

**N** COMMENTAAR



**Creatieve rekenkunde**

**Liesbeth Van Impe**  
Hoofdredacteur

Er is wat af- en aangereden in Hertoginnedal, maar ook binnenskamers zijn er vooral rondjes gedraaid tijdens het begrotingsconclaaf. Over de cijfers is nog geen akkoord, laat staan over wat er vervolgens met die cijfers moet

gebeuren. En het enige wat we met zekerheid weten over deze coalitie, is dat ze het overnagenoeg niets echt eens geraakt. Intussen tikt de klok: over acht dagen moet premier Charles Michel (MR) naar de kamer met zijn State of the Union, en dezelfde week nog wil Europa weten of de rekeningen deze keer wel kloppen.

Op basis van eerdere begrotingsrondes is dat niet eens bijzonder verontrustend. Elke premier heeft zijn eigen manier om tot een deal te komen. Bij Michel is het patroon intussen duidelijk: hij laat de gesprekken tot dicht bij de deadline komen, terwijl de Vlaamse partijen elkaar voor de camera's net niet vermoorden. Vervolgens komt hij net iets vroeger dan verwacht buiten

**"Het enige moment waarop de begroting min of meer op orde lijkt, is tijdens de triomfantelijke persconferenties"**

met een akkoord, dat al bij al lijkt mee te vallen. Michel is de meester van de bijna-crisis geworden, meteen ook de permanente staat van zijn coalitie.

Toch past hier een waarschuwing. Op de foto op de persconferentie over het bereikte akkoord, staan telkens veel lachende gezichten. Maar het duurt steeds minder lang voor het lachen hen weer vergaat. Te optimistische ramingen, tegenvallende resultaten, gecorrigeerde cijfers... Het enige moment waarop de begroting min of meer op orde lijkt, is tijdens die triomfantelijke persconferenties.

In plaats van de economie, de administratie of de luchtdruk de schuld te geven, zou deze ploeg er beter aan doen eerst haar eigen beloftes te houden. Bij herhaling is beloofd om, ver van de deadline, een serieuze oefening op langere termijn te doen. Maar ook deze zomervakantie werd dat werk nog maar eens uitgesteld. Tot vlak voor de deadline. Tot het moment dat goochelen met de cijfers nog de enige oplossing is. Voor een regering die van een beter budgettair beleid een speerpunt heeft gemaakt, is dat teleurstellend.

Het obscure rekenwerk in een donkere onderhandelingsnacht is al eerder onder vuur komen te liggen. Binnen een coalitie die het over zowat niets eens is en waar men elkaar niets gunt, is het de beste garantie voor begrotingen die vooral een hele stapel oud papier genereren.

Zie ook pagina 8  
Reageer op [commentaar@nieuwsblad.be](mailto:commentaar@nieuwsblad.be)

# Vitaminepillen: nutteloos en soms zelfs gevaarlijk

Vier Belgen op de tien grijpen geregeld naar een voedingssupplement. Zelfs een kwart van onze kleuters slikt vitaminepilltjes. In bijna al die gevallen was dat overbodig, zeggen experts. En bij overconsumptie zelfs gevaarlijk voor de gezondheid.

GEERT NEYT

We eten ongezond en proberen dat te compenseren met een 'gezond' pilletje. Liefst 38 procent van de Belgen tussen 3 en 64 jaar gebruikt een voedingssupplement. Dat blijkt uit de peiling van het Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid (WIV) naar onze voedingsgewoonten.

Vitamine D en C zijn, samen met multivitaminereparaten, de populairste supplementen. Mineralen (zoals magnesium, calcium en fluor) of plantenextracten volgen op respectabele afstand. Daarnaast eet 35 procent nog eens voeding die al door de fabrikant verrijkt werden met vitamines.

**Winterkwaaltjes**

De grootste gebruikers van supplementen zijn vrouwen boven de 40. Meer dan de helft grijpt wel eens naar een vitaminepil.

Verrassend: de op één na grootste groep gebruikers zijn kleuters tussen de 3 en de 5 jaar. Gevraagd of ze hun kind de afgelopen 24 uur een voedingssupplement toedienden, antwoordt een vijfde van de ouders volmondig ja. Is die kleuter een meisje, dan geeft zelfs een kwart van de ouders een voedingssupplement. "Omdat het goed is voor de gezondheid" of "omdat het extra bescherming biedt tegen winterkwaaltjes", menen ze. "Zo promoten de fabrikant-

ten ook hun supplementen, maar die informatie is absoluut misleidend", zegt professor Gui De Backer van de Hoge Gezondheidsraad. "Er zijn weliswaar mensen met een medisch probleem die supplementen moeten innemen. En voor zwangere vrouwen kan een extra dosis foliumzuur zinvol zijn. Maar voor de doorsnee gezonde Belg zijn al die extraatjes in 99 procent van de gevallen nutteloos, ook voor kinderen. En daardoor een gigantische verspilling."

Karin De Ridder van het WIV wil een uitzondering maken voor vitamine D-pillen voor kleuters. "Omdat we niet goed weten hoeveel vitamine D een kind binnenkrijgt via de gewone en de verrijkte voeding."

Uit voorzichtigheid spreken de experts de aanbeve-

ling van Kind & Gezin niet tegen.

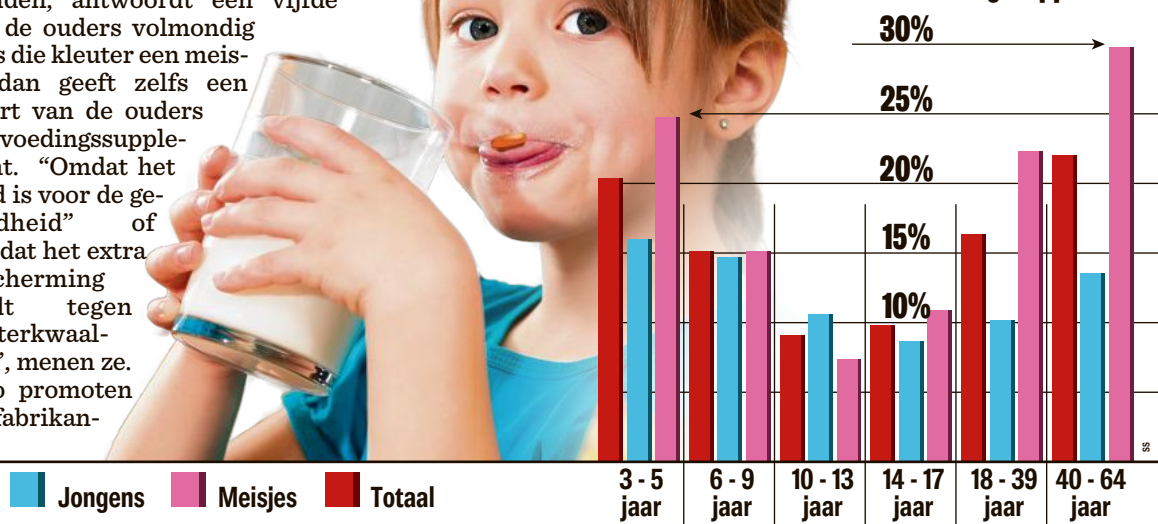
Grotendeels overbodig dus, al die supplementen, maar niet helemaal zonder risico. "Een te hoge inname van bijvoorbeeld vitamine C en D kan leiden tot nierstenen en neurologische klachten", aldus professor De Backer.

"Een teveel aan vitamine D kan zelfs een averechts effect hebben en de botten net brozer maken in plaats van sterker", weet Karin De Ridder. "We mogen ons weten niet sussen met vitamine-tabletjes. Voedingssupplementen kunnen immers nooit een gezonde en gevarieerde voeding vervangen of een ongezond voedingspatroon compenseren. Het probleem is dat die supplementen in de markt gezet worden als gezond terwijl op een broccoli natuurlijk niet staat geschreven dat hij boordevol vitamintjes zit."

Voedingssupplementen worden zonder voorschrift verkocht. "Toch wekken ze verkeerdelijk de indruk dat ze een soort geneesmiddelen zijn", zegt Gui De Backer. "Het wordt tijd dat de meer dan twintig jaar oude reglementering wordt aangepast. Al weet ik niet of de overheid de sterke lobbygroep zal kunnen afslaan."

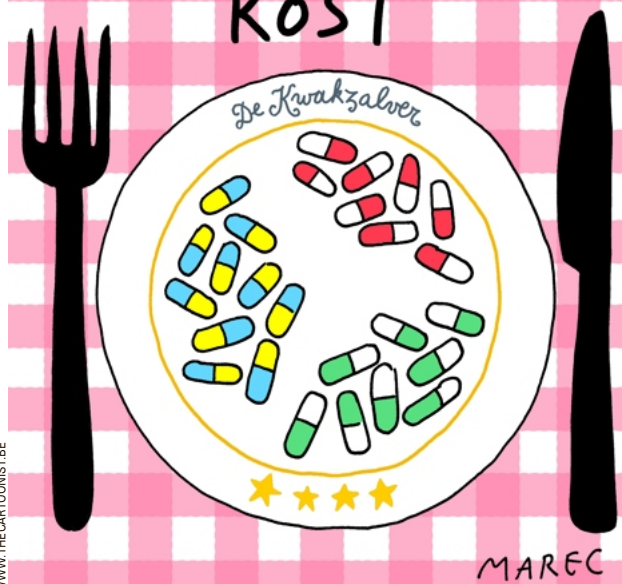


**Hoeveel mensen slikken een voedingssupplement?**



**MAREC**

**DAGELIJKSE KOST**



**FLEUR & DIJKSHOORN**

**Stijve stier**

Onderzoeksbureau Check-market heeft de Vlaamse man samengevat in cijfers: 16 procent heeft een snor, 73 procent reist met de auto, 10 procent kauwt quinoasalade, 9 procent luistert naar hiphop en 5 procent staat open voor een trio. Over de combinatie quinoa en trio's bestaan geen percentages. Wat daarentegen écht mannelijk is – las ik in deze krant – is wat Herman Brusselmans deed: openlijk spreken over het soms slappe geslachtsorgaan. Geen bijverschijnsel van goed in de slappe was zitten, nee, het kan iedereen overkomen. Daarom gaf de man achter de beroemde uitdrukking 'achterwaarts in de poes naaien', een bruikbare tip op de radio: "Slik zeker niet achter de rug van je vrouw Viagra." Klinkt alsof Brusselmans het voorwaarts naaien (her)ontdekt heeft. Overigens, naast Viagra is voortaan ook Stiff Bull te koop, een koffie die je een erectie van drie (!) dagen bezorgt. Zo lang lijkt me onpraktisch – al kan je er ook



natte keukendoeken mee droogzwieren – maar misschien begrijp ik het niet omdat ik een vrouw ben. Begrijp ik wel: het verlangen om een kopje 'Stijve Stier' aan je argeloze collega's te serveren en te kijken wat er op de werkvloer gebeurt.

Maar ik dwaal af. Brusselmans dus. Dat hij over zijn erectiestoornissen durft te vertellen, getuigt van lef, vindt seksuoloog Wim Slabbinck. Dat vind ik ook. Van mannen wordt verwacht dat ze nooit kwetsbaarheid tonen. Check-market heeft geen procenten afgeleverd over pakweg mannelijke emoties.

Ik zou best willen lezen dat 76 procent huilt bij hevige verdriet. Dat 53 procent bang is om zijn vrouw te verliezen en 47 procent bang is om zijn vrouw níet te verliezen. Dat soort dingen. En zeg niet dat het vanuit economisch standpunt oninteressant is, want papieren zakdoekjes voor mannen – donkerblauw, met een parfum dat vrouwen onweerstaanbaar vinden – zijn na erectiekoffie vast het volgende gat in de markt.

Afwisselend geven Fleur van Groningen en Nico Dijkshoorn hun eigen kijk op de actualiteit.