- Relatief lage vezelinname: die wordt beoordeeld aan de hand van een korte vragenlijst over de vezelinname (score variërend van 1 tot 22). Vrouwen met een score *13 en mannen met een score * 15 zullen in het onderzoek worden geïnccludeerd.
- Wonend in de omgeving van Wageningen (max. 50 km).
- In het bezit van een mobiele telefoon met Android *4.4 of iOS-systeem *9 om apps te gebruiken.
- Ondertekende toestemmingsverklaring.

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

- Elke spijsverteringstoornis waarvan wordt verwacht dat deze de studieresultaten beïnvloed, zoals chronische constipatie of diarree, de ziekte van Crohn, colitis ulcerosa, het prikkelbare-darmsyndroom en coeliakie.
- Diagnose Diabetes Mellitus, omdat de verandering in de inname van koolhydraten het gebruik van medicatie kan verstoren.
- Het momenteel volgen van een strikt dieet en niet bereid of niet in staat om dit voedingspatroon te veranderen; bijvoorbeeld een glutenvrij dieet of een "crashdieet" met maaltijdvervangers.
- Gebruik van medicatie die de studieresultaten kunnen beïnvloeden, bv laxeermiddelen, diuretica, antidepressiva, codeïne, antibiotica of vezelsupplementen.
- Vrouwelijke proefpersonen die momenteel zwanger zijn of borstvoeding geven, of zwanger willen worden tijdens het onderzoek; omdat dit van invloed kan zijn op ontlastingspatronen en welzijn.
- Gelijktijdig deelnemen aan een ander onderzoek.
- Niet voldoen aan de onderzoekscriteria.

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Parallel
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blinding:	Enkelblind
Controle:	Actieve controle groep
Doel:	Behandeling / therapie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestopt
(Verwachte) startdatum:	01-03-2019
Aantal proefpersonen:	100
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO

Datum: 18-01-2019

Soort: Eerste indiening

Toetsingscommissie: METC Brabant (Tilburg)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

Geen registraties gevonden.

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL67998.028.18