

# Nieuwe NICE aanbevelingen voor de cardiovasculaire preventie op niveau van de bevolking

Lieven De Norre

*Medi-Sfeer, 25 november / 8 december 2010, nummer 363, pg. 43-44*

In juni 2010 publiceerde de National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE) een uitvoerig rapport over de mogelijkheden en de noodzakelijke maatregelen om de preventie van cardiovasculaire aandoeningen op het niveau van de bevolking in het Verenigd Koninkrijk te verbeteren: de public health guidance on prevention of cardiovascular disease at the population level in the UK <sup>(1)</sup>. Deze leidraad kan model staan voor een globale aanpak op populatieniveau en is bedoeld om lokale en nationale overheden, gezondheidsinstanties, de voedingsmiddelenindustrie en alle personen of groepen die een invloed uitoefenen op de cardiovasculaire gezondheid van de bevolking, wetenschappelijk gefundeerd advies te geven over het belang en de mogelijkheden om de cardiovasculaire preventie te verbeteren op bevolkingsniveau.

## Individuele versus preventie op populatieniveau

Cardiovasculaire risicofactoren kunnen op meerdere wijzen worden verminderd. Twee verschillende en vaak complementaire benaderingen zijn de individueel- en de populatie-gebaseerde preventie. Bij de eerste benadering gaat het over maatregelen die mensen direct aansporen om hun gedrag te veranderen. Het kan hierbij gaan om het geven van informatie over hun gezondheidsrisico of over hun huidig gedrag, het geven van advies (zoals meer lichaamsbeweging) of het voorschrijven van een behandeling. Bij interventies op populatie-niveau gaat het meer over het veranderen van de manier waarop volksgezondheid of andere organisaties de preventie of de gezondheidszorg ter beschikking stellen. Hierbij beoogt men het verminderen van de risico's afkomstig van sociale, economische, materiële en omgevingsfactoren die een gehele bevolking beïnvloeden. Deze interventies kunnen worden bereikt door regel- en wetgeving, subsidiëring en taxatie of de reorganisatie van de fysische structuur van leefgemeenschappen. Informatie en responsabilisering zijn hierbij sleutelementen samen met een open en doorzichtige dialoog met de voedingsindustrie.

## Focus op voedselproductie

Deze NICE leidraad richt zich vooral op de voedselproductie en de invloed ervan op het voedingspatroon van de bevolking en geeft 'evidence-based' aanbevelingen hoe de overheid door wettelijke bepalingen en de voedingsindustrie door zelf opgelegde aanpassingen in het bereiden van voedsel dat ze aan de bevolking aanbieden, de cardiovasculaire risicofactoren waaraan de bevolking worden blootgesteld, kunnen verminderen. Simon Capewell (Universiteit van Liverpool, Verenigd Koninkrijk) die vice-voorzitter is van de NICE Guidance Development Group, stelde: "We hadden de indruk dat voedingsinterventies op populatieniveau veel te weinig aandacht kregen. Nochtans hebben die een groot potentieel om cardiovasculaire voordelen te induceren. Deze leidraad toont hoe door de introductie van eenvoudige veranderingen op populatieniveau er grote winsten kunnen worden geboekt op gebied van het verminderen van de dodentol als gevolg van cardiovasculaire aandoeningen. Het gaat hier niet meer om een open discussie maar om een probleem dat de overheid en de rest van de maatschappij moet aanpakken. Het NICE document toont overigens dat dergelijke veranderingen zeer snel resultaat hebben en zichzelf

terugverdienen, en dus kostenbesparend werken. Een treffend voorbeeld is het verbod op roken in openbare plaatsen dat zeer snel het aantal acute coronaire syndromen met 17% deed dalen."

## Minder zout, minder vet, minder suiker!

In het eerste hoofdstuk van het document worden een reeks van aanbevelingen geformuleerd die gebaseerd zijn op uitgebreid en consistent bewijs (evidencebased) en die een doeltreffende en kostenbesparende aanpak op populatieniveau mogelijk maken. Een **belangrijke aanbeveling** gaat over zout in de voeding. Het toegevoegde zout in de voeding afkomstig van de voedingsindustrie heeft een grote impact op de totale zoutinname en vertegenwoordigt naar schatting 70 tot 90% van de totale zoutinname van de bevolking. Er wordt aanbevolen om de zoutinname door de bevolking versneld te verminderen met als doelstelling een zoutinname van 6 gram per dag per volwassene tegen het jaar 2015 en van 3 gram per dag tegen het jaar 2025. Ook het gebruik van zoutvervangers wordt afgeraden om het zoutgevoelen van de bevolking te verminderen. Een daling van het gemiddelde zoutverbruik tot 3 gram per dag zou alleen in Groot-Brittannië leiden tot veertien- tot twintigduizend minder overlijdens per jaar als gevolg van cardiovasculaire aandoeningen.



Een **tweede aanbeveling** gaat over het gebruik van verzadigde vetzuren. Het verminderen van de algemene consumptie van verzadigd vet is cruciaal voor de preventie van cardiovasculaire aandoeningen. Hoewel de laatste jaren veel vooruitgang is geboekt, zou het aandeel van vetzuren in de voedingsenergie nog veel lager moeten, namelijk 6 tot 7%. Het verminderen van het aandeel van verzadigde vetzuren in de totale energieopname van 14% naar 7% (om het niveau te bereiken dat in Japan wordt gezien) kan in Groot-Brittannië zorgen voor 30.000 minder overlijdens per jaar als gevolg van cardiovasculaire aandoeningen.

Een **derde aanbeveling** gaat over de industrieel geproduceerde transvetzuren die een belangrijk risico vormen voor de volksgezondheid. Als de industrieel geproduceerde transvetten, die ontstaan bij het harden van plantaardige oliën, verboden worden (en dit werd met succes gedaan in Denemarken) zouden er nog een extra 7000 levens kunnen worden gered. Vooral het eten van gefrituurd 'fastfood' dient op globale schaal te worden aangepakt om alle sociale groepen (ook de minder begoede en dus kwetsbaardere) te beschermen tegen de nadelige effecten van transvetzuren. Een EU-verbod is in de maak en meer dan aangewezen.

De 'leidraad' van NICE bevat nog tal van argumenten die algemene beleidsmaatregelen verantwoorden, zoals het uitbreiden van de restricties voor reclame op tv voor voeding met een hoog gehalte aan verzadigde vetzuren, zout en suiker. De overheid zou er moeten voor zorgen dat gezonde voedingsalternatieven goedkoper zijn dan 'junkfood'. Bovendien is er behoefte aan een duidelijke en rechtlijnige etikettering voor 'light lood' zodat de consument makkelijk kan zien of een product een hoog, gemiddeld of laag gehalte aan zout, vet of suiker bevat. Bovendien zouden de lokale overheden de mogelijkheid moeten krijgen om een wildgroei aan fastfoodrestaurants in bepaalde buurten te beperken, zeker in de buurt van scholen. Het is een gekend feit dat de aanzet voor cardiovasculaire aandoeningen al in de kinderjaren wordt gegeven. In het document van NICE wordt dan ook veel aandacht besteed aan het belang van maatregelen om de toename van cardiovasculaire risicofactoren bij kinderen te verminderen.

Er zijn ook veranderingen inzake landbouwbeleid en subsidiëring noodzakelijk. Ondanks de CAP (Common Agricultural Policy) binnen de EU, zijn er nog vele tekortkomingen op gebied van voedingsprijzen, landbouwsubsidies en productieprocessen die een nadelige invloed uitoefenen op het cardiovasculaire risico. Ten slotte legt NICE de nadruk op de noodzaak voor het meten van de impact van bepaalde beleidsmaatregelen op de cardiovasculaire risicofactoren. Soms is de impact namelijk niet positief, maar is er een onverwacht of zelfs negatief effect, terwijl er goede middelen en technieken bestaan om dit te meten.

## **ESC steunt het NICE rapport**

De Europese Vereniging van Cardiologie (ESC) erkent NICE als één van de belangrijkste referentiebronnen voor de klinische besluitvorming in de cardiologie. De ESC verwelkomt dan ook de publicatie van NICE en is van mening dat deze leidraad, die een reeks van evidence-based aanbevelingen geeft voor het nemen van doeltreffende beleidsmaatregelen op bevolkingsniveau teneinde de prevalentie van cardiovasculaire aandoeningen te verminderen, belangrijke boodschappen bevat voor de rest van Europa. Lars Ryden van het Karolinska Instituut te Zweden en tevens woordvoerder van de ESC, stelt dat deze NICE-leidraad een zeer krachtig en valabel document is dat duidelijk onderlijnt hoeveel de maatschappij kan winnen met de introductie van wettelijke bepalingen die de samenstelling en inhoud van voedingsmiddelen beschermen. Ook als een individu de keuze maakt voor een gezonde voeding, zijn er aspecten die hij/zij niet kan controleren, zoals het zoutgehalte in brood, en die een nadelig effect op zijn of haar cardiovasculaire gezondheid kunnen hebben. De 'guidance' maakt het voor individuele personen makkelijker om gezonde keuzes te maken. De leidraad verzamelt informatie in een makkelijk toegankelijke vorm waarop politici zich kunnen baseren om die wetten in te voeren die de bevolking en de individuele persoon beter beschermen. Voor Ryden dient elk Europees land afzonderlijk de NICE leidraad te toetsen aan hun eigen situatie zodat aangepaste maatregelen per land kunnen worden genomen om de cardiovasculaire preventie op populatie-niveau te stimuleren. Het volledige rapport kunt u nalezen op de website van NICE: <http://www.nice.org.uk/>.

### **Referentie**

NICE public health guidance 25. Prevention of cardiovascular disease at population level. [www.nice.org.uk/guidance/PH25](http://www.nice.org.uk/guidance/PH25), june 2010.