

VITAMINE B2

AUTEUR

Eveline TEPPERS

Dankwoord

Dit werk kon niet worden gerealiseerd zonder de medewerking van een aantal personen. Onze bijzondere dank gaat uit naar:

De deelnemers en de enquêteurs voor hun deelname aan de enquête;

Loes Brocatus, Charlotte Stiévenart en Sofie Van den Abeele voor de voorbereiding en de organisatie van het veldwerk, alsook hun ondersteuning bij het databeheer;

Ledia Jani voor de organisatie en de logistiek van deze enquête, alsook haar werk voor de lay-out van dit rapport;

Sarah Bel, Koenraad Cuypers, Karin De Ridder, Thérésa Lebacqz, Cloë Ost en Eveline Teppers voor het databeheer en de dataverwerking;

Koenraad Cuypers voor de projectcoördinatie.

Gelieve bij het verwijzen naar resultaten van dit hoofdstuk de volgende referentie te gebruiken:

Teppers E. Vitamine B2. In: Bel S, Tafforeau J (ed.). Voedselconsumptiepeiling 2014-2015. Rapport 4. WIV-ISP, Brussel, 2016.

INHOUDSTAFEL

Samenvatting	5
1. Inleiding	6
1.1. Voedingsaanbevelingen	6
1.1.1. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid	6
1.1.2. Maximale toelaatbare inname	7
2. Instrumenten	8
2.1. 24-uursvoedingsnavraag	8
2.2. Indicatoren.....	8
3. Resultaten	9
3.1. Gebruikelijke inname	9
3.2. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid.....	10
3.3. Bronnen van vitamine B2	12
4. Discussie.....	15
4.1. Conclusie	16
5. Tabellen.....	18
6. Referenties.....	44

SAMENVATTING

Op vlak van volksgezondheid is het belangrijk om voldoende vitamine B2 via de voeding op te nemen aangezien deze vitamine een rol speelt bij de instandhouding van het zenuwstelsel, de spijsvertering en de energiehuishouding (vertering van eiwitten, koolhydraten en vetten). Ook is het van belang voor een gezonde huid en het gezichtsvermogen. Vitamine B2 zit vooral in melk en melkproducten, maar ook in vlees(waren), groenten, fruit, brood en graanproducten. Een gevarieerd en evenwichtig voedingspatroon kan dus zeker voldoende vitamine B2 aanbrengen.

Gebruikelijke inname

In België in 2014 heeft de bevolking tussen 3 en 64 jaar een gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname van 1,25 mg/dag via de voeding. Wanneer eveneens de inname van vitamine B2 via voedingssupplementen in rekening wordt gebracht, stijgt de gemiddelde inname met 9% tot 1,36 mg/dag. Het includeren van supplementen zorgt vooral voor een stijging in de gebruikelijke inname bij vrouwen en dit voornamelijk bij volwassenen.

De gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding is hoger bij mannen (1,38 mg/dag) dan bij vrouwen (1,12 mg/dag), echter bij inclusie van voedingssupplementen is de gemiddelde inname voor mannen en vrouwen vrij gelijkaardig (respectievelijk 1,40 en 1,33 mg/dag). De gemiddelde vitamine B2 inname via de voeding (met of zonder inclusie van supplementen) is gelijkaardig voor kinderen, adolescenten en volwassenen. Personen uit Wallonië (1,17 mg/dag) hebben een lagere gemiddelde vitamine B2 inname via de voeding dan personen uit Vlaanderen (1,29 mg/dag). Tot slot is de gemiddelde vitamine B2 inname via de voeding voor de Belgische bevolking tussen 15 en 64 jaar in 2014 (1,26 mg/dag) lager dan in 2004 (1,47 mg/dag).

Voedingsaanbevelingen

De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) voor vitamine B2 komt overeen met 0,8-1,0 mg/dag voor jonge kinderen tussen 3 en 6 jaar. Vanaf 7 tot 64 jaar komt de ADH overeen met 1,2 mg/dag voor de vrouwen en 1,5 mg/dag voor de mannen.

In België in 2014 heeft 63% van de mannelijke bevolking en 62% van de vrouwelijke bevolking tussen de 3 en 64 jaar een vitamine B2 inname via de voeding lager dan de ADH. Dit percentage daalt tot 61% voor de mannelijke bevolking en 56% voor de vrouwelijke bevolking bij het ook in rekening brengen van de inname via supplementen.

Het percentage van de bevolking onder de ADH voor vitamine B2 inname is het laagst in de jongste leeftijdsgroep (3-5 jaar). Namelijk ongeveer 25% van de jonge kinderen hebben een vitamine B2 inname via de voeding onder de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid terwijl dit tussen de 54 en 67% is voor 6-64 jarigen. In Wallonië (69%) zijn er meer personen met een vitamine B2 inname via de voeding onder de ADH dan in Vlaanderen (58%). Terwijl in 2004 ongeveer de helft van de Belgische bevolking tussen de 15 en 64 jaar een vitamine B2 inname via de voeding onder de ADH had, stijgt dit tot ongeveer 65% in 2014.

Voedingsbronnen

In België in 2014 zijn de voedingsgroepen "Melkproducten en substituten" (32%), "Vlees en vleesproducten" (20%) en "Granen en graanproducten" (12%) de belangrijkste voedingsbronnen van vitamine B2 in de bevolking van 3 tot 64 jaar. Verder hebben de voedingsgroepen "Groenten" (6%) en "Niet-alcoholische dranken" (5%) ook een noemenswaardige bijdrage aan de totale vitamine B2 inname. Voedingssupplementen hebben een bijdrage van 3% aan de totale vitamine B2 inname.

1. INLEIDING

Vitamine B2 of riboflavine is een kristallijne substantie, geel van kleur (natuurlijk of synthetisch riboflavine wordt ook gebruikt als gele kleurstof (E101) in voedingsmiddelen), thermoresistent (blijft behouden bij het koken) maar gevoelig aan zonlicht, in het bijzonder aan UV licht dat riboflavine snel afbreekt. Het is daarom aan te raden om voedingsmiddelen die vitamine B2 bevatten in het donker te bewaren.

Vitamine B2 speelt een rol bij de instandhouding van het zenuwstelsel, de spijsvertering en de energiehuishouding (afbraak van proteïnen, aminozuren, vetzuren en koolhydraten). Ook is het van belang voor het gezond houden van de huid, nagels en haren en het gezichtsvermogen. Daarnaast is vitamine B2 nodig voor het vormen van rode bloedcellen, voor de ademhaling, voor de productie van antilichamen en voor het reguleren van groei en voortplanting.

Een tekort aan vitamine B2 veroorzaakt letsels van de huid en de mucosae zoals seborrheïsche dermatitis in het aangezicht, stomatitis, glossitis (rode, pijnlijke, gladde tong) en lipkloven ter hoogte van de mondhoeken. Ter hoogte van de ogen kan conjunctivitis optreden, opacificatie van de corneae en prematuur lenticulair cataract. Een vitamine B2-tekort kan ook leiden tot een verlaging van het hemoglobinegehalte en kan vermoeidheidsklachten geven.

Een vitamine B2-tekort kan optreden ten gevolge van onvoldoende inname uit de voeding door de consumptie van nutritioneel arme voeding of van een stoornis in de intestinale absorptie of in het verbruik ervan door weefsels. In de bevolking komt een tekort aan vitamine B2 echter niet veel voor maar wordt wel in de hand gewerkt bij chronisch alcoholisme en bij intestinale malabsorptie bij diverse intestinale ziekten (1).

Belangrijke voedingsbronnen van vitamine B2 zijn melk(producten), vlees(waren), groenten, fruit en graanproducten. Een gevarieerd en evenwichtig voedingspatroon kan dus zeker voldoende hoeveelheid vitamine B2 aanbrengen.

1.1. VOEDINGSAANBEVELINGEN

1.1.1. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid

De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH)¹ van vitamine B2 bedraagt 0,8 mg/dag voor jonge kinderen en neemt toe met de leeftijd. Zo bedraagt de ADH 1,2 mg en 1,5 mg per dag voor respectievelijk vrouwen en mannen (Tabel 1). Deze Belgische voedingsaanbevelingen vooropgesteld door de Hoge Gezondheidsraad (HGR) zijn gelijk aan de aanbevelingen van 2009 (1;2). De ADH voor vitamine B2 voor volwassenen ouder dan 64 jaar, tijdens de zwangerschap en de borstvoedingsperiode zijn niet opgenomen in de VCP2014-15.

Tabel 1 | Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor vitamine B2 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, Hoge Gezondheidsraad, België, 2015

Leeftijd	Geslacht	Vitamine B2, milligram/dag
1-3 jaar	M/V	0,8
4-6 jaar	M/V	1,0
7-64 jaar	M	1,5
	V	1,2

Bron: Hoge Gezondheidsraad, 2015 (1).

¹ De ADH is de inname die voldoende wordt geacht om te voorzien in de behoefte van vrijwel alle gezonde personen (97,5%) in een bepaalde bevolkingsgroep.

1.1.2. Maximale toelaatbare inname

Bij een hoge inname van vitamine B2 vermindert de intestinale absorptie. Dit verklaart, althans gedeeltelijk, de afwezigheid van toxiciteit van overmatige dosissen van vitamine B2 waarvoor geen veilige bovengrens of maximale toelaatbare inname (MTI)² is vastgelegd. Verder wordt een overmaat aan vitamine B2 snel geëlimineerd via urinaire excretie.

² De MTI is het hoogste niveau van inname waarbij volgens de huidige beschikbare gegevens geen schadelijke effecten worden waargenomen of te verwachten zijn.

2. INSTRUMENTEN

2.1. 24-UURSVOEDINGSNAVRAAG

De deelnemers werden tweemaal bevestigd door diëtisten, die een specifieke training hadden gevolgd, omtrent alle hoeveelheden en types voedingsmiddelen die ze gedurende de volledige dag voorafgaand aan het interview hadden geconsumeerd. Om het geheugen van de mensen zoveel mogelijk te ondersteunen werden eerst de eetmomenten besproken, bv. ontbijt, tien uurtje, enz. In een tweede fase werd overlopen welke voedingsmiddelen en hoeveel ervan geconsumeerd werd tijdens elk eetmoment. De dataverzameling tijdens beide interviews werd uitgevoerd op een gestandaardiseerde manier met behulp van de software GloboDiet³.

Na het uitvoeren van een kwaliteitscontrole, werden de geconsumeerde voedingsmiddelen gekoppeld aan voedingsmiddelentabellen. Elke tabel omvat nutritionele informatie van de verschillende voedingsmiddelen. Met andere woorden elk voedingsmiddel dat werd geconsumeerd werd gekoppeld aan zijn energiewaarde, macronutriënten (vetten, koolhydraten en eiwitten) en micronutriënten (vitamines, mineralen en sporenelementen). Op die manier kan de aanvoer van micronutriënten, zoals vitamine B2, vanuit deze voedingsmiddelen worden bestudeerd.

2.2. INDICATOREN

Er werden twee soorten analyses uitgevoerd op de gegevens verzameld tijdens de twee interviewdagen met behulp van de SPADE[®] software (3;4)⁴. De eerste soort analyses maakt een schatting van de gebruikelijke vitamine B2 inname bekomen door voedselinname (verrijkte voeding inbegrepen), terwijl de tweede soort een schatting maakt van de gebruikelijke vitamine B2 inname bekomen door voedselinname en de inname van voedingssupplementen. Voor de eerste soort analyses werd een model gebruikt dat dagelijkse consumptie modelleert. Terwijl voor de tweede soort een model werd gemodelleerd voor de gecombineerde inname via de voeding en supplementen. Voor deze laatste soort analyses werd de proportie personen die geen gebruik maakt van supplementen die vitamine B2 bevatten (informatie beschikbaar aan de hand van de voedselrequentie vragenlijst) mee in rekening genomen bij het modelleren. Er zijn 1908 personen, 81,2% van de steekproef (2349 personen) waarvoor informatie beschikbaar was, die aangaven nooit een voedingssupplement met B-vitamines in te hebben geconsumeerd.

De gebruikelijke vitamine B2 inname wordt uitgedrukt in milligram per dag. De resultaten worden vergeleken met de aanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad die voor vitamine B2 een aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) formuleert (1) (Tabel 1).

³ Meer informatie over de 24-uursvoedingsnavraag kan worden gevonden in het hoofdstuk "Inleiding en methodologie".

⁴ Meer informatie over de SPADE[®] software kan worden gevonden in het hoofdstuk "Inleiding en methodologie".

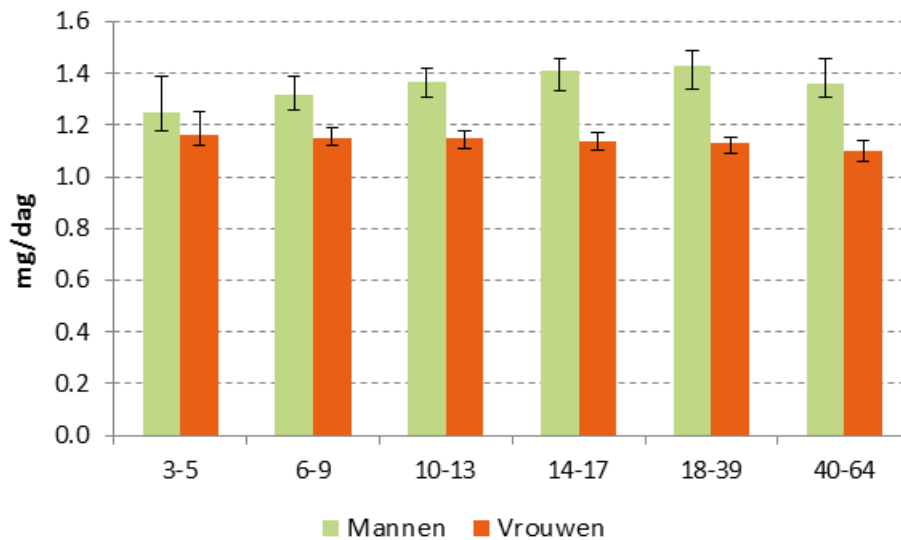
3. RESULTATEN

3.1. GEBRUIKELIJKE INNAME

In België in 2014 bedraagt de gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding 1,25 mg/dag. Wanneer de inname van vitamine B2 via voedingssupplementen ook in rekening wordt gebracht, stijgt de gemiddelde vitamine B2 inname significant met 9% tot 1,36 mg/dag.

Mannen (1,38 mg/dag) hebben een significant hogere gemiddelde vitamine B2 inname via de voeding dan vrouwen (1,12 mg/dag). Dit geslachtsverschil komt naar voren vanaf de late kindertijd (6-9 jaar) (Figuur 1).

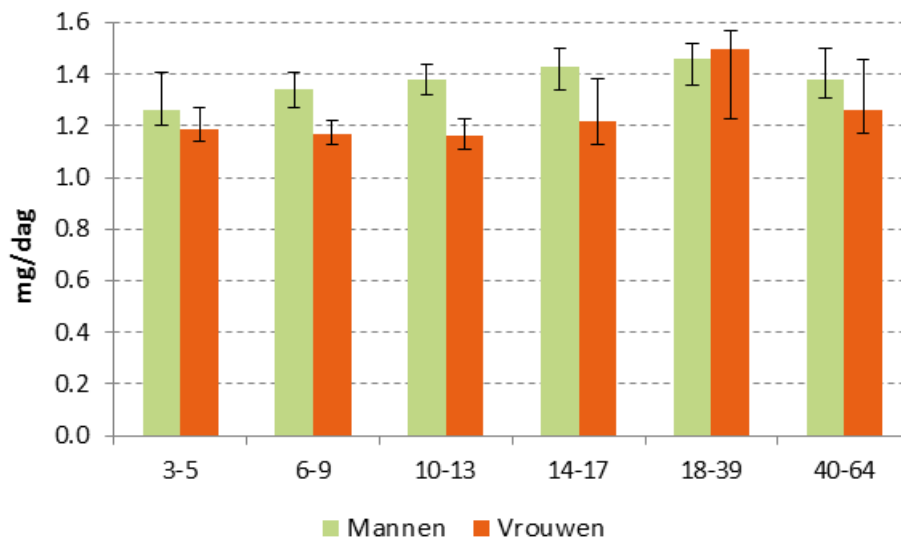
Figuur 1 | De gemiddelde gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



Het in rekening brengen van de inname door voedingssupplementen zorgt voor een stijging in de totale gemiddelde inname van 1% voor de mannen (1,40 mg/dag) en van 19% voor de vrouwen (1,33 mg/dag). De hoogste stijgingen worden waargenomen bij vrouwen in de leeftijdsgroepen 18-39 jaar (33%, van 1,13 tot 1,50 mg/dag) en 40-64 jaar (15%, van 1,10 tot 1,26 mg/dag).

Het geslachtsverschil waarbij mannen een hogere gemiddelde vitamine B2 inname hebben dan vrouwen komt minder sterk tot uiting wanneer de inname van vitamine B2 door voeding en supplementen wordt geanalyseerd. Enkel nog in de leeftijdsgroepen 6-9 jaar en 10-13 jaar hebben jongens een significant hogere inname dan meisjes (Figuur 2).

Figuur 2 | De gemiddelde gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding en supplementen volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



De gebruikelijke inname van vitamine B2 via de voeding en via de voeding en supplementen verschilt niet significant volgens leeftijd wanneer er gekeken wordt naar de grenzen van de 95% betrouwbaarheidsintervallen.

Voor BMI en opleidingsniveau worden er ook geen significante verschillen gevonden (volgens de grenzen van de 95% betrouwbaarheidsintervallen) voor de gebruikelijke inname van vitamine B2 via de voeding.

Er is wel een significant hogere gemiddelde gebruikelijke inname van vitamine B2 via de voeding in Vlaanderen (1,29 mg/dag) dan in Wallonië (1,17 mg/dag). Dit verschil is zowel aanwezig bij de mannelijke (1,45 versus 1,30 mg/dag) als bij de vrouwelijke bevolking (1,15 versus 1,05 mg/dag). Wanneer de vitamine B2 inname door voeding en supplementen in rekening wordt gebracht, is dit regionaal verschil iets minder sterk aanwezig (1,42 versus 1,30 mg/dag met een overlap van de 95% betrouwbaarheidsintervallen).

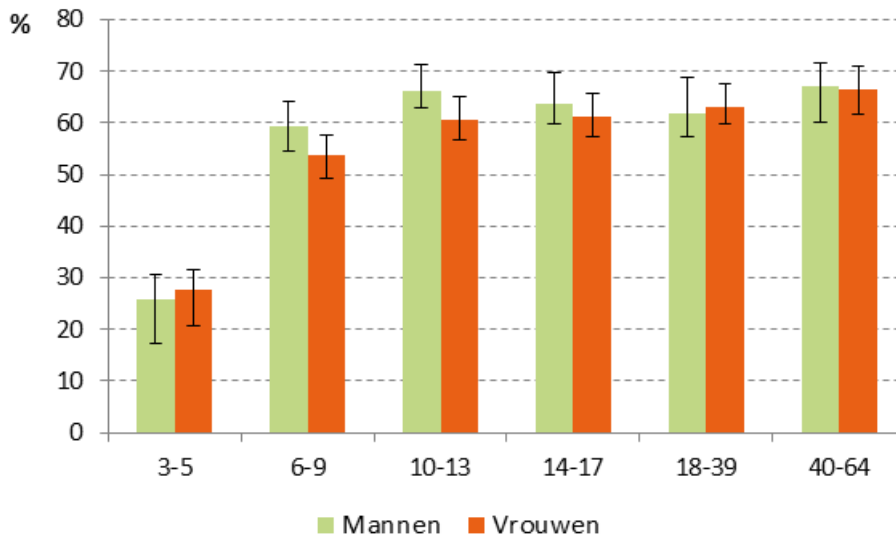
Ten opzichte van 2004 (1,47 mg/dag) is voor de Belgische bevolking tussen 15 en 64 jaar de gemiddelde inname van vitamine B2 door voeding significant gedaald in 2014 (1,26 mg/dag). Deze evolutie is aanwezig bij zowel de mannelijke (daling van 1,64 tot 1,41 mg/dag) als vrouwelijke bevolking tussen 15 en 64 jaar (daling van 1,30 tot 1,11 mg/dag).

3.2. AANBEVOLEN DAGELIJKSE HOEVEELHEID

Aangezien de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) van vitamine B2 inname leeftijdsspecifiek maar ook geslachtsspecifiek is gedefinieerd, kan de gebruikelijke inname enkel binnen de bevolking mannen en vrouwen vergeleken worden met de voedingsaanbevelingen.

In België in 2014 heeft 63% van de mannelijke bevolking en 62% van de vrouwelijke bevolking tussen 3 en 64 jaar een gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding onder de ADH. Mannen en vrouwen binnen de verschillende leeftijdsgroepen verschillen dus niet in de mate waarin ze voldoen aan de aanbevelingen (Figuur 3).

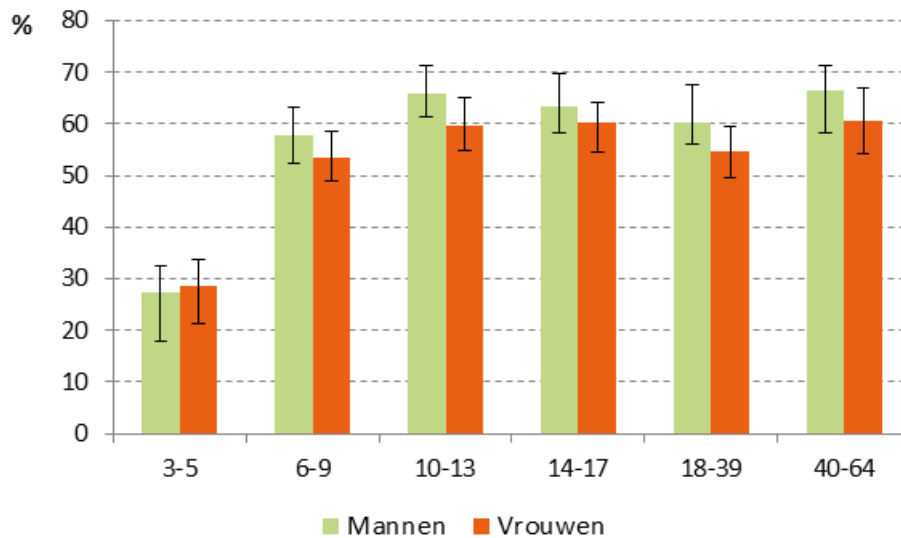
Figuur 3 | De proportie van de bevolking (3-64 jaar) onder de ADH voor gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



Voor de vitamine B2 inname gebaseerd op voeding en supplementen heeft 61% van de mannelijke bevolking en 56% van de vrouwelijke bevolking tussen de 3 en 64 jaar een vitamine B2 inname onder de ADH. Opnieuw is er geen significant geslachtsverschil gebaseerd op de grenzen van de 95% betrouwbaarheidsintervallen (Figuur 4). Bij het in rekening brengen van de inname door supplementen is het percentage mannen dat niet voldoet aan de AHD richtlijn gelijk gebleven, terwijl het percentage vrouwen dat niet voldoet aan de ADH richtlijn wel is gedaald met ongeveer 10%.

Het percentage dat onder de ADH zit voor vitamine B2 inname is significant lager in de jongste leeftijdsgroep (3-5 jaar) in vergelijking met de oudere leeftijdsgroepen (6-64 jaar) (Figuur 3 en 4). Meer concreet heeft slechts ongeveer een kwart van de jonge kinderen een gebruikelijke vitamine B2 inname onder de ADH, terwijl tussen de 54 en 67% van de personen tussen 6 en 64 jaar een gebruikelijke vitamine B2 inname heeft onder de ADH (Figuur 3 en 4). Bij de vrouwen is er verder ook een significant verschil tussen het percentage oudere kinderen (6-9 jaar) (54%) en het percentage volwassenen (18-39 jaar: 63%; 40-64 jaar: 66%) met een vitamine B2 inname via voeding onder de ADH richtlijn (Figuur 3).

Figuur 4 | De proportie van de bevolking (3-64 jaar) onder de ADH voor gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding en supplementen volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



Voor opleidingsniveau en BMI vinden we geen significante verschillen (gebaseerd op de grenzen van de 95% betrouwbaarheidsintervallen) wat betreft het percentage personen met een gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding onder de ADH. Echter voor verblijfplaats zijn er wel significante verschillen: er zijn meer mannen en meer vrouwen wonende in Wallonië die een gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding hebben onder de ADH dan in Vlaanderen, namelijk voor beide geslachten: 69 versus 58%.

In 2004 heeft 47% van de mannelijke bevolking en 54% van de vrouwelijke bevolking tussen 15 en 64 jaar een vitamine B2 inname via de voeding onder de ADH, terwijl in 2014 dit percentage significant hoger ligt, namelijk 63% van de mannelijke bevolking en 64% van de vrouwelijke bevolking.

3.3. BRONNEN VAN VITAMINE B2

In België in 2014 zijn de voedingsgroepen "Melkproducten en substituten", "Vlees en vleesproducten" en "Granen en graanproducten" de belangrijkste bronnen van inname van vitamine B2 in de bevolking tussen 3 en 64 jaar, met respectievelijke gemiddelde bijdragen van 32,0%, 19,9% en 11,6%. Verder hebben de voedingsgroepen "Groenten" (5,5%) en "Niet-alcoholische dranken" (5,3%) ook een noemenswaardige bijdrage aan de totale vitamine B2 inname. Voedingssupplementen hebben een bijdrage van 3,2% in vergelijking met de andere voedingsgroepen (Tabel 2).

Tabel 2 | Gemiddelde bijdrage van de verschillende voedingsgroepen aan de totale vitamine B2 inname in de bevolking van 3 tot 64 jaar, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014

Voedingsgroepen	Gemiddelde bijdrage aan de totale vitamine B2 inname (%)	95 % BI
Aardappelen en andere zetmeelrijke knollen	1,7	(1,5-1,9)
Groenten	5,5	(5,1-5,9)
Peulvruchten	0,1	(0,1-0,2)
Fruit, noten, zaden en olijven	2,8	(2,5-3,0)
Melkproducten en substituten	32,0	(30,9-33,2)
Granen en graanproducten	11,6	(11,1-12,2)
Vlees en vleesvervangers	19,9	(18,9-20,9)
Vis, schaal en schelpdieren	2,4	(1,9-2,8)
Eieren en afgeleiden	2,4	(2,0-2,7)
Vet en olie	0,1	(0,1-0,2)
Suiker en snoepwaren	3,6	(3,2-4,0)
Cakes en zoete koeken	4,3	(3,9-4,7)
Niet-alcoholische dranken	5,3	(4,7-6,0)
Alcoholische dranken	2,5	(2,0-3,0)
Kruiderij, sauzen en specerijen	1,6	(1,2-2,0)
Bouillon	0,0	(0,0-0,0)
Diversen*	0,3	(0,1-0,5)
Hartige snacks**	0,6	(0,5-0,7)
Voedingssupplementen	3,2	(2,5-3,9)

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

Percentages zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

* Sommige vegetarische producten, maaltijdvervangers, dieetproducten.

** Chips, zoute koekjes en aperitief hapjes.

Zie sectie "Tabellen" voor meer informatie over hoeveel procent elke voedingsgroep bijdraagt aan de totale vitamine B2 inname, opgesplitst volgens het geslacht, de leeftijd, de BMI, het opleidingsniveau, de verblijfplaats en het jaar van onderzoek (2004 versus 2014).

De belangrijkste significante verschillen kort samengevat:

- Vrouwen hebben een hogere bijdrage van groenten, melkproducten en supplementen dan mannen aan hun totale vitamine B2 inname. Mannen daartegen hebben een hogere bijdrage van vlees en vleesproducten aan hun totale vitamine B2 inname dan vrouwen.
- Kinderen (3-9 jaar) hebben een hogere bijdrage van melkproducten voor hun totale vitamine B2 inname maar een lagere bijdrage van vlees en vleesproducten dan adolescenten en volwassenen. Volwassenen hebben ook een hogere bijdrage van groenten aan hun totale vitamine B2 inname dan kinderen en adolescenten, maar hebben een lagere bijdrage van granen en graanproducten dan personen tussen de 6 en 17 jaar.
- Personen met een normaal gewicht hebben een hogere bijdrage van granen en graanproducten aan hun totale vitamine B2 inname dan personen met overgewicht en obesitas, terwijl personen met obesitas een hogere bijdrage hebben van vlees en vleesproducten dan personen met een normaal gewicht.
- De laagst opgeleiden hebben een hogere bijdrage van vlees en vleesproducten aan hun totale vitamine B2 inname dan de hoogst opgeleiden.
- In 2014 is de bijdrage van melkproducten en vlees aan de totale vitamine B2 inname hoger dan in 2004, terwijl de bijdrage van granen en graanproducten hoger is in 2004 dan in 2014.

4. DISCUSSIE

Vitamine B2 is een onmisbaar micronutriënt voor de instandhouding van het zenuwstelsel, de spijsvertering en de energiehuishouding. Het is ook van belang voor het gezichtsvermogen en een gezonde huid. De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH)⁵ voor vitamine B2 komt overeen met 0,8-1,0 mg/dag voor jonge kinderen tussen 3 en 6 jaar. Vanaf 7 tot 64 jaar komt de ADH overeen met 1,2 mg/dag voor de vrouwen en 1,5 mg/dag voor de mannen.

In overeenstemming met andere Europese studies (5-7) zijn de voedingsgroepen “Melkproducten en substituten” (32%), “Vlees en vleesproducten” (20%) en “Granen en graanproducten” (12%) de belangrijkste voedingsbronnen van vitamine B2. Verder hebben de voedingsgroepen “Groenten” (6%), en “Niet-alcoholische dranken” (5%) ook een noemenswaardige bijdrage. Aangezien vitamine B2 een water oplosbaar vitamine is en door UV-stralen snel wordt afgebroken, is het aan te raden om de voedingsmiddelen die vitamine B2 bevatten in het donker te bewaren en te koken met weinig water (1). Bijvoorbeeld melk in brik in de koelkast bewaren en groenten niet te klein snijden en niet te lang koken en dit in weinig water.

Voedingssupplementen hebben slechts een bijdrage van 3% aan de totale vitamine B2 inname in vergelijking met de andere voedingsgroepen. Niettegenstaande lijkt de gebruikelijke vitamine B2 inname te stijgen door inclusie van inname via supplementen naast inname via de voeding, dit vooral bij vrouwen en hoofdzakelijk in de (jonge) volwassenheid. Uit de VCP2014-15 komt ook naar voren dat vooral vrouwen gebruikers van supplementen zijn en dat “vitaminen” en “multivitaminen en mineralen” de meest frequent gebruikte supplementen zijn (zie hoofdstuk “Verrijkte voeding en voedingssupplementen”). Deze specifieke supplementen bevatten vaak B-vitamines waaronder vitamine B2.

Uit de VCP2014-15 komt naar voren dat 1,25 mg/dag de gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding is voor de Belgische bevolking (3-64 jaar). Deze gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname stijgt met 9% tot 1,36 mg/dag wanneer inname via supplementen ook in rekening wordt gebracht. De gebruikelijke vitamine B2 inname blijft stabiel van de vroege kindertijd (3-5 jaar) tot aan de volwassenheid. De bevinding dat jongere kinderen dezelfde gebruikelijke vitamine B2 inname hebben als de andere leeftijdsgroepen kan te wijten zijn aan hun relatief hoge consumptie van zuivelproducten in verhouding met hun energie-inname (zie hoofdstuk “Melkproducten en met calcium verrijkte sojaproducten”). Hiermee samenhangend hebben melkproducten en substituten de hoogste vitamine B2 bijdrage bij de jongste kinderen.

In vergelijking met de gegevens uit een recent overzichtsartikel (8), lijkt dat de Belgische bevolking (3-64 jaar) in 2014 een lagere gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding hebben dan in andere Europese landen waaronder Engeland, Frankrijk, Nederland, Duitsland. Echter deze verschillen dienen met de nodige omzichtigheid te worden geïnterpreteerd aangezien de meetmethoden, analysetechnieken, jaar van het onderzoek, leeftijdsclassificaties en voedingsmiddelentabellen kunnen verschillen en een invloed hebben op de gebruikelijke waarden van de micronutriënten. Enkel voor de jongste kinderen (3-5 jaar) in België in 2014 zijn de gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 innames gelijkaardig aan die van Nederlandse kinderen tussen 4 en 6 jaar (8).

Volgens de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid (EFSA) worden de gemiddelde innames van vitamine B2 uit de voeding in de meeste Europese landen ingeschat op 1,8-3,1 mg/dag voor volwassen vrouwen en op 2,3-5,2 mg/dag voor volwassen mannen en deze hoeveelheden verzekeren de nutritionele behoeften (9). Deze gemiddelde innames liggen opnieuw boven de gemiddelde innames uit de voeding bekomen voor de volwassen vrouwen (1,10-1,13 mg/dag) en mannen (1,36-1,43 mg/dag) in de VCP2014-15.

In tegenstelling tot de bevindingen in andere Europese landen⁶, is er toch nog een substantieel deel van de Belgische bevolking met een gebruikelijke vitamine B2 inname onder de nutritionele behoeften. Meer

⁵ De ADH is de inname die voldoende wordt geacht om te voorzien in de behoefte van vrijwel alle gezonde personen (97,5%) in een bepaalde bevolkingsgroep.

⁶ Het maken van vergelijkingen tussen Europese landen wat betreft de adequaatheid van micronutriënten is moeilijk omdat niet alleen de meetmethoden en analysetechnieken kunnen verschillen maar ook de voedingsaanbevelingen die worden gehanteerd binnen een land.

specifiek, heeft 63% van de Belgische bevolking, wat daalt tot 61% en 56% (voor mannen en vrouwen respectievelijk) bij inclusie van supplementen, een gebruikelijke vitamine B2 inname onder de leeftijds- en geslachtsspecifieke aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH). Hierbij is het belangrijk om op te merken dat het onduidelijk is of personen met een vitamine B2 inname onder de ADH een reëel vitamine B2-tekort hebben dat samengaat met gezondheidsproblemen (bv. ontstekingen van de huid en vermoeidheidsklachten). Enkel biochemische metingen (bloed en/of urine onderzoek) kunnen uitsluitsel geven over een inadequate vitamine B2 inname of een actueel tekort.

Bij het vergelijken met de voedingsaanbevelingen blijkt ook dat de gebruikelijke vitamine B2 inname van de jonge kinderen tussen 3 en 5 jaar het best aanleunt bij hun nutritionele behoefte. Namelijk ongeveer drie kwart van de jonge kinderen heeft een gebruikelijke vitamine B2 inname dat voldoet aan de ADH, terwijl slechts tussen de 30% en 45% van de kinderen ouder dan 6 jaar, adolescenten en volwassenen voldoet aan de ADH voor vitamine B2.

Gebaseerd op inname via de voeding hebben mannen een hogere gemiddelde gebruikelijke vitamine B2 inname (1,38 mg/dag) dan vrouwen (1,12 mg/dag). Dit geslachtsverschil komt ook naar voren in andere Europese landen (5-7;10) en is logischerwijs het gevolg van de hogere energiebehoeften voor mannen en hierdoor hogere consumptie van voedingsmiddelen, waaronder vlees, vis, eieren en brood, beschuit en ontbijtgranen (zie hoofdstuk "Voedingsaanbevelingen"). Echter aangezien vrouwen meer supplementen gebruiken, vertonen vrouwen een gelijkaardige gebruikelijke vitamine B2 inname als de inname via supplementen ook wordt geïnccludeerd (respectievelijk 1,40 en 1,33 mg/dag). In vergelijking met de leeftijds- en geslachtsspecifieke aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH), is het percentage vrouwen met een vitamine B2 inname (via de voeding of via de voeding en supplementen) dat voldoet aan de ADH ook gelijk aan het percentage mannen.

Uit de VCP2014-15 komt ook een regionaal verschil naar voren, met een lagere gemiddelde vitamine B2 inname uit de voeding in Wallonië (1,17 mg/dag) dan in Vlaanderen (1,29 mg/dag). Als gevolg zijn er ook meer personen in Wallonië (69%) met een gebruikelijke vitamine B2 inname via de voeding onder de voedingsaanbevelingen dan in Vlaanderen (58%). Dit regionaal verschil kan deels verklaard worden door de hogere consumptie van zuivelproducten en sojaproducten in Vlaanderen (171 g/dag) dan in Wallonië (140 g/dag). Verder is er in Vlaanderen ook een hogere consumptie van brood, beschuit en ontbijtgranen (155 g/dag), dat ook voedingsbronnen van vitamine B2 zijn, dan in Wallonië (126 g/dag) (zie hoofdstukken "Melkproducten en met calcium verrijkte sojaproducten" en "Graanproducten en aardappelen").

Tot slot, hebben 15-64 jarigen in 2014 een lagere gemiddelde vitamine B2 inname via de voeding (1,26 mg/dag) dan 15-64 jarigen in 2004 (1,47 mg/dag). Als gevolg zijn er ook meer Belgen (15-64 jaar) in 2014 met een gebruikelijke vitamine B2 onder de voedingsaanbevelingen dan er in 2004 waren, respectievelijk ongeveer 60% versus ongeveer 45%. Een gedeeltelijke verklaring voor dit verschil kan zijn dat 15-64 jarigen anno 2014 iets minder brood, beschuit en ontbijtgranen consumeren dan 15-64 jarigen anno 2004 (142 versus 173 g/dag). Het vergelijken van de voedselconsumptiegegevens tussen de twee jaren dient wel met de nodige omzichtigheid te gebeuren, aangezien er verschillende voedingsmiddelentabellen zijn gebruikt voor het linken van voedingsmiddelen aan de micronutriënten waarden, wat ook de gebruikelijke innames voor vitamine B2 kan beïnvloeden. De gebruikte voedingsmiddelentabellen in de VCP2014-15 zijn ook meer geüpdatet, maken gebruik van vernieuwde analysetechnieken en bevatten minder ontbrekende gegevens.

4.1. CONCLUSIE

Men kan besluiten dat de gebruikelijke vitamine B2 inname op bevolkingsniveau voor verbetering vatbaar is, aangezien ongeveer 60% van de bevolking de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid niet haalt. Bovendien is de gebruikelijke vitamine B2 inname in 2014 ook gedaald ten opzichte van 2004 (verschil van ongeveer 0,20 mg/dag). Kinderen ouder dan 6 jaar, adolescenten en volwassenen en personen wonende in Wallonië hebben het meeste risico op een ontoereikende vitamine B2 inname. Hoewel het gebruik van supplementen, voornamelijk vitaminen en multivitaminen supplementen, de gebruikelijke vitamine B2 inname kan doen verhogen is het belangrijker om via een gevarieerde en evenwichtige voeding de behoefte aan vitamine B2 te verzekeren aangezien het een volwaardige aanbreng heeft. In overeenstemming met de aanbevelingen voor de andere B-vitamines blijft het dus belangrijk om gevarieerde en evenwichtige voeding

(met inbegrip van melk(producten), vlees(waren), groenten, fruit en graanproducten) bij de bevolking te promoten om zo de gebruikelijke vitamine B2 inname op het aanbevolen niveau te brengen.

5. TABELLEN

Tabel 1 	Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor vitamine B2 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, Hoge Gezondheidsraad, België, 2015.	6
Tabel 2 	Gemiddelde bijdrage van de verschillende voedingsgroepen aan de totale vitamine B2 inname in de bevolking van 3 tot 64 jaar, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014.	13
Tabel 3 	Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding in de bevolking van 3 tot 64 jaar, België.	20
Tabel 4 	Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding in de <u>mannelijke</u> bevolking van 3 tot 64 jaar, België.	21
Tabel 5 	Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding in de <u>vrouwelijke</u> bevolking van 3 tot 64 jaar, België.	22
Tabel 6 	Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding en supplementen in de bevolking van 3 tot 64 jaar, volgens leeftijd en geslacht, België, 2014.	23
Tabel 7 	Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding en supplementen in de bevolking van 3 tot 64 jaar, volgens leeftijd en verblijfplaats, België, 2014.	24
Tabel 8 	Gemiddelde bijdrage (%) van aardappelen en andere zetmeelrijke knollen ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	25
Tabel 9 	Gemiddelde bijdrage (%) van groenten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	26
Tabel 10 	Gemiddelde bijdrage (%) van peulvruchten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	27
Tabel 11 	Gemiddelde bijdrage (%) van fruit, noten, zaden en olijven ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	28
Tabel 12 	Gemiddelde bijdrage (%) van melkproducten en substituten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	29
Tabel 13 	Gemiddelde bijdrage (%) van granen en graanproducten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	30
Tabel 14 	Gemiddelde bijdrage (%) van vlees en vleesproducten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	31
Tabel 15 	Gemiddelde bijdrage (%) van vis, schaal en schelpdieren ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	32
Tabel 16 	Gemiddelde bijdrage (%) van eieren en afgeleiden ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	33
Tabel 17 	Gemiddelde bijdrage (%) van vet en olie ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	34
Tabel 18 	Gemiddelde bijdrage (%) van suiker en snoepwaren ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	35
Tabel 19 	Gemiddelde bijdrage (%) van cake en zoete koeken ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	36

Tabel 20 	Gemiddelde bijdrage (%) van niet-alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België	37
Tabel 21 	Gemiddelde bijdrage (%) van alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België.	38
Tabel 22 	Gemiddelde bijdrage (%) van kruiden, sauzen en specerijen ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014.	39
Tabel 23 	Gemiddelde bijdrage (%) van bouillon ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014	40
Tabel 24 	Gemiddelde bijdrage (%) van diverse producten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014.	41
Tabel 25 	Gemiddelde bijdrage (%) van hartige snacks ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014.	42
Tabel 26 	Gemiddelde bijdrage (%) van voedingssupplementen ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014.	43

Tabel 3 | Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding in de bevolking van 3 tot 64 jaar, België

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	n = N
GESLACHT	Mannen	1,38	(1,34-1,43)	0,73	1,31	2,31	2,57	1548
	Vrouwen	1,12	(1,09-1,15)	0,65	1,08	1,71	1,86	1598
LEEFTIJDGROEP	3-5	1,27	(1,18-1,30)	0,68	1,21	2,05	2,26	454
	6-9	1,26	(1,21-1,29)	0,68	1,20	2,05	2,26	538
	10-13	1,26	(1,22-1,29)	0,68	1,20	2,04	2,25	449
	14-17	1,26	(1,23-1,30)	0,68	1,20	2,04	2,25	479
	18-39	1,25	(1,22-1,31)	0,67	1,19	2,02	2,23	620
	40-64	1,23	(1,19-1,28)	0,67	1,18	2,00	2,21	606
BODY MASS INDEX	Normaal	1,28	(1,22-1,31)	0,71	1,22	2,04	2,24	1970
	Overgewicht	1,23	(1,21-1,32)	0,64	1,17	2,04	2,26	619
	Obesitas	1,21	(1,21-1,38)	0,66	1,15	1,96	2,16	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,22	(1,18-1,28)	0,64	1,16	2,02	2,24	1290
	Hoger van het korte type	1,24	(1,20-1,29)	0,69	1,18	2,00	2,21	885
	Hoger van het lange type	1,28	(1,23-1,38)	0,71	1,23	2,04	2,24	916
VERBLIJFPLAATS*	Vlaanderen	1,29	(1,26-1,34)	0,70	1,23	2,09	2,31	1766
	Wallonië	1,17	(1,12-1,20)	0,61	1,11	1,94	2,15	1126
TOTAAL		1,25	(1,22-1,28)	0,67	1,19	2,02	2,23	3146
JAAR**	2004	1,47	(1,46-1,55)	0,76	1,39	2,45	2,72	1867
	2014	1,26	(1,28-1,36)	0,67	1,20	2,05	2,26	1599

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

Het gemiddelde, de percentielen en de percentages zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

n = het aantal personen met een positieve inname van vitamine B2 op minstens één van de twee dagen.

N = totale steekproef.

* Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïnccludeerd.

** Vergelijking tussen 2004 en 2014 betreft alleen mensen tussen 15 en 64 jaar.

Tabel 4 | Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding in de mannelijke bevolking van 3 tot 64 jaar, België

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	% onder ADH	n = N
LEEFTIJD- GROEP	3-5	1,25	(1,18-1,39)	0,66	1,18	2,08	2,31	26	230
	6-9	1,32	(1,26-1,39)	0,70	1,25	2,20	2,45	59	279
	10-13	1,37	(1,31-1,42)	0,73	1,30	2,28	2,54	66	210
	14-17	1,41	(1,33-1,46)	0,74	1,33	2,34	2,60	64	240
	18-39	1,43	(1,34-1,49)	0,76	1,35	2,38	2,64	62	305
	40-64	1,36	(1,31-1,46)	0,72	1,29	2,27	2,53	67	284
BODY MASS INDEX	Normaal	1,46	(1,35-1,49)	0,78	1,38	2,39	2,65	57	976
	Overgewicht	1,38	(1,34-1,52)	0,71	1,30	2,34	2,61	63	310
	Obesitas	1,29	(1,27-1,48)	0,69	1,22	2,14	2,38	70	153
OPLEIDINGS- NIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,38	(1,33-1,47)	0,71	1,30	2,35	2,63	63	642
	Hoger van het korte type	1,35	(1,29-1,41)	0,72	1,28	2,23	2,48	65	436
	Hoger van het lange type	1,39	(1,33-1,48)	0,77	1,32	2,26	2,50	62	440
VERBLIJF- PLAATS*	Vlaanderen	1,45	(1,41-1,52)	0,78	1,37	2,41	2,68	58	854
	Wallonië	1,30	(1,21-1,34)	0,68	1,22	2,17	2,42	69	569
TOTAAL		1,38	(1,34-1,43)	0,73	1,31	2,31	2,57	63	1548
JAAR**	2004	1,64	(1,62-1,76)	0,84	1,55	2,77	3,08	47	922
	2014	1,41	(1,43-1,55)	0,72	1,33	2,39	2,67	63	771

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

Het gemiddelde, de percentielen en de percentages zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

n = het aantal personen met een positieve inname van vitamine B2 op minstens één van de twee dagen.

N = totale steekproef.

* Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd

** Vergelijking tussen 2004 en 2014 betreft alleen mensen tussen 15 en 64 jaar

Tabel 5 | Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding in de vrouwelijke bevolking van 3 tot 64 jaar, België

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	% onder ADH	n = N
LEEFTIJD- GROEP	3-5	1,16	(1,12-1,25)	0,68	1,12	1,77	1,92	28	224
	6-9	1,15	(1,12-1,19)	0,67	1,12	1,76	1,91	54	259
	10-13	1,15	(1,11-1,18)	0,67	1,11	1,75	1,90	61	239
	14-17	1,14	(1,10-1,17)	0,67	1,11	1,75	1,90	61	239
	18-39	1,13	(1,09-1,15)	0,65	1,09	1,72	1,87	63	315
	40-64	1,10	(1,06-1,14)	0,64	1,06	1,68	1,83	66	322
BODY MASS INDEX	Normaal	1,14	(1,09-1,17)	0,70	1,11	1,69	1,83	60	994
	Overgewicht	1,09	(1,05-1,16)	0,60	1,05	1,70	1,85	65	309
	Obesitas	1,10	(1,08-1,23)	0,64	1,07	1,69	1,84	64	157
OPLEIDINGS- NIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,06	(1,02-1,11)	0,62	1,03	1,62	1,76	68	648
	Hoger van het korte type	1,14	(1,09-1,18)	0,66	1,09	1,77	1,93	61	449
	Hoger van het lange type	1,18	(1,11-1,27)	0,67	1,13	1,82	1,99	56	476
VERBLIJF- PLAATS*	Vlaanderen	1,15	(1,12-1,19)	0,67	1,12	1,75	1,90	58	912
	Wallonië	1,05	(1,00-1,08)	0,57	1,01	1,68	1,85	69	557
TOTAAL		1,12	(1,09-1,15)	0,65	1,08	1,71	1,86	62	1598
JAAR**	2004	1,30	(1,29-1,39)	0,73	1,25	2,06	2,26	45	945
	2014	1,11	(1,11-1,20)	0,66	1,08	1,68	1,82	64	828

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

Het gemiddelde, de percentielen en de percentages zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

n = het aantal personen met een positieve inname van vitamine B2 op minstens één van de twee dagen.

N = totale steekproef.

* Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïnccludeerd.

** Vergelijking tussen 2004 en 2014 betreft alleen mensen tussen 15 en 64 jaar.

Tabel 6 | Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding en supplementen in de bevolking van 3 tot 64 jaar, volgens leeftijd en geslacht, België, 2014

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	% onder ADH	n = N
MANNEN	3-5	1,26	(1,20-1,41)	0,65	1,18	2,16	2,40	27	230
	6-9	1,34	(1,27-1,41)	0,69	1,26	2,25	2,52	58	279
	10-13	1,38	(1,32-1,44)	0,71	1,30	2,36	2,61	66	210
	14-17	1,43	(1,34-1,50)	0,74	1,33	2,43	2,81	63	240
	18-39	1,46	(1,36-1,52)	0,75	1,36	2,51	2,80	60	305
	40-64	1,38	(1,31-1,50)	0,70	1,28	2,38	2,69	66	284
	Totaal	1,40	(1,35-1,46)	0,71	1,31	2,42	2,72	61	1548
VROUWEN	3-5	1,19	(1,14-1,27)	0,67	1,14	1,84	2,00	29	224
	6-9	1,17	(1,13-1,22)	0,66	1,13	1,80	1,98	54	259
	10-13	1,16	(1,11-1,23)	0,66	1,12	1,81	1,97	60	239
	14-17	1,22	(1,13-1,38)	0,66	1,11	1,82	2,03	60	239
	18-39	1,50	(1,23-1,57)	0,66	1,15	3,21	4,78	55	315
	40-64	1,26	(1,17-1,46)	0,62	1,10	2,27	3,04	61	322
	Totaal	1,33	(1,21-1,40)	0,65	1,12	2,28	3,38	56	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

Het gemiddelde, de percentielen en de percentages zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

n = het aantal personen met een positieve inname van vitamine B2 op minstens één van de twee dagen.

N = totale steekproef.

Tabel 7 | Gebruikelijke inname van vitamine B2 (mg/dag) via de voeding en supplementen in de bevolking van 3 tot 64 jaar, volgens leeftijd en verblijfplaats, België, 2014

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	n = N
GESLACHT	Mannen	1,40	(1,35-1,46)	0,71	1,31	2,42	2,72	1548
	Vrouwen	1,33	(1,21-1,40)	0,65	1,12	2,28	3,38	1598
LEEFTIJDGROEP	3-5	1,25	(1,21-1,33)	0,65	1,18	2,07	2,29	454
	6-9	1,27	(1,23-1,31)	0,67	1,20	2,09	2,33	538
	10-13	1,27	(1,23-1,31)	0,68	1,21	2,09	2,30	449
	14-17	1,30	(1,25-1,44)	0,67	1,21	2,14	2,37	479
	18-39	1,44	(1,32-1,52)	0,69	1,26	2,49	3,08	620
	40-64	1,34	(1,27-1,46)	0,66	1,21	2,32	2,75	606
VERBLIJFPLAATS*	Vlaanderen	1,42	(1,35-1,48)	0,70	1,28	2,47	2,98	1766
	Wallonië	1,30	(1,20-1,39)	0,61	1,15	2,22	2,68	1126
TOTAAL		1,36	(1,30-1,42)	0,67	1,22	2,31	2,72	3146

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

Het gemiddelde, de percentielen en de percentages zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

n = het aantal personen met een positieve inname van vitamine B2 op minstens één van de twee dagen.

N = totale steekproef.

* Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

Tabel 8 | Gemiddelde bijdrage (%) van aardappelen en andere zetmeelrijke knollen ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_01_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	1,8	(1,5-2,0)	1,8	(1,5-2,1)	1548
	Vrouwen	1,6	(1,3-1,8)	1,6	(1,3-1,8)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,8	(0,6-1,0)	0,8	(0,6-1,0)	454
	6 - 9	1,1	(0,9-1,4)	1,1	(0,9-1,4)	538
	10 - 13	1,9	(1,4-2,4)	1,9	(1,4-2,4)	449
	14 - 17	2,3	(1,8-2,8)	2,3	(1,8-2,8)	479
	18 - 39	1,8	(1,4-2,2)	1,8	(1,4-2,2)	619
	40 - 64	1,6	(1,3-1,9)	1,6	(1,3-1,9)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	1,6	(1,4-1,9)	1,6	(1,3-1,9)	1969
	Overgewicht	1,6	(1,2-2,0)	1,7	(1,3-2,0)	619
	Obesitas	1,9	(1,3-2,4)	1,7	(1,2-2,2)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,9	(1,6-2,2)	1,9	(1,6-2,2)	1290
	Hoger van het korte type	1,5	(1,2-1,7)	1,4	(1,2-1,7)	885
	Hoger van het lange type	1,5	(1,1-1,9)	1,5	(1,0-1,9)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	1,8	(1,5-2,1)	1,8	(1,5-2,1)	1766
	Wallonië	1,6	(1,3-2,0)	1,6	(1,3-1,9)	1126
TOTAAL		1,7	(1,5-1,9)			3145
JAAR****	2004	4,3	(3,9-4,6)	4,2	(3,9-4,6)	1867
	2014	1,8	(1,5-2,0)	1,8	(1,5-2,0)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 9 | Gemiddelde bijdrage (%) van groenten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_02_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,5	(4,1-5,0)	4,6	(4,1-5,0)	1548
	Vrouwen	6,4	(5,8-7,0)	6,4	(5,8-7,1)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	3,8	(3,1-4,4)	3,7	(3,1-4,4)	454
	6 - 9	3,7	(3,2-4,2)	3,7	(3,2-4,3)	538
	10 - 13	3,8	(3,3-4,3)	3,8	(3,3-4,3)	449
	14 - 17	4,3	(3,7-4,8)	4,3	(3,7-4,8)	479
	18 - 39	5,8	(4,9-6,7)	5,8	(4,9-6,6)	619
	40 - 64	6,1	(5,5-6,8)	6,1	(5,5-6,6)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	5,3	(4,7-5,9)	5,4	(4,8-6,1)	1969
	Overgewicht	6,0	(5,3-6,7)	5,8	(5,2-6,5)	619
	Obesitas	5,8	(4,9-6,7)	5,5	(4,6-6,3)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	5,0	(4,5-5,5)	5,0	(4,5-5,4)	1290
	Hoger van het korte type	5,4	(4,7-6,0)	5,4	(4,7-6,0)	885
	Hoger van het lange type	6,4	(5,4-7,4)	6,5	(5,5-7,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	5,4	(5,0-5,8)	5,4	(5,0-5,8)	1766
	Wallonië	5,1	(4,6-5,7)	5,2	(4,6-5,8)	1126
TOTAAL		5,5	(5,1-5,9)			3145
JAAR****	2004	6,0	(5,5-6,5)	6,2	(5,7-6,7)	1867
	2014	6,2	(5,7-6,6)	6,1	(5,7-6,6)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïnccludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 10 | Gemiddelde bijdrage (%) van peulvruchten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_03_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1548
	Vrouwen	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	454
	6 - 9	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	538
	10 - 13	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	449
	14 - 17	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	479
	18 - 39	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	619
	40 - 64	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,3)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,4)	1969
	Overgewicht	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,1)	619
	Obesitas	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1290
	Hoger van het korte type	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	885
	Hoger van het lange type	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	1766
	Wallonië	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1126
TOTAAL		0,1	(0,1-0,2)			3145
JAAR****	2004	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1867
	2014	0,2	(0,1-0,2)	0,2	(0,1-0,3)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 11 | Gemiddelde bijdrage (%) van fruit, noten, zaden en olijven ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_04_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,2	(1,9-2,5)	2,2	(2,0-2,5)	1548
	Vrouwen	3,3	(2,9-3,6)	3,3	(2,9-3,6)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	3,1	(2,6-3,5)	3,1	(2,6-3,5)	454
	6 - 9	2,8	(2,4-3,3)	2,8	(2,4-3,3)	538
	10 - 13	2,1	(1,7-2,6)	2,1	(1,7-2,6)	449
	14 - 17	1,7	(1,4-2,1)	1,7	(1,4-2,1)	479
	18 - 39	2,6	(2,1-3,0)	2,6	(2,1-3,0)	619
	40 - 64	3,2	(2,7-3,6)	3,1	(2,7-3,5)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,9	(2,6-3,2)	3,0	(2,6-3,4)	1969
	Overgewicht	2,9	(2,4-3,4)	2,7	(2,3-3,2)	619
	Obesitas	2,2	(1,7-2,8)	2,2	(1,7-2,6)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,3	(1,9-2,6)	2,3	(1,9-2,6)	1290
	Hoger van het korte type	3,2	(2,7-3,8)	3,2	(2,7-3,7)	885
	Hoger van het lange type	3,0	(2,6-3,4)	3,0	(2,6-3,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	3,0	(2,7-3,3)	3,0	(2,7-3,3)	1766
	Wallonië	2,2	(1,8-2,6)	2,2	(1,8-2,5)	1126
TOTAAL		2,8	(2,5-3,0)			3145
JAAR****	2004	2,6	(2,3-2,9)	2,6	(2,3-3,0)	1867
	2014	3,0	(2,7-3,2)	2,9	(2,7-3,2)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 12 | Gemiddelde bijdrage (%) van melkproducten en substituten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_05_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	28,9	(27,3-30,5)	28,6	(27,0-30,2)	1548
	Vrouwen	35,0	(33,4-36,6)	35,0	(33,4-36,6)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	47,3	(44,7-49,9)	47,3	(44,8-49,9)	454
	6 - 9	39,8	(37,6-41,9)	39,8	(37,6-41,9)	538
	10 - 13	33,8	(31,5-36,1)	33,8	(31,5-36,1)	449
	14 - 17	29,5	(27,3-31,6)	29,5	(27,3-31,6)	479
	18 - 39	29,5	(27,4-31,6)	29,5	(27,4-31,6)	619
	40 - 64	31,4	(29,3-33,4)	31,0	(29,1-33,0)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	33,3	(31,9-34,8)	32,0	(30,4-33,7)	1969
	Overgewicht	30,5	(28,2-32,9)	31,3	(29,1-33,4)	619
	Obesitas	30,7	(27,3-34,2)	32,0	(29,0-35,0)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	30,5	(28,7-32,3)	30,7	(28,9-32,5)	1290
	Hoger van het korte type	34,2	(31,9-36,5)	33,8	(31,6-35,9)	885
	Hoger van het lange type	31,9	(29,9-33,9)	31,4	(29,4-33,3)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	32,7	(31,2-34,2)	32,6	(31,1-34,1)	1766
	Wallonië	31,9	(30,0-33,7)	31,5	(29,6-33,4)	1126
TOTAAL		32,0	(30,9-33,2)			3145
JAAR****	2004	27,7	(26,4-29,0)	27,5	(26,2-28,9)	1867
	2014	31,7	(30,3-33,1)	31,6	(30,2-32,9)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 13 | Gemiddelde bijdrage (%) van granen en graanproducten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_06_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	12,0	(11,2-12,8)	11,8	(11,0-12,6)	1548
	Vrouwen	11,3	(10,5-12,0)	11,2	(10,5-12,0)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	13,1	(11,3-14,8)	13,1	(11,4-14,8)	454
	6 - 9	15,0	(13,5-16,5)	15,0	(13,5-16,5)	538
	10 - 13	16,1	(14,3-17,9)	16,1	(14,3-17,9)	449
	14 - 17	16,2	(14,7-17,8)	16,2	(14,7-17,7)	479
	18 - 39	11,6	(10,6-12,7)	11,6	(10,6-12,7)	619
	40 - 64	9,5	(8,6-10,4)	9,5	(8,6-10,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	12,6	(11,7-13,4)	12,0	(11,0-13,1)	1969
	Overgewicht	10,3	(9,3-11,3)	11,0	(10,0-12,0)	619
	Obesitas	10,3	(9,0-11,5)	11,4	(10,1-12,6)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	11,8	(10,9-12,8)	11,8	(10,9-12,8)	1290
	Hoger van het korte type	11,1	(10,2-12,0)	10,9	(10,0-11,8)	885
	Hoger van het lange type	11,9	(11,0-12,9)	11,7	(10,6-12,7)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	11,5	(10,9-12,2)	11,5	(10,8-12,1)	1766
	Wallonië	12,0	(10,9-13,0)	11,7	(10,7-12,8)	1126
TOTAAL		11,6	(11,1-12,2)			3145
JAAR****	2004	12,8	(12,1-13,5)	12,1	(11,4-12,9)	1867
	2014	11,2	(10,5-11,8)	11,1	(10,4-11,7)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 14 | Gemiddelde bijdrage (%) van vlees en vleesproducten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_07_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	22,3	(20,7-23,9)	22,5	(20,8-24,2)	1548
	Vrouwen	17,6	(16,3-18,9)	17,6	(16,3-18,9)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	11,6	(10,3-12,9)	11,6	(10,3-12,9)	454
	6 - 9	14,8	(13,5-16,2)	14,8	(13,5-16,2)	538
	10 - 13	19,2	(17,2-21,2)	19,1	(17,2-21,1)	449
	14 - 17	19,9	(18,0-21,8)	19,9	(18,0-21,8)	479
	18 - 39	21,1	(19,2-22,9)	21,1	(19,2-22,9)	619
	40 - 64	20,7	(18,8-22,6)	20,9	(19,0-22,8)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	18,4	(17,2-19,7)	18,7	(17,2-20,2)	1969
	Overgewicht	19,9	(17,8-21,9)	19,4	(17,6-21,2)	619
	Obesitas	25,8	(22,5-29,1)	24,2	(21,4-27,0)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	21,3	(19,7-22,9)	21,2	(19,6-22,8)	1290
	Hoger van het korte type	20,5	(18,4-22,6)	21,0	(18,8-23,1)	885
	Hoger van het lange type	17,0	(15,3-18,7)	17,3	(15,4-19,1)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	19,4	(18,0-20,7)	19,5	(18,1-20,8)	1766
	Wallonië	21,6	(20,0-23,3)	21,9	(20,2-23,6)	1126
TOTAAL		19,9	(18,9-20,9)			3145
JAAR****	2004	16,2	(15,3-17,0)	16,4	(15,5-17,3)	1867
	2014	21,4	(20,1-22,6)	21,5	(20,2-22,8)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 15 | Gemiddelde bijdrage (%) van vis, schaal en schelpdieren ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_08_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,6	(1,8-3,3)	2,7	(1,9-3,5)	1548
	Vrouwen	2,2	(1,7-2,7)	2,2	(1,7-2,7)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	1,1	(0,7-1,5)	1,1	(0,7-1,5)	454
	6 - 9	1,3	(0,8-1,8)	1,3	(0,8-1,8)	538
	10 - 13	1,0	(0,6-1,3)	1,0	(0,6-1,3)	449
	14 - 17	1,5	(0,9-2,2)	1,6	(0,9-2,2)	479
	18 - 39	1,7	(1,3-2,2)	1,7	(1,3-2,2)	619
	40 - 64	3,6	(2,6-4,6)	3,6	(2,7-4,6)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,4	(1,8-3,1)	3,1	(2,0-4,2)	1969
	Overgewicht	2,9	(2,0-3,9)	2,6	(1,8-3,3)	619
	Obesitas	1,5	(0,9-2,2)	1,4	(0,9-1,9)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,2	(1,6-2,9)	2,2	(1,6-2,8)	1290
	Hoger van het korte type	2,1	(1,4-2,9)	2,1	(1,4-2,9)	885
	Hoger van het lange type	2,8	(1,9-3,6)	3,0	(2,0-4,0)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	2,5	(1,9-3,1)	2,5	(1,9-3,1)	1766
	Wallonië	1,7	(1,2-2,1)	1,7	(1,3-2,1)	1126
TOTAAL		2,4	(1,9-2,8)			3145
JAAR****	2004	2,4	(2,0-2,7)	2,4	(2,0-2,8)	1867
	2014	2,8	(2,3-3,4)	2,9	(2,3-3,4)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 16 | Gemiddelde bijdrage (%) van eieren en afgeleiden ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_09_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,6	(2,1-3,1)	2,6	(2,1-3,2)	1548
	Vrouwen	2,2	(1,7-2,7)	2,2	(1,7-2,7)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	2,5	(1,6-3,5)	2,5	(1,6-3,5)	454
	6 - 9	2,1	(1,5-2,7)	2,1	(1,5-2,7)	538
	10 - 13	2,4	(1,7-3,1)	2,4	(1,7-3,1)	449
	14 - 17	2,6	(1,7-3,4)	2,6	(1,7-3,4)	479
	18 - 39	2,1	(1,5-2,7)	2,1	(1,5-2,7)	619
	40 - 64	2,7	(2,0-3,3)	2,7	(2,0-3,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,2	(1,8-2,6)	2,2	(1,7-2,8)	1969
	Overgewicht	2,8	(1,9-3,6)	2,5	(1,8-3,3)	619
	Obesitas	2,5	(1,5-3,4)	2,4	(1,6-3,2)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,6	(2,0-3,2)	2,6	(2,0-3,2)	1290
	Hoger van het korte type	2,0	(1,4-2,6)	2,1	(1,4-2,7)	885
	Hoger van het lange type	2,4	(1,8-3,0)	2,5	(1,8-3,2)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	2,1	(1,7-2,5)	2,1	(1,7-2,5)	1766
	Wallonië	2,5	(1,8-3,1)	2,6	(1,9-3,3)	1126
TOTAAL		2,4	(2,0-2,7)			3145
JAAR****	2004	3,1	(2,5-3,7)	3,1	(2,5-3,8)	1867
	2014	2,5	(2,0-2,9)	2,5	(2,1-2,9)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 17 | Gemiddelde bijdrage (%) van vet en olie ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_10_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,1	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	1548
	Vrouwen	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,1	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,2)	454
	6 - 9	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	538
	10 - 13	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	449
	14 - 17	0,1	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,3)	479
	18 - 39	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	619
	40 - 64	0,1	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1969
	Overgewicht	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	619
	Obesitas	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,1	(0,1-0,1)	0,1	(0,1-0,1)	1290
	Hoger van het korte type	0,1	(0,1-0,1)	0,1	(0,1-0,1)	885
	Hoger van het lange type	0,3	(0,0-0,6)	0,3	(0,0-0,6)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	1766
	Wallonië	0,1	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	1126
TOTAAL		0,1	(0,1-0,2)			3145
JAAR****	2004	3,1	(2,5-3,8)	3,3	(2,6-4,0)	1867
	2014	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,3)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïnccludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 18 | Gemiddelde bijdrage (%) van suiker en snoepwaren ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_11_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	3,4	(3,0-3,9)	3,3	(2,9-3,8)	1548
	Vrouwen	3,8	(3,1-4,4)	3,7	(3,1-4,4)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	4,1	(3,4-4,9)	4,1	(3,4-4,8)	454
	6 - 9	5,5	(4,7-6,4)	5,5	(4,7-6,4)	538
	10 - 13	5,3	(4,5-6,2)	5,3	(4,5-6,2)	449
	14 - 17	4,9	(4,0-5,8)	4,9	(4,0-5,8)	479
	18 - 39	3,4	(2,8-4,0)	3,4	(2,8-4,0)	619
	40 - 64	2,9	(2,1-3,7)	2,9	(2,1-3,6)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	4,0	(3,5-4,6)	3,8	(3,1-4,5)	1969
	Overgewicht	3,3	(2,5-4,0)	3,6	(2,8-4,3)	619
	Obesitas	1,9	(1,3-2,6)	2,4	(1,7-3,2)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	3,6	(3,0-4,2)	3,6	(3,0-4,2)	1290
	Hoger van het korte type	3,2	(2,7-3,7)	3,1	(2,5-3,6)	885
	Hoger van het lange type	4,0	(3,1-5,0)	4,0	(3,0-5,1)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	3,5	(3,0-4,1)	3,5	(3,0-4,0)	1766
	Wallonië	4,1	(3,3-4,9)	3,9	(3,1-4,8)	1126
TOTAAL		3,6	(3,2-4,0)			3145
JAAR****	2004	3,0	(2,7-3,3)	2,8	(2,4-3,1)	1867
	2014	3,3	(2,9-3,8)	3,3	(2,8-3,8)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 19 | Gemiddelde bijdrage (%) van cake en zoete koeken ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_12_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,6	(4,0-5,2)	4,5	(3,9-5,2)	1548
	Vrouwen	4,0	(3,5-4,4)	3,9	(3,5-4,4)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	4,8	(4,0-5,6)	4,8	(4,0-5,6)	454
	6 - 9	6,2	(5,2-7,2)	6,2	(5,2-7,1)	538
	10 - 13	6,9	(5,7-8,1)	6,9	(5,7-8,1)	449
	14 - 17	6,3	(5,2-7,5)	6,3	(5,2-7,5)	479
	18 - 39	4,2	(3,5-5,0)	4,2	(3,5-5,0)	619
	40 - 64	3,2	(2,6-3,8)	3,2	(2,6-3,9)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	4,7	(4,1-5,2)	4,4	(3,7-5,2)	1969
	Overgewicht	3,7	(2,9-4,4)	4,1	(3,4-4,9)	619
	Obesitas	2,6	(1,9-3,2)	2,7	(2,1-3,3)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	4,1	(3,5-4,6)	4,1	(3,5-4,6)	1290
	Hoger van het korte type	4,5	(3,6-5,3)	4,5	(3,6-5,3)	885
	Hoger van het lange type	4,4	(3,7-5,2)	4,4	(3,5-5,2)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	3,7	(3,2-4,1)	3,6	(3,2-4,1)	1766
	Wallonië	4,8	(4,1-5,5)	4,7	(4,0-5,4)	1126
TOTAAL		4,3	(3,9-4,7)			3145
JAAR****	2004	3,9	(3,5-4,4)	3,8	(3,3-4,3)	1867
	2014	4,0	(3,5-4,5)	4,0	(3,5-4,5)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 20 | Gemiddelde bijdrage (%) van niet-alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_13_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	6,1	(5,0-7,3)	6,2	(5,0-7,4)	1548
	Vrouwen	4,6	(4,0-5,2)	4,6	(4,0-5,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	4,1	(2,6-5,5)	4,1	(2,6-5,5)	454
	6 - 9	4,1	(2,7-5,5)	4,1	(2,7-5,4)	538
	10 - 13	3,3	(2,3-4,4)	3,3	(2,3-4,4)	449
	14 - 17	3,8	(2,5-5,1)	3,8	(2,5-5,1)	479
	18 - 39	5,7	(4,4-7,0)	5,7	(4,4-7,1)	619
	40 - 64	5,9	(4,9-6,9)	6,0	(4,9-7,0)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	4,7	(3,8-5,7)	5,0	(3,8-6,3)	1969
	Overgewicht	6,0	(4,9-7,1)	6,0	(4,9-7,2)	619
	Obesitas	6,6	(4,8-8,5)	6,4	(4,7-8,1)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	6,4	(5,2-7,5)	6,4	(5,2-7,6)	1290
	Hoger van het korte type	4,0	(3,2-4,9)	4,1	(3,3-4,9)	885
	Hoger van het lange type	5,1	(3,9-6,4)	5,2	(4,0-6,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	5,2	(4,4-6,1)	5,2	(4,4-6,1)	1766
	Wallonië	5,0	(4,1-5,9)	5,1	(4,2-6,0)	1126
TOTAAL		5,3	(4,7-6,0)			3145
JAAR****	2004	6,8	(6,0-7,6)	7,0	(6,1-7,9)	1867
	2014	5,9	(5,1-6,7)	6,0	(5,2-6,8)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 21 | Gemiddelde bijdrage (%) van alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België

RIB_14_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,0	(3,1-4,9)	4,2	(3,2-5,2)	1548
	Vrouwen	1,1	(0,8-1,4)	1,1	(0,8-1,4)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	454
	6 - 9	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	538
	10 - 13	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	449
	14 - 17	0,7	(0,3-1,1)	0,7	(0,3-1,1)	479
	18 - 39	2,8	(2,1-3,5)	2,9	(2,2-3,6)	619
	40 - 64	3,6	(2,6-4,6)	3,8	(2,7-4,8)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,4	(1,8-2,9)	3,0	(2,3-3,8)	1969
	Overgewicht	3,5	(2,2-4,8)	2,8	(1,9-3,8)	619
	Obesitas	2,0	(1,1-2,9)	1,5	(0,9-2,1)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,4	(1,5-3,4)	2,4	(1,6-3,3)	1290
	Hoger van het korte type	2,4	(1,7-3,1)	2,5	(1,8-3,3)	885
	Hoger van het lange type	2,9	(2,2-3,6)	3,2	(2,4-4,0)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	2,8	(2,1-3,5)	2,9	(2,2-3,6)	1766
	Wallonië	2,1	(1,4-2,7)	2,3	(1,6-3,0)	1126
TOTAAL		2,5	(2,0-3,0)			3145
JAAR****	2004	3,9	(3,4-4,4)	4,2	(3,6-4,8)	1867
	2014	3,2	(2,6-3,8)	3,3	(2,7-3,9)	1598

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

**** Voor de vergelijking tussen 2004 en 2014 worden de gemiddelde procentuele bijdragen berekend ten opzichte van de totale inname door de 14 vergelijkbare Epic-Soft voedselgroepen. Verder betreft de vergelijking tussen 2004 en 2014 alleen mensen van 15 tot 64 jaar.

Tabel 22 | Gemiddelde bijdrage (%) van kruidenrij, sauzen en specerijen ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014

RIB_15_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	1,7	(1,2-2,1)	1,6	(1,2-2,1)	1548
	Vrouwen	1,6	(0,9-2,3)	1,6	(0,9-2,3)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,8	(0,6-1,0)	0,8	(0,6-1,0)	454
	6 - 9	1,4	(0,9-1,8)	1,4	(0,9-1,8)	538
	10 - 13	1,5	(1,1-2,0)	1,5	(1,1-2,0)	449
	14 - 17	1,7	(1,2-2,3)	1,7	(1,2-2,3)	479
	18 - 39	2,4	(1,3-3,5)	2,4	(1,3-3,5)	619
	40 - 64	1,1	(0,8-1,4)	1,1	(0,8-1,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	1,7	(1,3-2,1)	1,8	(1,3-2,3)	1969
	Overgewicht	1,3	(0,7-1,8)	1,3	(0,8-1,8)	619
	Obesitas	2,1	(0,1-4,0)	2,4	(0,4-4,3)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,9	(1,1-2,8)	1,9	(1,1-2,7)	1290
	Hoger van het korte type	1,2	(0,9-1,4)	1,2	(0,9-1,4)	885
	Hoger van het lange type	1,7	(1,0-2,3)	1,6	(1,0-2,2)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	1,9	(1,3-2,6)	2,0	(1,3-2,6)	1766
	Wallonië	1,2	(0,9-1,5)	1,2	(0,8-1,5)	1126
TOTAAL		1,6	(1,2-2,0)			3145

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

Tabel 23 | Gemiddelde bijdrage (%) van bouillon ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014

RIB_16_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1548
	Vrouwen	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	454
	6 - 9	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	538
	10 - 13	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	449
	14 - 17	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	479
	18 - 39	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	619
	40 - 64	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1969
	Overgewicht	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	619
	Obesitas	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1290
	Hoger van het korte type	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	885
	Hoger van het lange type	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1766
	Wallonië	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	1126
TOTAAL		0,0	(0,0-0,0)			3145

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

Tabel 24 | Gemiddelde bijdrage (%) van diverse producten ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014

RIB_17_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	1548
	Vrouwen	0,4	(0,1-0,7)	0,4	(0,1-0,8)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	454
	6 - 9	0,0	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	538
	10 - 13	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	449
	14 - 17	0,6	(0,0-1,3)	0,6	(0,0-1,2)	479
	18 - 39	0,3	(0,1-0,5)	0,3	(0,1-0,5)	619
	40 - 64	0,4	(0,1-0,8)	0,4	(0,1-0,8)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,3	(0,0-0,5)	0,3	(0,0-0,5)	1969
	Overgewicht	0,4	(0,0-0,7)	0,4	(0,0-0,8)	619
	Obesitas	0,6	(0,0-1,3)	0,4	(0,0-0,9)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,3	(0,0-0,5)	0,2	(0,0-0,5)	1290
	Hoger van het korte type	0,3	(0,0-0,7)	0,3	(0,0-0,7)	885
	Hoger van het lange type	0,5	(0,0-0,9)	0,5	(0,0-0,9)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,4	(0,1-0,7)	0,4	(0,1-0,6)	1766
	Wallonië	0,3	(0,0-0,6)	0,3	(0,0-0,7)	1126
TOTAAL		0,3	(0,1-0,5)			3145

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

Tabel 25 | Gemiddelde bijdrage (%) van hartige snacks ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014

RIB_18_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,7	(0,5-1,0)	0,7	(0,5-0,9)	1548
	Vrouwen	0,5	(0,4-0,7)	0,5	(0,4-0,6)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,3	(0,2-0,4)	0,3	(0,2-0,4)	454
	6 - 9	0,5	(0,3-0,7)	0,5	(0,3-0,7)	538
	10 - 13	0,9	(0,6-1,2)	0,9	(0,6-1,2)	449
	14 - 17	1,4	(0,9-2,0)	1,4	(0,9-2,0)	479
	18 - 39	0,9	(0,6-1,2)	0,9	(0,5-1,2)	619
	40 - 64	0,3	(0,1-0,4)	0,3	(0,1-0,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,7	(0,5-0,9)	0,6	(0,4-0,8)	1969
	Overgewicht	0,5	(0,3-0,7)	0,5	(0,3-0,7)	619
	Obesitas	0,4	(0,1-0,7)	0,5	(0,2-0,8)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,6	(0,4-0,8)	0,6	(0,4-0,8)	1290
	Hoger van het korte type	0,8	(0,5-1,2)	0,9	(0,5-1,2)	885
	Hoger van het lange type	0,4	(0,3-0,5)	0,3	(0,2-0,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,7	(0,5-0,8)	0,6	(0,5-0,8)	1766
	Wallonië	0,6	(0,4-0,9)	0,6	(0,3-0,9)	1126
TOTAAL		0,6	(0,5-0,7)			3145

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

Tabel 26 | Gemiddelde bijdrage (%) van voedingssupplementen ten opzichte van de totale vitamine B2 inname, België, 2014

RIB_20_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,1	(1,3-2,9)	2,1	(1,3-3,0)	1548
	Vrouwen	4,3	(3,1-5,4)	4,3	(3,1-5,5)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	2,4	(1,4-3,5)	2,4	(1,4-3,4)	454
	6 - 9	1,4	(0,8-2,1)	1,4	(0,8-2,1)	538
	10 - 13	1,6	(0,7-2,5)	1,6	(0,7-2,5)	449
	14 - 17	2,3	(1,2-3,4)	2,3	(1,2-3,5)	479
	18 - 39	3,8	(2,4-5,2)	3,7	(2,4-5,1)	619
	40 - 64	3,5	(2,3-4,7)	3,5	(2,2-4,7)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,4	(1,6-3,2)	2,5	(1,5-3,5)	1969
	Overgewicht	4,2	(2,6-5,9)	4,0	(2,6-5,5)	619
	Obesitas	3,0	(1,4-4,5)	2,9	(1,3-4,4)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,9	(1,9-4,0)	2,9	(1,9-4,0)	1290
	Hoger van het korte type	3,3	(2,0-4,7)	3,5	(2,0-4,9)	885
	Hoger van het lange type	3,6	(2,1-5,0)	3,5	(2,1-4,9)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	3,2	(2,3-4,1)	3,2	(2,3-4,1)	1766
	Wallonië	3,1	(2,0-4,1)	3,1	(2,0-4,1)	1126
TOTAAL		3,2	(2,5-3,9)			3145

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedingssupplementen. De gemiddelde bijdragen zijn gewogen voor leeftijd, geslacht, seizoen en dag van de week.

** Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van lineair regressiemodel (Belgische bevolking van 2014 als referentie).

*** Brussel werd niet gebruikt voor de vergelijking van de resultaten volgens verblijfplaats. In alle andere analyses werden de drie regio's (Vlaanderen, Wallonië en Brussel) wel geïncludeerd.

6. REFERENTIES

- (1) Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België - Partim I: vitamines en sporenelementen. Brussel: HGR; 2015. Report No.: Advies nr. 9164 & 9174.
- (2) Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België. Herziening 2009, nr. 8309. Brussel: Hoge Gezondheidsraad; 2009.
- (3) Dekkers A, Verkaik-Kloosterman J, van Rossum C, Ocké M. SPADE: Statistical Program to Assess habitual Dietary Exposure. User's manual. Version 2.0. National Institute for Public Health and the Environment (RIVM); 2014 Dec 1.
- (4) Dekkers AL, Verkaik-Kloosterman J, van Rossum CT, Ocke MC. SPADE, a new statistical program to estimate habitual dietary intake from multiple food sources and dietary supplements. *J Nutr* 2014 Dec;144(12):2083-91.
- (5) O'Brien MM, Kiely M, Harrington KE, Robson PJ, Strain JJ, Flynn A. The North/South Ireland food consumption survey: vitamin intakes in 18GÇö64-year-old adults. *Public health nutrition* 2001;4(5a):1069-79.
- (6) Whitton C, Nicholson SK, Roberts C, Prynne CJ, Pot GK, Olson A, et al. National Diet and Nutrition Survey: UK food consumption and nutrient intakes from the first year of the rolling programme and comparisons with previous surveys. *British journal of nutrition* 2011;106:1899-914.
- (7) National Institute for Public Health and the Environment. Dutch National Food consumption Survey 2007-2010. 2011.
- (8) Mensink GBM, Fletcher R, Gurinovic M, Huybrechts i, Lafay L, Serra-Majem L, et al. Mapping low intake of micronutrients across Europe. *British journal of nutrition* 2013;110(04):755-73.
- (9) EFSA - European Food Safety Agency. Tolerable upper intake levels for vitamins and minerals. 2006.
- (10) Technical University of Denmark. Dietary habits in Denmark 2011-2013. Main results. 2015. 30-3-2016. <http://www.food.dtu.dk/english/News/2015/03/Positive-trends-in-the-Danish-diet?id=898548f9-9dbc-4ca4-8a95-23243ee8a979>