

# VITAMINE B6

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 B6. In: Bel S, Tafforeau J (ed.). Voedselconsumptiepeiling 2014-2015. Rapport 4. WIV-ISP, Brussel, 2016.

## INHOUDSTAFEL

Samenvatting .....	94
1. Inleiding .....	96
1.1. Voedingsaanbevelingen .....	96
1.1.1. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid .....	96
1.1.1. Gemiddelde behoefte .....	96
1.1.2. Maximale toelaatbare inname .....	97
2. Instrumenten .....	98
2.1. 24-uursvoedingsnavraag .....	98
2.2. Indicatoren.....	98
3. Resultaten .....	99
3.1. Gebruikelijke inname .....	99
3.2. Voedingsaanbevelingen .....	100
3.2.1. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid .....	100
3.2.2. Gemiddelde behoefte .....	102
3.2.3. Maximale Toelaatbare inname .....	103
3.3. Bronnen van vitamine B6 .....	104
4. Discussie.....	106
4.1. Conclusie .....	108
5. Tabellen.....	109
6. Referenties.....	135

## SAMENVATTING

Op vlak van volksgezondheid is het belangrijk om voldoende vitamine B6 via de voeding op te nemen aangezien deze vitamine belangrijk is voor de stofwisseling, de afbraak en opbouw van aminozuren, waaruit eiwitten zijn opgebouwd. Vitamine B6 reguleert ook de werking van bepaalde hormonen en is nodig voor de groei, bloedaanmaak, het immuunsysteem en het zenuwstelsel. Vitamine B6 is afkomstig uit talrijke voedingsbronnen zowel van plantaardige als dierlijke oorsprong: vlees, eieren, vis, brood en graanproducten, aardappelen, peulvruchten, groenten, melkproducten en kaas.

### Gebruikelijke inname

In België in 2014 heeft de bevolking tussen 3 en 64 jaar een gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname van 1,52 mg/dag via de voeding. Wanneer eveneens de inname van vitamine B6 via voedingssupplementen in rekening wordt gebracht, stijgt de gemiddelde inname met 13% tot 1,71 mg/dag. Het includeren van supplementen zorgt vooral voor een stijging in de gebruikelijke inname bij vrouwen en dit voornamelijk bij kinderen (3-9 jaar) en volwassenen (18-64 jaar).

De gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding is hoger bij mannen (1,71 mg/dag) dan bij vrouwen (1,34 mg/dag). Bij inclusie van voedingssupplementen hebben enkel nog adolescente (10-17 jaar) jongens een hogere vitamine B6 inname dan adolescente meisjes. De gebruikelijke vitamine B6 inname (met of zonder inclusie van supplementen) stijgt lichtjes met de leeftijd en vooral in de mannelijke bevolking. Ten opzichte van 2004, is er een daling in 2014 in de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname voor de Belgische bevolking tussen 15 en 64 jaar (2,06 versus 1,57 mg/dag).

### Voedingsaanbevelingen

De **aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH)**, vooropgesteld door de Hoge Gezondheidsraad (HGR), voor vitamine B6 komt overeen met 3,0 mg/dag voor volwassen mannen, 2,0 mg/dag voor volwassen vrouwen en 0,6-1,5 mg/dag voor kinderen en adolescenten afhankelijk van hun leeftijd (3-18 jaar) en geslacht.

In België in 2014 heeft ongeveer 20% van zowel de mannelijke als vrouwelijke bevolking tussen 3 en 64 jaar een vitamine B6 inname via de voeding dat voldoet aan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid. Dit percentage stijgt tot 24% bij de mannelijke bevolking en 32% bij de vrouwelijke bevolking bij het in rekening brengen van de inname via supplementen. Er zijn minder volwassen mannen (18-39 jaar: 12%; 40-64 jaar: 7%) dan volwassen vrouwen (18-39 jaar: 23%; 40-64 jaar: 19%) met een gebruikelijke vitamine B6 inname vanuit voeding en supplementen in overeenstemming met de ADH.

Het percentage dat voldoet aan de ADH voor vitamine B6 inname daalt sterk met de leeftijd. Het percentage van de bevolking tussen 15 en 64 jaar in 2014 dat voldoet aan de ADH voor gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding is gedaald ten opzichte van 2004 (mannen: van 25 naar 10%; vrouwen: van 34 naar 11%).

Verder werd de gebruikelijke vitamine B6 inname ook vergeleken met de **gemiddelde behoefte (GB)** vooropgesteld door de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid (EFSA), aangezien dit een betere schatting geeft van welke bevolkingsgroep een hoger risico heeft op een onvoldoende vitamine B6 inname. De GB voor vitamine B6 komt overeen met 1,3 mg/dag voor vrouwen, 1,5 mg/dag voor mannen tussen 15 en 64 jaar en 0,5-1,2 mg/dag voor kinderen en adolescenten tussen 3 en 14 jaar.

In België in 2014 heeft 36% van de mannen en 47% van de vrouwen een vitamine B6 inname via de voeding onder de GB, deze percentages dalen lichtjes tot 34% en 43% bij het includeren van voedingssupplementen. Vrouwen hebben dus een iets hoger risico dan mannen op een onvoldoende vitamine B6 inname.

Het percentage onder de GB stijgt met de leeftijd en bereikt een piek in de late adolescentie en jongvolwassenheid. Het percentage 15-64 jarigen onder de GB voor gebruikelijke vitamine B6 inname is gestegen ten opzichte van 2004 (mannen: van 16 naar 39%; vrouwen: van 21 naar 50%).

Tot slot, heeft minder dan 0,05% van de Belgische bevolking (3-64 jaar) in 2014 een gebruikelijke vitamine B6 inname uit voedingsmiddelen hoger dan de **maximale toelaatbare inname (MTI)**, vooropgesteld door de HGR, wat overeenkomt 25 mg/dag voor volwassenen en 5-20 mg/dag voor kinderen en adolescenten afhankelijk van hun leeftijd (3-18 jaar). Wanneer eveneens de inname via supplementen wordt geïncorporeerd, heeft 0,44% van de vrouwen, waaronder 0,89% in de leeftijdsgroep 40-64 jaar, een gebruikelijke vitamine B6 inname hoger dan de MTI. Dit toont aan dat er via inname van supplementen door vrouwen een klein, maar niet onbestaand, risico bestaat op een overmatige vitamine B6 inname wat eventueel kan leiden tot neurotoxiciteit, geheugenstoornissen en huidletsels.

### Voedingsbronnen

In België in 2014 zijn de zes voedingsgroepen "Vlees en vleesproducten" (27%), "Granen en graanproducten" (12%), "Aardappelen en andere knollen" (10%), "Groenten" (10%), "Fruit, noten, zaden en olijven" (8%) en "Melkproducten en substituten" (8%) de belangrijkste voedingsbronnen van vitamine B6 in de bevolking tussen 3 en 64 jaar. Voedingssupplementen hebben een bijdrage van 4% aan de totale vitamine B6 inname.

## 1. INLEIDING

Vitamine B6 (of pyridoxine) is een wateroplosbaar vitamine dat weinig stabiel is in een neutraal of alkalisch milieu en gevoelig is voor verhitting en zonlicht.

Vitamine B6 is belangrijk voor de stofwisseling, voornamelijk de actieve vorm van vitamine B6 (pyridoxal-5'-fosfaat), vooral met betrekking tot aminozuren. Recente waarnemingen suggereren dat een adequate inname van vitamine B6 die de plasmaconcentratie van pyridoxal-5'-fosfaat verzekert, een beschermend effect kan hebben op de ontwikkeling van bepaalde vormen van kanker, cardiovasculaire ziekten en de ziekte van Parkinson (1). Een tekort aan de actieve vorm van vitamine B6 vertaalt zich in groeiachterstand, alopecie, vertraagde botontwikkeling, anemie (bloedarmoede) en meerdere neurologische stoornissen die te maken hebben met een onvoldoende vorming van neurotransmitters (2).

Goede bronnen van vitamine B6 zijn vlees (kip en rundsvlees), eieren, vis, graanproducten, aardappelen en peulvruchten. Groenten, melk en kaas bevatten vitamine B6 in kleinere hoeveelheden.

### 1.1. VOEDINGSAANBEVELINGEN

#### 1.1.1. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid

Zoals in Tabel 1 staat weergegeven, varieert de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH)<sup>1</sup> voor vitamine B6, vastgesteld in functie van het belang van de aanbreng van eiwitten, van 0,6 mg/dag voor jonge kinderen tot 2,0-3,0 mg/dag voor volwassenen (2). De ADH neemt dus toe met de leeftijd. Vanaf 7 jaar is er een geslachtsverschil, waarbij mannen een hogere ADH hebben dan vrouwen. De ADH voor volwassenen in 2015, 2,0-3,0 mg/dag, is lichtjes verhoogd in vergelijking met wat in 2009 werd aanbevolen, namelijk 1,8-2,0 mg/dag (3;4). De ADH voor vitamine B6 voor volwassenen ouder dan 64 jaar, tijdens de zwangerschap en de borstvoedingsperiode zijn niet opgenomen in de Voedselconsumptiepeiling 2014-2015.

**Tabel 1 | Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor vitamine B6 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, Hoge Gezondheidsraad, België, 2015**

Leeftijd	Geslacht	Vitamine B6, milligram/dag
1-3 jaar	M/V	0,6
4-6 jaar	M/V	0,8
7-14 jaar	M	1,3
	V	1,1
15-18 jaar	M	1,5
	V	1,2
19-64 jaar	M	3,0
	V	2,0

Bron: Hoge Gezondheidsraad, 2015 (2).

#### 1.1.1.1. Gemiddelde behoefte

Terwijl de ADH de inname is die voldoende geacht wordt om te voorzien in de behoefte van vrijwel alle gezonde personen (97,5%) in een bepaalde bevolkingsgroep, is de gemiddelde behoefte (GB) de inname die voldoende wordt geacht om te voorzien in de behoefte van de helft van de gezonde personen in een bepaalde bevolkingsgroep. Het vergelijken van de gebruikelijke vitamine B6 inname met de gemiddelde

<sup>1</sup> De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (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.

behoefte geeft hierdoor een betere schatting van welke bevolkingsgroep een hoger risico heeft op een onvoldoende vitamine B6 inname (5;6)

De gemiddelde behoeften voor vitamine B6 zijn door de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid (EFSA) herzien in 2016 (7) en zijn vanaf de late adolescentie verschillend voor mannen en vrouwen. De GB varieert van 0,5 mg/dag voor jonge kinderen tot 1,3 mg/dag voor volwassen vrouwen en 1,5 mg/dag voor volwassen mannen (Tabel 2).

**Tabel 2 | Gemiddelde behoefte (GB) voor vitamine B6 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, EFSA, 2016**

Leeftijd	Geslacht	Vitamine B6, milligram/dag
1-3 jaar	M/V	0,5
4-6 jaar	M/V	0,6
7-10 jaar	M/V	0,9
11-14 jaar	M/V	1,2
15-64 jaar	M	1,5
	V	1,3

Bron: EFSA, 2016 (7).

### 1.1.2. Maximale toelaatbare inname

Langdurig gebruik van een te hoge vitamine B6 inname (door gebruik van bijvoorbeeld hoog gedoseerde supplementen met vitamine B6) kan leiden tot een ernstige vorm van perifere neuropathie met verlies van reflexen in armen en benen en een sensorische ataxie. Een dergelijke neurotoxiciteit werd vastgesteld bij een inname van 2 gram vitamine B6 per dag wat overeenkomt met 1000 maal de ADH (3;4). Andere manifestaties van toxiciteit ten gevolge van een overmatige inname van vitamine B6 zijn lichtgevoeligheid, huidletsels en geheugenstoornissen (4). Een lichtgevoeligheid met huidletsels kan reeds voorkomen wanneer de inname van vitamine B6 verhoogd is tot 200 mg/dag (4). Omwille van de toxiciteit van een overmatige inname van vitamine B6 is een maximale toelaatbare inname (MTI)<sup>2</sup> vooropgesteld door de HGR (Tabel 3). De MTI voor vitamine B6 bedraagt 5 mg/dag voor de jonge kinderen tussen 1 en 3 jaar en stijgt tot 25 mg/dag voor volwassenen tussen de 19 en 64 jaar.

**Tabel 3 | Maximale toelaatbare inname (MTI) voor vitamine B6 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, Hoge Gezondheidsraad, 2015**

Leeftijd	Geslacht	Vitamine B6, milligram/dag
1-3 jaar	M/V	5
4-6 jaar	M/V	7
7-10 jaar	M/V	10
11-14 jaar	M/V	15
15-18 jaar	M/V	20
19-64 jaar	M/V	25

Bron: Hoge Gezondheidsraad, 2015 (2).

<sup>2</sup> De maximale toelaatbare inname (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 GloboDiet<sup>3</sup>.

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 B6, 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<sup>4</sup> software<sup>4</sup> (8;9). De eerste soort analyses maakt een schatting van de gebruikelijke vitamine B6 inname bekomen door voedselinname (verrijkte voeding inbegrepen), terwijl de tweede soort een schatting maakt van de gebruikelijke vitamine B6 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 B6 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 B6 inname wordt uitgedrukt in milligram per dag. De resultaten worden vergeleken met de aanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad die voor vitamine B6 een aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) en maximale toelaatbare inname (MTI) formuleert (Tabel 1 en 3) (2). Bijkomend wordt er nagegaan in hoeverre de bevolking de EFSA richtlijnen van de gemiddelde behoefte (GB) voor vitamine B6 haalt (Tabel 2) (7).

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

<sup>4</sup> Meer informatie over de SPADE<sup>®</sup> software kan worden gevonden in het hoofdstuk "Inleiding en methodologie".



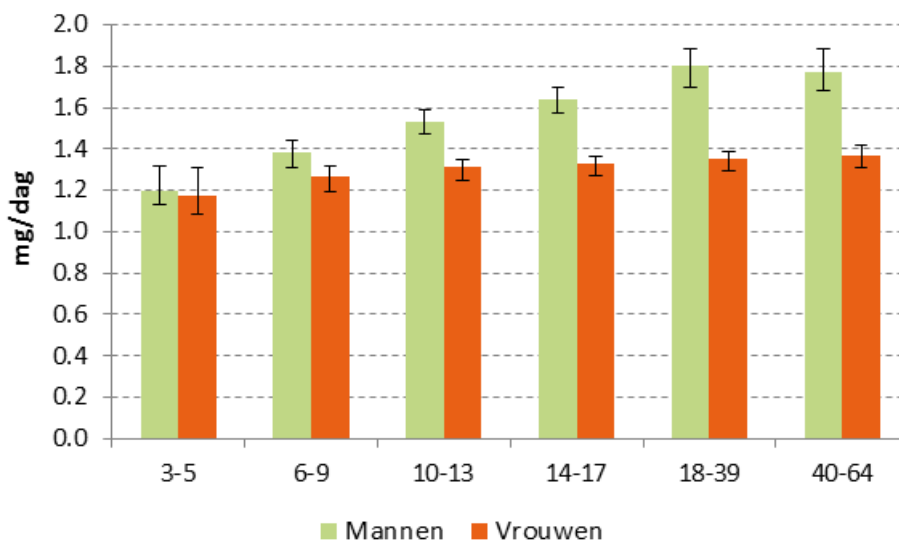
## 3. RESULTATEN

### 3.1. GEBRUIKELIJKE INNAME

In België in 2014 bedraagt de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding 1,52 mg/dag. Wanneer de inname via voedingssupplementen ook in rekening wordt gebracht, stijgt de gemiddelde vitamine B6 inname significant met 13% tot 1,71 mg/dag.

De gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding is significant hoger bij mannen (1,71 mg/dag) dan bij vrouwen (1,34 mg/dag). Dit verschil komt naar voren vanaf de adolescentie (Figuur 1).

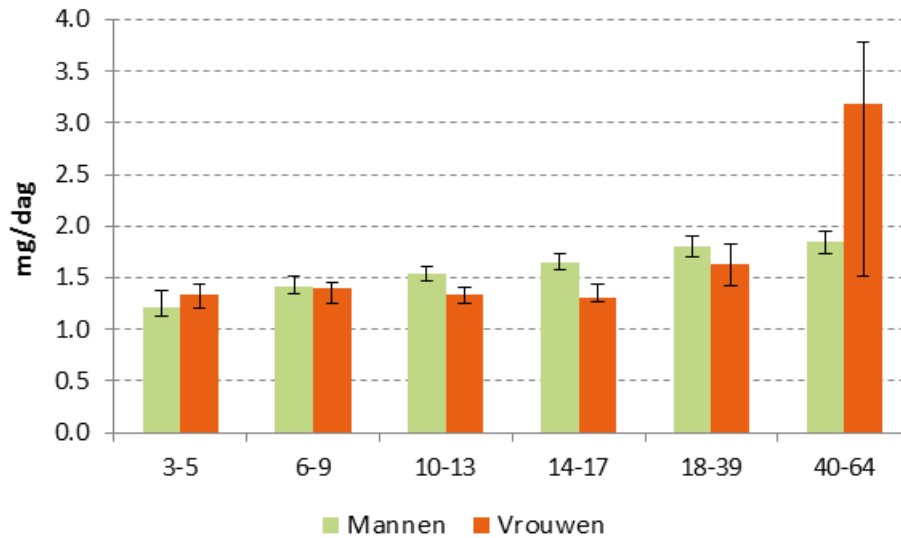
**Figuur 1 |** De gemiddelde gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



Het in rekening brengen van de inname via voedingssupplementen zorgt voor een stijging in totale gemiddelde inname van 1% voor de mannen (1,73 mg/dag) en van 62% voor de vrouwen (2,17 mg/dag). De hoogste stijgingen worden waargenomen bij vrouwen in de leeftijdsgroepen 3-5 jaar (15%: van 1,17 naar 1,34 mg/dag), 6-9 jaar (10%: van 1,27 naar 1,40 mg/dag), 18-39 jaar (21%: van 1,35 naar 1,63 mg/dag) en 40-64 jaar (133%: van 1,37 naar 3,19 mg/dag).

Het geslachtsverschil waarbij mannen een hogere gemiddelde vitamine B6 inname hebben dan vrouwen komt minder sterk tot uiting wanneer de inname van vitamine B6 via de voeding en supplementen wordt geanalyseerd, namelijk enkel nog in de adolescentie (10-17 jaar) hebben jongens een significant hogere inname dan meisjes (Figuur 2).

**Figuur 2 |** De gemiddelde gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding en supplementen volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



De gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding lijkt lichtjes toe te nemen met de leeftijd. Deze lichte stijging komt sterker naar voren bij mannen dan bij vrouwen.

Wanneer de gebruikelijke vitamine B6 inname wordt geëvalueerd door inname via de voeding en supplementen zien we een stijging van 2 tot 23% afhankelijk van de verschillende leeftijdsgroepen. De sterkste stijging komt voor in de leeftijdsgroep 40-64 jaar (23%: van 1,55 naar 1,91 mg/dag). De jongste leeftijdsgroep 3-5 jaar (1,27 mg/dag) heeft een significant lagere gemiddelde vitamine B6 inname dan de andere leeftijdsgroepen (1,42-1,91 mg/dag). Daarenboven hebben volwassenen een significant hogere gemiddelde vitamine B6 inname dan de andere leeftijdsgroepen.

Voor BMI, opleidingsniveau en verblijfplaats worden er geen grote verschillen gevonden in gebruikelijke inname van vitamine B6 via de voeding en via de voeding en supplementen.

Tot slot blijkt dat de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding voor de Belgische bevolking tussen 15 en 64 jaar in 2014 significant is gedaald ten opzichte van 2004 (van 2,06 naar 1,57 mg/dag). Dit verschil is aanwezig bij zowel de mannen (van 2,34 naar 1,81 mg/dag) als de vrouwen (van 1,77 naar 1,36 mg/dag).

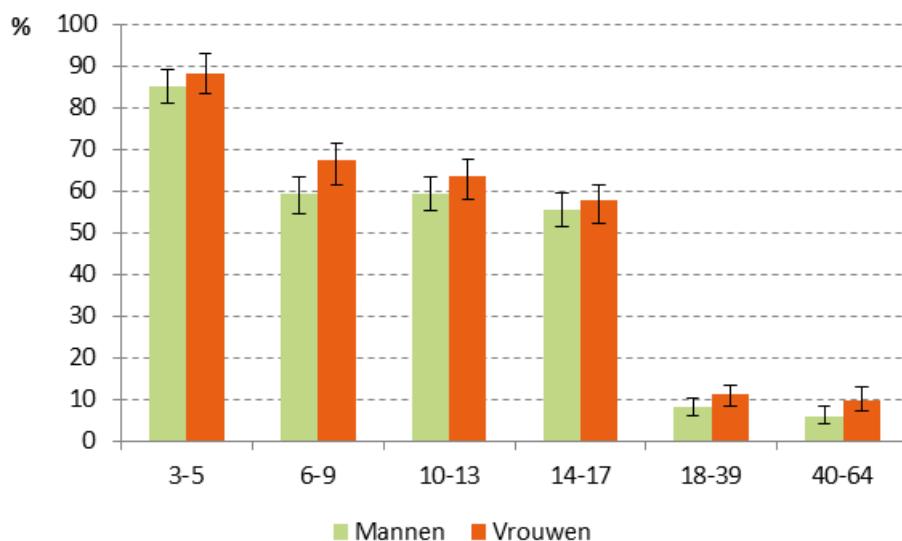
## 3.2. VOEDINGSAANBEVELINGEN

### 3.2.1. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid

Aangezien de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) voor de vitamine B6 inname zowel leeftijdsspecifiek als geslachtsspecifiek gedefinieerd is, kan de gebruikelijke inname enkel apart binnen de mannelijke en vrouwelijke bevolking vergeleken worden met de aanbevelingen.

In België in 2014 heeft 20% van de mannelijke bevolking en 23% van de vrouwelijke bevolking tussen de 3 en 64 jaar een gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding dat voldoet aan de ADH. Gebaseerd op de 95% betrouwbaarheidsintervallen is er geen significant geslachtsverschil (Figuur 3).

**Figuur 3 |** De proportie van de bevolking (3-64 jaar) dat voldoet aan de ADH voor vitamine B6 inname via de voeding volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



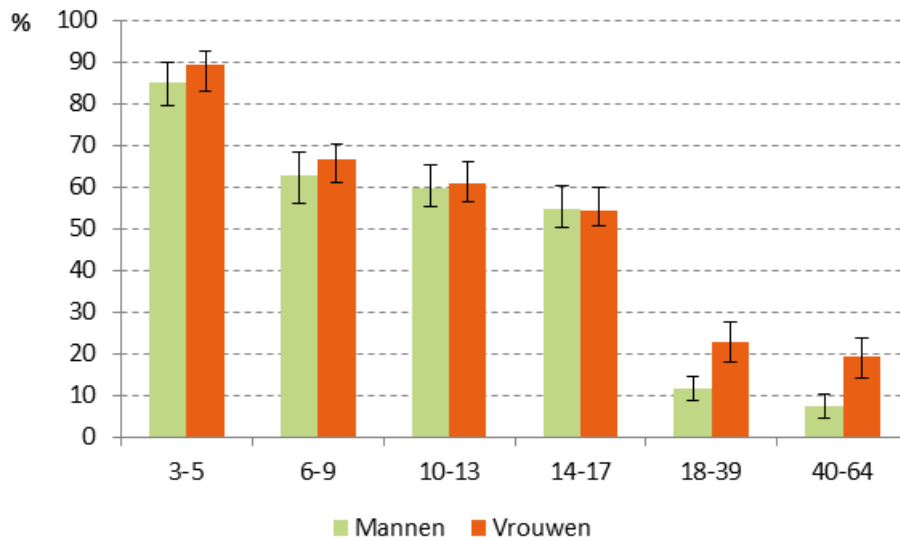
Voor de inname gebaseerd op voeding en supplementen heeft 24% van de mannelijke bevolking en 32% van de vrouwelijke bevolking tussen 3 en 64 jaar een gebruikelijke vitamine B6 inname in overeenstemming met de ADH. In dit geval is er wel een significant geslachtsverschil. Dit verschil situeert zich in de volwassenheid, waarbij minder mannen dan vrouwen voldoen aan de ADH richtlijn voor vitamine B6 (Figuur 4).

Het percentage dat voldoet aan de ADH door inname via de voeding en via de voeding en supplementen daalt met de leeftijd, met een sterke daling tussen 3-5 jaar en 6-9 jaar en tussen 14-17 jaar en 18-64 jaar (Figuur 3 en 4).

Voor opleidingsniveau, BMI en verblijfplaats vinden we geen significante verschillen (gebaseerd op de 95% betrouwbaarheidsintervallen) in het percentage dat de ADH richtlijnen inzake vitamine B6 haalt.

In 2014 heeft 10% van de mannelijke bevolking en 11% van de vrouwelijke Belgische bevolking tussen 15 en 64 jaar een gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding dat voldoet aan de ADH. Deze percentages zijn significant lager dan de percentages in 2004 voor de mannelijke (25%) en vrouwelijke (34%) Belgische bevolking tussen 15 en 64 jaar.

**Figuur 4 |** De proportie van de bevolking (3-64 jaar) dat voldoet aan de ADH voor vitamine B6 inname via de voeding en supplementen in functie van leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



### 3.2.2. Gemiddelde behoefte

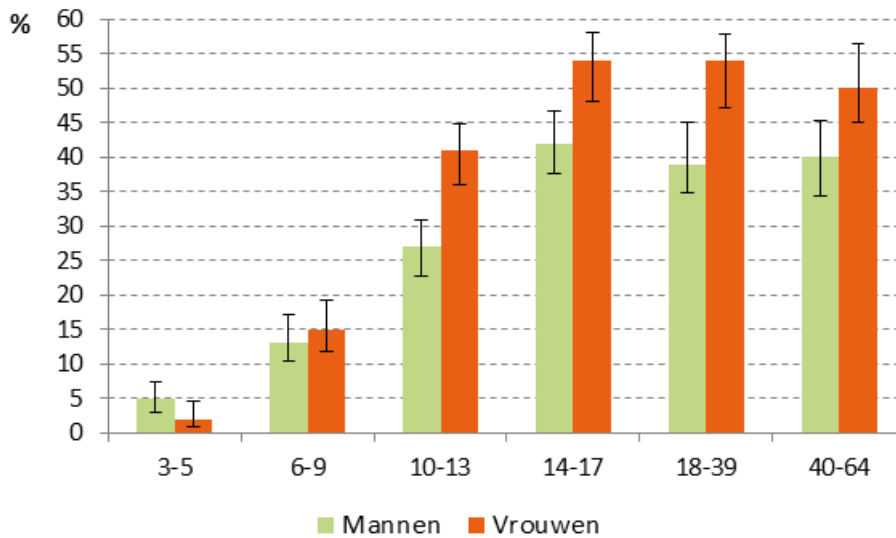
Aan de hand van de gemiddelde behoefte kan er een betere schatting worden gemaakt van hoeveel personen in een bepaalde bevolkingsgroep een onvoldoende vitamine B6 inname hebben, vandaar dat er ook wordt gekeken naar de proportie personen die een gebruikelijke vitamine B6 inname hebben onder de GB.

In België in 2014 heeft 36% van de mannelijke bevolking en 47% van de vrouwelijke bevolking tussen 3 en 64 jaar een vitamine B6 inname via de voeding onder de GB, wat zou kunnen wijzen op een onvoldoende vitamine B6 inname. Het percentage mannen met een onvoldoende vitamine B6 inname via de voeding is significant lager dan het percentage vrouwen, wat tot uiting komt vanaf de adolescentie (Figuur 5).

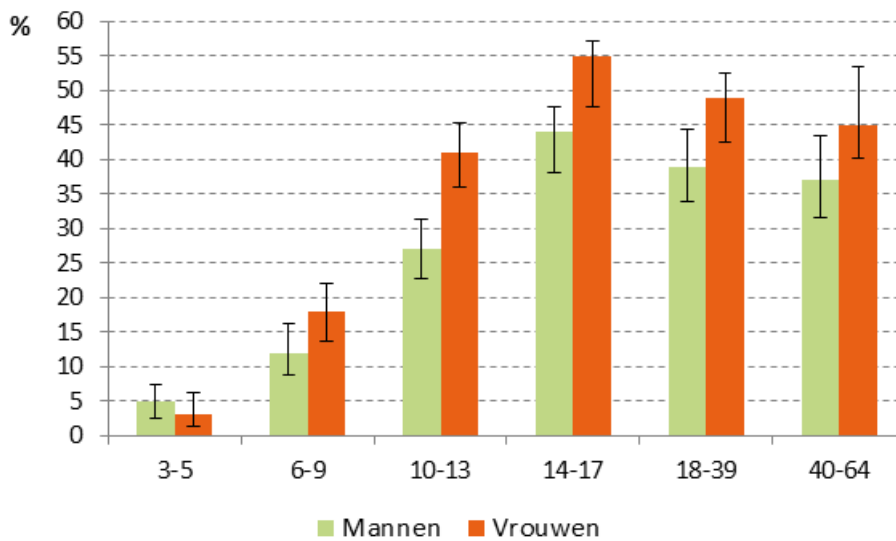
Voor de vitamine B6 inname gebaseerd op voeding en supplementen heeft 34% van de mannelijke bevolking en 43% van de vrouwelijke bevolking tussen 3 en 64 jaar een vitamine B6 inname onder de GB. Opnieuw is het percentage mannen met een onvoldoende vitamine B6 inname via de voeding en supplementen significant lager dan het percentage vrouwen, wat vooral tot uiting komt in de adolescentie (Figuur 6).

Het percentage dat onder de GB zit door inname via de voeding en via de voeding en supplementen stijgt met de leeftijd, met een piek in de late adolescentie en jongvolwassenheid (Figuur 5 en 6).

**Figuur 5 |** De proportie van de bevolking (3-64 jaar) onder de GB voor vitamine B6 inname via de voeding volgens leeftijd en geslacht, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014



**Figuur 6 |** De proportie van de bevolking (3-64 jaar) onder de GB voor vitamine B6 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 95% betrouwbaarheidsintervallen) in het percentage personen dat de GB richtlijnen inzake vitamine B6 niet haalt.

Voor verblijfplaats is er enkel in de mannelijke bevolking een significant verschil: het percentage mannen onder de GB voor vitamine B6 inname via de voeding is hoger in Wallonië (42%) dan in Vlaanderen (31%).

Tot slot, in 2014, heeft 39% van de mannen en 50% van de vrouwen tussen de 15 en 64 jaar een vitamine B6 inname via de voeding onder de GB. Deze percentages zijn significant hoger dan de percentages in 2004 (respectievelijk 16% voor de mannen en 21% voor de vrouwen).

### 3.2.3. Maximale Toelaatbare inname

Voor de vergelijking met de maximale richtlijn, namelijk de maximale toelaatbare inname (MTI) per leeftijdsgroep, zien we dat minder dan 0,05% van de Belgische bevolking een vitamine B6 inname heeft via de voeding hoger dan deze maximale richtlijn.

Voor inname van vitamine B6 via de voeding en voedingssupplementen heeft 0,44% van de vrouwen een inname hoger dan de MTI, met het hoogste percentage in de leeftijdsgroep 40-64 jaar (0,89%).

### 3.3. BRONNEN VAN VITAMINE B6

In België in 2014 zijn de voedingsgroepen "Vlees en vleesproducten" en "Granen en graanproducten" de belangrijkste vitamine B6 bronnen, met respectievelijke gemiddelde bijdragen van 26,9% en 12,0%. Gevolgd door "Aardappelen en andere knollen" (9,8%) en "Groenten" (9,9%) die gemiddeld elk ongeveer 10% bijdragen. "Fruit, noten, zaden en olijven" (8,2%) en "Melkproducten en substituten" (7,7%) hebben een gemiddelde bijdrage van ongeveer 8%. Voedingssupplementen hebben een bijdrage van 3,9% (Tabel 4).

Zie sectie "Tabellen" voor meer informatie over hoeveel procent elke voedingsgroep bijdraagt aan de totale vitamine B6 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 B6 inname.
- Kinderen (3-9 jaar) hebben een hogere bijdrage van melkproducten aan hun totale vitamine B6 inname dan adolescenten en volwassenen. Kinderen en volwassenen hebben een hogere bijdrage van fruit aan hun totale vitamine B6 inname dan adolescenten. Kinderen en adolescenten hebben een hogere bijdrage van granen aan hun totale vitamine B6 inname dan oudere volwassenen tussen 40 en 64 jaar. Verder hebben volwassenen een hogere vitamine B6 bijdrage van groenten en vis dan kinderen en adolescenten.
- Personen met obesitas hebben een hogere bijdrage van vlees aan hun totale vitamine B6 inname dan personen met een normaal gewicht.
- De hoogst opgeleiden hebben een lagere bijdrage van aardappelen en andere zetmeelrijke knollen aan hun totale vitamine B6 inname dan lageropgeleiden.
- Personen wonende in Vlaanderen hebben een hogere bijdrage van fruit maar een lagere bijdrage van vlees en vleesvervangers aan hun totale vitamine B6 inname dan personen wonende in Wallonië.
- In 2014 is de bijdrage van fruit, groenen, vlees, vis aan de totale vitamine B6 inname hoger dan in 2004, terwijl de bijdrage van aardappelen en melk hoger is in 2004 dan in 2014.

**Tabel 4 | Gemiddelde bijdrage van de verschillende voedingsgroepen aan de totale vitamine B6 inname in de bevolking van 3 tot 64 jaar, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014**

Voedingsgroepen	Gemiddelde bijdrage aan de totale vitamine B6 inname (%)	95 % BI
Aardappelen en andere zetmeelrijke knollen	9,8	(9,0-10,5)
Groenten	9,9	(9,3-10,5)
Peulvruchten	0,2	(0,1-0,4)
Fruit, noten, zaden en olijven	8,2	(7,6-8,9)
Melkproducten en substituten	7,7	(7,2-8,2)
Granen en graanproducten	12,0	(11,4-12,7)
Vlees en vleesvervangers	26,9	(25,6-28,2)
Vis, schaal en schelpdieren	4,4	(3,7-5,0)
Eieren en afgeleiden	0,9	(0,8-1,1)
Vet en olie	0,1	(0,0-0,2)
Suiker en snoepwaren	2,0	(1,7-2,3)
Cakes en zoete koeken	2,1	(1,9-2,4)
Niet-alcoholische dranken	5,9	(5,2-6,6)
Alcoholische dranken	2,8	(2,3-3,4)
Kruiderij, sauzen en specerijen	0,9	(0,7-1,0)
Bouillon	0,0	(0,0-0,0)
Diversen*	0,2	(0,1-0,3)
Hartige snacks**	1,9	(1,6-2,3)
Voedingssupplementen	3,9	(3,1-4,7)

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.

## 4. DISCUSSIE

Vitamine B6 is een essentieel micronutriënt dat belangrijk is voor de stofwisseling, in het bijzonder de afbraak en opbouw van aminozuren, de werking van bepaalde hormonen, de groei, de bloedaanmaak, het immuunsysteem en het zenuwstelsel.

De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH)<sup>5</sup> komt overeen met 0,6-1,5 mg/dag voor kinderen en adolescenten en 2,0 mg/dag voor volwassen vrouwen en 3,0 voor volwassen mannen. De gemiddelde behoefte (GB)<sup>6</sup> varieert van 0,5-1,2 mg/dag voor kinderen en adolescenten (3-14 jaar) tot 1,3 mg/dag voor vrouwen en 1,5 mg/dag voor mannen (15-64 jaar). Verder is er voor vitamine B6 ook een maximale toelaatbare inname (MTI)<sup>7</sup> vastgesteld van 5-20 mg/dag voor kinderen en adolescenten tot 25 mg/dag voor volwassenen.

In overeenstemming met andere studies in Europese landen (7;10;11) zijn verschillende voedingsgroepen bestaande uit zowel dierlijke als plantaardige producten voedingsbronnen van vitamine B6: "Vlees en vleesproducten" (27%), "Granen en graanproducten" (12%), "Aardappelen en andere knollen" (10%), "Groenten" (10%), "Fruit, noten, zaden en olijven" (8%) en "Melkproducten en substituten" (8%).

Voedingssupplementen hebben slechts een bijdrage van 4% aan de totale vitamine B6 inname. Niettegenstaande stijgt de gebruikelijke vitamine B6 inname door inclusie van inname via supplementen naast inname via de voeding, dit vooral bij vrouwen in de kindertijd en volwassenheid (de hoogste stijgingen tussen 40 en 64 jaar). Uit de Voedselconsumptiepeiling 2014-2015 (VCP2014-2015) komt ook naar voren dat vooral vrouwen gebruikers van supplementen zijn en dat ze voornamelijk "vitaminen" en "multivitaminen en mineralen" supplementen gebruiken (zie hoofdstuk "Verrijkte voeding en voedings-supplementen"). Deze specifieke supplementen bevatten vaak B-vitamines waaronder vitamine B6.

Uit de VCP2014-2015 komt naar voren dat 1,52 mg/dag de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding is voor de Belgische bevolking (3-64 jaar). Deze gemiddelde inname stijgt met 13% tot 1,71 mg/dag wanneer eveneens inname via supplementen in rekening wordt gebracht. Er is een lichte stijging in gebruikelijke vitamine B6 inname met de leeftijd en vooral in de mannelijke bevolking.

Een EFSA studie heeft aangetoond dat voor kinderen tussen 3 en 10 jaar de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname, los van voedingssupplementen, varieert tussen Europese landen van 1,10 tot 1,61 mg/dag voor jongens en van 0,99 tot 1,51 mg/dag voor meisjes (7). Voor de Belgische kinderen (3-9 jaar) in 2014 varieert de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding voor jongens van 1,20 tot 1,38 mg/dag en voor meisjes van 1,17 tot 1,27 mg/dag. Hieruit blijkt dat de Belgische kinderen een gelijkaardige gebruikelijke vitamine B6 inname hebben als in andere Europese landen waaronder de buurlanden Frankrijk, Nederland en Duitsland.

Uit de VCP2014-2015 blijkt dat in vergelijking met de voedingsaanbevelingen 85% van de 3-5 jarigen jongens, 88% van de 3-5 jarigen meisjes, 59% van de 6-9 jarigen jongens en 67% van de 6-9 jarigen meisjes voldoet aan de Belgische ADH richtlijn. De grote meerderheid van de kinderen, voornamelijk jongere kinderen, hebben dus een adequate inname via de voeding. Verder blijkt uit de VCP2014-2015 dat slechts 5% van de 3-5 jarigen jongens, 2% van de 3-5 jarigen meisjes, 13% van de 6-9 jarigen jongens en 15% van de 6-9 jarigen meisjes een gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding heeft onder de Europese gemiddelde behoefte, wat zou kunnen wijzen op een onvoldoende vitamine B6 inname.

Uit de EFSA studie blijkt dat voor adolescenten tussen 10 en 18 jaar de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname, los van voedingssupplementen, varieert tussen Europese landen van 1,70 tot 2,31 mg/dag voor jongens en van 1,46 tot 2,19 mg/dag voor meisjes (7). Voor de Belgische adolescenten (10-17 jaar) in 2014 varieert de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding voor jongens van 1,53 tot 1,64 mg/dag en voor meisjes van 1,31 tot 1,33 mg/dag. Deze gemiddelde waarden liggen net buiten

<sup>5</sup> 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.

<sup>6</sup> De GB is de inname die voldoende wordt geacht om te voorzien in de behoefte van de helft van de gezonde personen in een bepaalde bevolkingsgroep. Aan de hand van de gemiddelde behoefte kan er een betere schatting gemaakt worden van welke bevolkingsgroep een hoger risico heeft op een onvoldoende inname (5;6)

<sup>7</sup> De MTI is het hoogste niveau van inname waarbij volgens de huidige beschikbare gegevens geen schadelijke effecten worden waargenomen of te verwachten zijn.



de intervallen gerapporteerd in de EFSA studie (7), wat mogelijk wijst op een minder goede inname van vitamine B6 door de Belgische adolescenten. Belangrijk hierbij op te merken is dat de vergelijking tussen landen met de nodige voorzichtigheid dient te gebeuren vanwege mogelijke verschillende meetmethoden, analysetechnieken, jaar van onderzoek, leeftijdsclassificaties en voedingsmiddelentabellen die de resultaten sterk kunnen beïnvloeden.

Uit de VCP2014-2015 blijkt dat in vergelijking met de voedingsaanbevelingen 59% van de 10-13 jarigen jongens, 64% van de 10-13 jarigen meisjes, 56% van de 14-17 jarigen jongens en 58% van de 14-17 jarigen meisjes voldoet aan de Belgische ADH richtlijn. Met andere woorden iets meer dan de helft van de adolescenten heeft met grote waarschijnlijkheid een adequate vitamine B6 inname via de voeding. Verder blijkt uit de VCP2014-2015 dat in vergelijking met de Europese gemiddelde behoefte echter 27% van de 10-13 jarigen jongens, 41% van de 10-13 jarigen meisjes, 42% van de 14-17 jarigen jongens en 54% van de 14-17 jarigen meisjes een gebruikelijke inname via de voeding heeft lager dan deze richtlijn, wat zou kunnen wijzen op een onvoldoende vitamine B6 inname. Dit laat zien dat er voor de Belgische adolescenten nog ruimte is voor verbetering qua gebruikelijke vitamine B6 inname.

Voor volwassenen tussen 18 en 65 jaar blijkt uit de EFSA studie dat de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname, los van voedingssupplementen, varieert tussen Europese landen van 1,77 tot 3,09 mg/dag voor mannen en van 1,47 tot 2,11 mg/dag voor vrouwen (7). Voor de Belgische volwassenen (18-64 jaar) in 2014 varieert de gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding tussen 1,77 en 1,80 mg/dag voor mannen en tussen 1,35 en 1,37 mg/dag voor vrouwen. De gemiddelde gebruikelijke vitamine B6 inname voor Belgische mannen ligt net binnen het interval gerapporteerd in de EFSA studie (de sterkste overeenkomst met gegevens uit Italië (12) en Frankrijk (13)) terwijl die van de Belgische vrouwen er net onder ligt.

Uit de VCP2014-2015 blijkt in vergelijking met de voedingsaanbevelingen dat slechts 8% van de 18-39 jarigen mannen, 11% van de 18-39 jarigen vrouwen, 6% van de 40-64 jarigen mannen en 10% van de 40-64 jarigen vrouwen voldoet aan de Belgische ADH richtlijn. Verder blijkt uit de VCP2014-2015 dat in vergelijking met de Europese gemiddelde behoefte 39% van de 18-39 jarigen mannen, 54% van de 18-39 jarigen vrouwen, 40% van de 40-64 jarigen mannen en 50% van de 40-64 jarigen vrouwen een gebruikelijke inname via de voeding heeft onder deze richtlijn, wat zou kunnen wijzen op een onvoldoende vitamine B6 inname. Deze percentages laten zien dat er bij Belgische volwassenen ook nog veel ruimte is voor verbetering qua gebruikelijke vitamine B6 inname. Echter dient wel vermeld te worden dat wanneer de inname van voedingssupplementen ook in rekening wordt gebracht, het percentage volwassenen (vooral vrouwen) met een gebruikelijke vitamine B6 inname hoger of gelijk aan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid toeneemt.

Uit de VCP2014-2015 komt naar voren dat mannen een hogere gebruikelijke gemiddelde vitamine B6 inname hebben via de voeding dan vrouwen (1,71 versus 1,34 mg/dag). Dit geslachtsverschil komt tot uiting vanaf de adolescentie en lijkt lichtjes toe te nemen met de leeftijd. In andere Europese landen komt dit geslachtsverschil ook naar voren (7) en het is logischerwijs het gevolg van de hogere energiebehoeften van mannen en hierdoor hogere consumptie van voedingsmiddelen, waaronder vlees, aardappelen, brood en ontbijtgranen (zie hoofdstukken "Voedingsaanbevelingen"). Niettegenstaande zien we dat evenveel mannen als vrouwen voldoen aan de Belgische ADH richtlijn voor gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding (dit geldt niet voor de Europese gemiddelde behoefte waarbij meer mannen voldoen dan vrouwen). Bovendien wanneer het gebruik van supplementen in rekening wordt gebracht, zien we dat de gebruikelijke inname bij vrouwen stijgt in de kindertijd en volwassenheid met als gevolg dat het geslachtsverschil enkel nog aanwezig is in adolescentie. Volwassen vrouwen voldoen ook meer aan de ADH richtlijn dan mannen wanneer de gebruikelijke vitamine B6 inname via de voeding en supplementen wordt geëvalueerd.

Voor de vergelijking met de maximale toelaatbare inname (MTI) per leeftijdsgroep, zien we dat minder dan 0,05% van de Belgische bevolking een vitamine B6 inname heeft via de voeding hoger dan de MTI, maar dat voor inname vanuit voeding en voedingssupplementen 0,44% van de vrouwen, meer zelfs 0,89% van de vrouwen tussen 40 en 64 jaar, een inname hoger dan de MTI (25 mg/dag) heeft. Voor (volwassen) vrouwen die supplementen gebruiken bestaat er dus een risico op een overmatige vitamine B6 inname wat kan leiden tot neurotoxiciteit dat samengaat met ernstige gezondheidsproblemen (4).

In vergelijking met de gegevens uit de Voedselconsumptiepeiling 2004 zien we een negatieve evolutie van de vitamine B6 inname via de voeding voor de bevolking tussen 15 en 64 jaar: een daling van 2,06 naar 1,57 mg/dag. Een lichtjes lagere consumptie van voedingsbronnen van vitamine B6 zoals brood kan een mogelijke verklaring zijn (zie hoofdstukken "Voedingsaanbevelingen"). 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 B6 kan beïnvloeden. In 2014 is ook gebruik gemaakt van meer recentere versies van voedingsmiddelentabellen die onder andere zijn aangepast aan veranderingen in micronutriëntensamenstelling van voedingsmiddelen.

#### 4.1. CONCLUSIE

Algemeen kan men besluiten dat de gebruikelijke vitamine B6 via de voeding in de Belgische bevolking (3-64 jaar) in 2014 nog voor verbetering vatbaar is voor adolescenten en volwassenen. Bijgevolg is op bevolkingsniveau onderbouwd voedingsadvies en het promoten van een evenwichtige en gevarieerde voedingspatroon bestaande uit zowel dierlijke als plantaardige voedingsmiddelen aan te raden. Voorbeelden van voedingsmiddelen natuurlijk rijk aan vitamine B6 zijn volle rijst, schaalvruchten, avocado's, bananen, kip en rundvlees (4). De kwaliteit van de voedselbereiding en de bewaring van voedingsmiddelen kan ook een belangrijke invloed hebben op de aanbreng van vitamine B6 (2): zo is het beter om de voedingsbronnen van vitamine B6 in weinig water te koken, niet te klein te snijden en in het donker te bewaren.

Op vlak van volksgezondheid is het ook belangrijk om subgroepen te identificeren die een risico hebben op een overmatige vitamine B6 inname wat kan leiden tot neurotoxiciteit (2). Uit de VCP2014-2015 blijkt dat vooral volwassen vrouwen een hoger risico lopen op een overmatige vitamine B6 als ze vitamine B6 bevattende supplementen gebruiken. Het is in het belang van de gezondheid van de Belgische bevolking dat er geen voedingssupplementen worden ingenomen die een vitamine B6 gehalte hebben van 25 mg/dag of meer (2;14).

## 5. TABELLEN

<b>Tabel 1  </b>	Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor vitamine B6 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, Hoge Gezondheidsraad, België, 2015. ....	96
<b>Tabel 2  </b>	Gemiddelde behoefte (GB) voor vitamine B6 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, EFSA, 2016 .....	97
<b>Tabel 3  </b>	Maximale toelaatbare inname (MTI) voor vitamine B6 (mg/dag) volgens leeftijd en geslacht, Hoge Gezondheidsraad, 2015. ....	97
<b>Tabel 4  </b>	Gemiddelde bijdrage van de verschillende voedingsgroepen aan de totale vitamine B6 inname in de bevolking van 3 tot 64 jaar, Voedselconsumptiepeiling, België, 2014. ....	105
<b>Tabel 5  </b>	Gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding in de bevolking van 3 tot 64 jaar, België. ....	111
<b>Tabel 6  </b>	Gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding in de mannelijke bevolking van 3 tot 64 jaar, België. ....	112
<b>Tabel 7  </b>	Gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding in de vrouwelijke bevolking van 3 tot 64 jaar, België. ....	113
<b>Tabel 8  </b>	Gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding en supplementen in de bevolking van 3 tot 64 jaar, volgens leeftijd en geslacht, België, 2014 .....	114
<b>Tabel 9  </b>	Gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding en supplementen in de bevolking van 3 tot 64 jaar, volgens leeftijd en verblijfplaats, België, 2014 .....	115
<b>Tabel 10  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van aardappelen en andere zetmeelrijke knollen ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	116
<b>Tabel 11  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van groenten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	117
<b>Tabel 12  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van peulvruchten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België. ....	118
<b>Tabel 13  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van fruit, noten, zaden en olijven ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	119
<b>Tabel 14  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van melkproducten en substituten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	120
<b>Tabel 15  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van granen en graanproducten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	121
<b>Tabel 16  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van vlees en vleesproducten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	122
<b>Tabel 17  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van vis, schaal en schelpdieren ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	123
<b>Tabel 18  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van eieren en afgeleiden ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België. ....	124
<b>Tabel 19  </b>	Gemiddelde bijdrage (%) van vet en olie ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België .....	125

<b>Tabel 20</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van suiker en snoepwaren ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België. ....	126
<b>Tabel 21</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van cake en zoete koeken ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België. ....	127
<b>Tabel 22</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van niet-alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België. ....	128
<b>Tabel 23</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België. ....	129
<b>Tabel 24</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van kruiden, sauzen en specerijen ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014. ....	130
<b>Tabel 25</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van bouillon ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014. ....	131
<b>Tabel 26</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van diverse producten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014. ....	132
<b>Tabel 27</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van hartige snacks ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014. ....	133
<b>Tabel 28</b>	Gemiddelde bijdrage (%) van voedingssupplementen ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014. ....	134

**Tabel 5 | Gebruikelijke inname van vitamine B6 (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	1,71	(1,65-1,77)	0,81	1,59	3,02	3,40	1548
	Vrouwen	1,34	(1,29-1,38)	0,72	1,27	2,21	2,45	1598
LEEFTIJD- GROEP	3-5	1,19	(1,12-1,27)	0,59	1,11	2,07	2,32	454
	6-9	1,34	(1,28-1,38)	0,67	1,25	2,31	2,59	538
	10-13	1,43	(1,38-1,48)	0,72	1,34	2,47	2,78	449
	14-17	1,50	(1,43-1,54)	0,75	1,40	2,58	2,89	479
	18-39	1,57	(1,50-1,62)	0,79	1,47	2,71	3,04	620
	40-64	1,55	(1,50-1,62)	0,78	1,45	2,68	3,00	606
BODY MASS INDEX	Normaal	1,54	(1,44-1,56)	0,79	1,44	2,62	2,93	1970
	Overgewicht	1,48	(1,48-1,63)	0,73	1,38	2,56	2,88	619
	Obesitas	1,48	(1,49-1,72)	0,72	1,40	2,53	2,82	310
OPLEIDINGS- NIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,51	(1,45-1,58)	0,67	1,39	2,74	3,10	1290
	Hoger van het korte type	1,53	(1,47-1,61)	0,79	1,43	2,58	2,89	885
	Hoger van het lange type	1,48	(1,41-1,55)	0,80	1,41	2,42	2,68	916
VERBLIJF- PLAATS*	Vlaanderen	1,54	(1,50-1,60)	0,76	1,44	2,64	2,96	1766
	Wallonië	1,46	(1,36-1,50)	0,67	1,35	2,65	3,01	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>1,52</b>	<b>(1,48-1,56)</b>	<b>0,75</b>	<b>1,42</b>	<b>2,64</b>	<b>2,96</b>	<b>3146</b>
JAAR**	2004	2,06	(2,03-2,18)	1,03	1,94	3,50	3,90	1867
	2014	1,57	(1,63-1,76)	0,79	1,48	2,68	2,99	1599

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

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

n = het aantal personen met een positieve vitamine B6 inname 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 B6 (mg/dag) via de voeding in de mannelijke bevolking van 3 tot 64 jaar, België**

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	% voldoet aan ADH	% onder GB	% boven MTI	n = N
LEEFTIJD- GROEP	3-5	1,20	(1,13-1,32)	0,57	1,11	2,11	2,37	85	5	0	230
	6-9	1,38	(1,31-1,44)	0,67	1,29	2,42	2,73	59	13	0	279
	10-13	1,53	(1,47-1,59)	0,75	1,43	2,67	3,01	59	27	0	210
	14-17	1,64	(1,57-1,70)	0,80	1,53	2,85	3,21	56	42	0	240
	18-39	1,80	(1,70-1,88)	0,88	1,68	3,13	3,52	8	39	0	305
	40-64	1,77	(1,68-1,88)	0,86	1,65	3,08	3,46	6	40	0	284
BODY MASS INDEX	Normaal	1,77	(1,63-1,83)	0,85	1,65	3,10	3,50	21	32	0	976
	Overgewicht	1,65	(1,66-1,87)	0,78	1,53	2,92	3,30	19	41	0	310
	Obesitas	1,62	(1,55-1,80)	0,77	1,54	2,75	3,03	16	39	0	153
OPLEIDINGS- NIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,76	(1,66-1,87)	0,75	1,62	3,26	3,70	21	36	0	642
	Hoger van het korte type	1,67	(1,56-1,78)	0,84	1,56	2,87	3,22	19	38	0	436
	Hoger van het lange type	1,63	(1,54-1,70)	0,85	1,54	2,71	3,01	18	38	0	440
VERBLIJF- PLAATS*	Vlaanderen	1,76	(1,71-1,86)	0,88	1,66	2,97	3,32	20	31	0	854
	Wallonië	1,65	(1,50-1,71)	0,71	1,50	3,09	3,55	19	42	0	569
<b>TOTAAL</b>		<b>1,71</b>	<b>(1,65-1,77)</b>	<b>0,81</b>	<b>1,59</b>	<b>3,02</b>	<b>3,40</b>	<b>20</b>	<b>36</b>	<b>0</b>	<b>1548</b>
JAAR**	2004	2,34	(2,31-2,51)	1,17	2,20	4,00	4,46	25	16	0	922
	2014	1,81	(1,85-2,04)	0,87	1,69	3,16	3,55	10	39	0	771

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

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

ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

GB = Gemiddelde Behoeftte.

MTI = Maximale Toelaatbare Inname.

n = het aantal personen met een positieve vitamine B6 inname 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 7 | Gebruikelijke inname van vitamine B6 (mg/dag) via de voeding in de vrouwelijke bevolking van 3 tot 64 jaar, België**

		Gemiddelde	95% BI gemiddelde	P5	P50	P95	P97,5	% voldoet aan ADH	% onder GB	% boven MTI	n = N
LEEFTIJD- GROEP	3-5	1,17	(1,08-1,31)	0,63	1,11	1,93	2,15	88	2	0	224
	6-9	1,27	(1,19-1,32)	0,68	1,20	2,09	2,32	67	15	0	259
	10-13	1,31	(1,25-1,35)	0,71	1,24	2,15	2,39	64	41	0	239
	14-17	1,33	(1,27-1,36)	0,72	1,26	2,18	2,42	58	54	0	239
	18-39	1,35	(1,29-1,39)	0,73	1,28	2,22	2,47	11	54	0	315
	40-64	1,37	(1,31-1,42)	0,74	1,29	2,24	2,49	10	50	0	322
BODY MASS INDEX	Normaal	1,35	(1,26-1,37)	0,77	1,29	2,12	2,34	22	45	0	994
	Overgewicht	1,30	(1,27-1,43)	0,70	1,23	2,12	2,35	21	50	0	309
	Obesitas	1,33	(1,30-1,56)	0,71	1,26	2,16	2,39	22	47	0	157
OPLEIDINGS- NIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,27	(1,21-1,35)	0,64	1,20	2,16	2,40	21	53	0	648
	Hoger van het korte type	1,39	(1,31-1,47)	0,76	1,32	2,28	2,53	25	42	0	449
	Hoger van het lange type	1,35	(1,27-1,43)	0,78	1,29	2,11	2,32	22	44	0	476
VERBLIJF- PLAATS*	Vlaanderen	1,33	(1,28-1,39)	0,69	1,26	2,22	2,48	22	48	0	912
	Wallonië	1,30	(1,21-1,36)	0,66	1,22	2,21	2,48	22	51	0	557
<b>TOTAAL</b>		<b>1,34</b>	<b>(1,29-1,38)</b>	<b>0,72</b>	<b>1,27</b>	<b>2,21</b>	<b>2,45</b>	<b>23</b>	<b>47</b>	<b>0</b>	<b>1598</b>
JAAR**	2004	1,77	(1,72-1,88)	0,97	1,69	2,83	3,11	34	21	0	945
	2014	1,36	(1,40-1,52)	0,78	1,30	2,13	2,34	11	50	0	828

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

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

ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

GB = Gemiddelde Behoeft.

MTI = Maximale Toelaatbare Inname.

n = het aantal personen met een positieve vitamine B6 inname 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 8 |** Gebruikelijke inname van vitamine B6 (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	% voldoet aan ADH	% onder GB	% boven MTI	n = N
Mannen	3-5	1,22	(1,13-1,37)	0,58	1,12	2,16	2,41	85	5	0,00	230
	6-9	1,42	(1,34-1,52)	0,68	1,32	2,48	2,84	63	12	0,00	279
	10-13	1,54	(1,47-1,61)	0,75	1,43	2,68	2,99	60	27	0,00	210
	14-17	1,64	(1,57-1,74)	0,80	1,52	2,88	3,30	55	44	0,00	240
	18-39	1,80	(1,70-1,90)	0,88	1,67	3,13	3,50	12	39	0,00	305
	40-64	1,85	(1,73-1,95)	0,89	1,72	3,26	3,68	7	37	0,00	284
	<b>Totaal</b>	<b>1,73</b>	<b>(1,66-1,80)</b>	<b>0,81</b>	<b>1,61</b>	<b>3,08</b>	<b>3,48</b>	<b>24</b>	<b>34</b>	<b>0,00</b>	<b>1548</b>
Vrouwen	3-5	1,34	(1,20-1,44)	0,65	1,22	2,34	2,69	89	3	0,12	224
	6-9	1,40	(1,25-1,45)	0,66	1,23	2,38	2,89	67	18	0,25	259
	10-13	1,34	(1,25-1,40)	0,66	1,22	2,31	2,69	61	41	0,08	239
	14-17	1,31	(1,26-1,44)	0,67	1,22	2,25	2,59	54	55	0,00	239
	18-39	1,63	(1,43-1,82)	0,70	1,31	3,29	4,68	23	49	0,17	315
	40-64	3,19	(1,51-3,79)	0,71	1,36	3,42	5,62	19	45	0,89	322
	<b>Totaal</b>	<b>2,17</b>	<b>(1,46-2,37)</b>	<b>0,69</b>	<b>1,31</b>	<b>3,06</b>	<b>4,31</b>	<b>32</b>	<b>43</b>	<b>0,44</b>	<b>1598</b>

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

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

ADH = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

GB = Gemiddelde Behoeftte.

MTI = Maximale Toelaatbare Inname.

n = het aantal personen met een positieve vitamine B6 inname op minstens één van de twee dagen.

N = totale steekproef.



**Tabel 9 |** Gebruikelijke inname van vitamine B6 (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
GESLACHT	Mannen	1,73	(1,66-1,80)	0,81	1,61	3,08	3,48	1548
	Vrouwen	2,17	(1,46-2,37)	0,69	1,31	3,06	4,31	1598
LEEFTIJD- GROEP	3-5	1,27	(1,19-1,38)	0,59	1,16	2,30	2,67	454
	6-9	1,42	(1,32-1,50)	0,65	1,27	2,64	3,14	538
	10-13	1,47	(1,40-1,52)	0,70	1,35	2,60	2,92	449
	14-17	1,53	(1,46-1,59)	0,73	1,39	2,72	3,09	479
	18-39	1,70	(1,61-1,84)	0,77	1,50	3,10	3,74	620
	40-64	1,91	(1,64-2,80)	0,80	1,54	3,27	4,01	606
VERBLIJF- PLAATS*	Vlaanderen	1,67	(1,59-1,75)	0,76	1,49	3,06	3,72	1766
	Wallonië	1,79	(1,49-2,83)	0,67	1,38	3,00	3,65	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>1,71</b>	<b>(1,59-2,07)</b>	<b>0,75</b>	<b>1,46</b>	<b>3,05</b>	<b>3,68</b>	<b>3146</b>

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

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

n = het aantal personen met een positieve vitamine B6 inname 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 10 | Gemiddelde bijdrage (%) van aardappelen en andere zetmeelrijke knollen ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_01_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	10,3	(9,2-11,5)	10,4	(9,2-11,6)	1548
	Vrouwen	9,2	(8,3-10,2)	9,2	(8,3-10,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	7,6	(6,6-8,7)	7,6	(6,6-8,7)	454
	6 - 9	8,7	(7,5-9,9)	8,7	(7,5-9,9)	538
	10 - 13	10,9	(9,4-12,4)	10,9	(9,4-12,4)	449
	14 - 17	11,4	(9,7-13,0)	11,4	(9,7-13,0)	479
	18 - 39	9,3	(7,9-10,7)	9,3	(7,9-10,7)	619
	40 - 64	10,2	(8,9-11,5)	10,2	(8,9-11,6)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	9,5	(8,5-10,6)	9,7	(8,5-11,0)	1969
	Overgewicht	9,8	(8,3-11,4)	9,8	(8,4-11,1)	619
	Obesitas	10,4	(8,4-12,4)	9,9	(8,2-11,7)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	11,3	(10,0-12,5)	11,2	(9,9-12,5)	1290
	Hoger van het korte type	10,2	(8,9-11,5)	10,1	(8,8-11,4)	885
	Hoger van het lange type	7,2	(6,0-8,4)	7,1	(5,9-8,3)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	10,4	(9,4-11,5)	10,4	(9,4-11,5)	1766
	Wallonië	9,9	(8,7-11,2)	10,0	(8,7-11,3)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>9,8</b>	<b>(9,0-10,5)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	13,4	(12,4-14,3)	13,2	(12,3-14,2)	1867
	2014	10,2	(9,3-11,1)	10,2	(9,3-11,1)	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 groenten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_02_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	8,7	(7,8-9,5)	8,7	(7,8-9,6)	1548
	Vrouwen	11,0	(10,2-11,9)	11,1	(10,2-11,9)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	7,0	(6,1-7,8)	7,0	(6,1-7,8)	454
	6 - 9	7,8	(6,8-8,8)	7,8	(6,8-8,8)	538
	10 - 13	7,9	(7,0-8,8)	7,9	(7,0-8,8)	449
	14 - 17	8,8	(7,7-9,9)	8,8	(7,7-9,9)	479
	18 - 39	10,6	(9,3-12,0)	10,6	(9,3-11,9)	619
	40 - 64	10,4	(9,5-11,3)	10,3	(9,4-11,2)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	9,2	(8,4-9,9)	9,1	(8,3-9,9)	1969
	Overgewicht	10,9	(9,6-12,2)	10,5	(9,3-11,7)	619
	Obesitas	10,9	(9,2-12,7)	10,6	(8,8-12,4)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	9,0	(8,1-9,9)	9,0	(8,1-9,9)	1290
	Hoger van het korte type	9,6	(8,6-10,7)	9,6	(8,5-10,7)	885
	Hoger van het lange type	11,5	(10,2-12,8)	11,6	(10,3-13,0)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	9,9	(9,1-10,6)	9,9	(9,1-10,7)	1766
	Wallonië	9,9	(8,8-11,0)	9,9	(8,8-11,1)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>9,9</b>	<b>(9,3-10,5)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	7,1	(6,6-7,6)	7,3	(6,7-7,8)	1867
	2014	11,0	(10,3-11,8)	11,0	(10,2-11,8)	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 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 12 | Gemiddelde bijdrage (%) van peulvruchten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_03_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,3	(0,0-0,6)	0,3	(0,0-0,6)	1548
	Vrouwen	0,2	(0,1-0,2)	0,1	(0,1-0,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	454
	6 - 9	0,2	(0,1-0,3)	0,2	(0,1-0,3)	538
	10 - 13	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	449
	14 - 17	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	479
	18 - 39	0,2	(0,0-0,6)	0,2	(0,0-0,6)	619
	40 - 64	0,2	(0,1-0,4)	0,3	(0,1-0,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,3	(0,0-0,6)	0,4	(0,1-0,6)	1969
	Overgewicht	0,2	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,2)	619
	Obesitas	0,1	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,2)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,3	(0,0-0,6)	0,3	(0,0-0,6)	1290
	Hoger van het korte type	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	885
	Hoger van het lange type	0,2	(0,1-0,4)	0,2	(0,1-0,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,1	(0,0-0,1)	0,1	(0,0-0,1)	1766
	Wallonië	0,4	(0,0-0,8)	0,4	(0,0-0,9)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>0,2</b>	<b>(0,1-0,4)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	0,2	(0,1-0,2)	0,2	(0,1-0,2)	1867
	2014	0,3	(0,1-0,5)	0,3	(0,1-0,5)	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 13 | Gemiddelde bijdrage (%) van fruit, noten, zaden en olijven ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_04_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	7,2	(6,3-8,2)	7,3	(6,3-8,3)	1548
	Vrouwen	9,2	(8,2-10,2)	9,2	(8,3-10,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	11,8	(10,2-13,4)	11,8	(10,2-13,4)	454
	6 - 9	9,5	(8,2-10,8)	9,5	(8,2-10,8)	538
	10 - 13	5,6	(4,6-6,6)	5,6	(4,6-6,6)	449
	14 - 17	4,2	(3,4-5,1)	4,2	(3,4-5,1)	479
	18 - 39	7,8	(6,5-9,1)	7,7	(6,5-9,0)	619
	40 - 64	9,1	(7,9-10,3)	9,1	(7,9-10,3)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	8,7	(7,8-9,6)	8,9	(7,8-9,9)	1969
	Overgewicht	8,5	(7,1-10,0)	8,4	(7,0-9,7)	619
	Obesitas	6,5	(4,8-8,2)	6,2	(4,8-7,6)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	7,1	(6,1-8,2)	7,1	(6,1-8,2)	1290
	Hoger van het korte type	8,7	(7,5-9,9)	8,6	(7,4-9,8)	885
	Hoger van het lange type	9,3	(8,0-10,6)	9,3	(7,9-10,7)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	9,2	(8,3-10,2)	9,3	(8,3-10,2)	1766
	Wallonië	6,2	(5,3-7,1)	6,2	(5,2-7,1)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>8,2</b>	<b>(7,6-8,9)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	6,5	(5,8-7,2)	6,6	(5,9-7,3)	1867
	2014	8,6	(7,8-9,5)	8,7	(7,8-9,5)	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 14 | Gemiddelde bijdrage (%) van melkproducten en substituten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_05_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	6,8	(6,2-7,4)	6,7	(6,1-7,2)	1548
	Vrouwen	8,6	(7,8-9,4)	8,6	(7,8-9,3)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	14,8	(13,1-16,6)	14,8	(13,1-16,6)	454
	6 - 9	11,5	(10,2-12,8)	11,5	(10,2-12,8)	538
	10 - 13	8,8	(7,7-9,8)	8,8	(7,8-9,9)	449
	14 - 17	7,2	(6,3-8,0)	7,2	(6,3-8,0)	479
	18 - 39	6,9	(6,0-7,8)	6,9	(6,0-7,8)	619
	40 - 64	7,0	(6,1-7,8)	6,9	(6,1-7,7)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	8,0	(7,5-8,6)	7,4	(6,9-8,0)	1969
	Overgewicht	6,8	(5,9-7,6)	7,3	(6,4-8,3)	619
	Obesitas	8,1	(6,3-9,9)	8,7	(7,1-10,4)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	7,2	(6,4-8,0)	7,3	(6,5-8,1)	1290
	Hoger van het korte type	8,2	(7,2-9,1)	8,0	(7,1-8,9)	885
	Hoger van het lange type	8,0	(7,1-8,8)	7,7	(6,9-8,6)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	7,7	(7,1-8,3)	7,7	(7,1-8,2)	1766
	Wallonië	8,1	(7,1-9,0)	7,9	(7,0-8,9)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>7,7</b>	<b>(7,2-8,2)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	8,8	(8,1-9,5)	8,8	(8,0-9,6)	1867
	2014	7,3	(6,7-7,9)	7,3	(6,7-7,9)	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 15 | Gemiddelde bijdrage (%) van granen en graanproducten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_06_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	12,4	(11,4-13,3)	12,2	(11,2-13,1)	1548
	Vrouwen	11,7	(10,8-12,6)	11,7	(10,8-12,6)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	13,8	(12,1-15,5)	13,8	(12,1-15,5)	454
	6 - 9	16,0	(14,2-17,8)	16,0	(14,2-17,7)	538
	10 - 13	17,0	(14,9-19,1)	17,0	(15,0-19,1)	449
	14 - 17	15,9	(14,1-17,6)	15,8	(14,1-17,6)	479
	18 - 39	11,6	(10,4-12,8)	11,6	(10,4-12,8)	619
	40 - 64	10,2	(9,1-11,2)	10,2	(9,1-11,2)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	12,8	(11,9-13,7)	12,3	(11,1-13,5)	1969
	Overgewicht	10,9	(9,7-12,2)	11,6	(10,4-12,7)	619
	Obesitas	11,0	(9,4-12,6)	12,2	(10,6-13,9)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	12,3	(11,2-13,4)	12,4	(11,3-13,4)	1290
	Hoger van het korte type	11,0	(9,9-12,1)	10,8	(9,8-11,9)	885
	Hoger van het lange type	12,7	(11,4-13,9)	12,4	(11,0-13,7)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	12,1	(11,3-12,9)	12,1	(11,3-12,9)	1766
	Wallonië	12,2	(11,0-13,3)	11,9	(10,7-13,1)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>12,0</b>	<b>(11,4-12,7)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	11,1	(10,3-11,9)	10,2	(9,4-11,1)	1867
	2014	11,6	(10,8-12,4)	11,5	(10,7-12,3)	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 16 | Gemiddelde bijdrage (%) van vlees en vleesproducten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_07_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	27,9	(26,0-29,8)	28,1	(26,1-30,0)	1548
	Vrouwen	26,0	(24,1-27,8)	26,0	(24,1-27,9)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	21,6	(19,4-23,9)	21,6	(19,4-23,8)	454
	6 - 9	22,6	(20,5-24,7)	22,6	(20,4-24,7)	538
	10 - 13	27,2	(24,7-29,8)	27,2	(24,7-29,7)	449
	14 - 17	26,4	(23,7-29,1)	26,4	(23,7-29,1)	479
	18 - 39	26,2	(23,9-28,6)	26,3	(23,9-28,6)	619
	40 - 64	28,8	(26,4-31,2)	28,9	(26,4-31,3)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	26,1	(24,4-27,8)	26,6	(24,4-28,8)	1969
	Overgewicht	26,1	(23,3-28,8)	25,8	(23,4-28,2)	619
	Obesitas	32,3	(28,7-35,9)	31,1	(27,9-34,3)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	27,5	(25,6-29,5)	27,5	(25,5-29,4)	1290
	Hoger van het korte type	28,7	(26,1-31,4)	29,1	(26,4-31,8)	885
	Hoger van het lange type	24,2	(21,8-26,6)	24,7	(22,1-27,3)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	25,5	(23,8-27,1)	25,5	(23,8-27,1)	1766
	Wallonië	29,5	(27,4-31,6)	29,8	(27,6-32,0)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>26,9</b>	<b>(25,6-28,2)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	18,6	(17,5-19,7)	18,7	(17,6-19,9)	1867
	2014	28,7	(27,1-30,3)	28,7	(27,1-30,4)	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 17 | Gemiddelde bijdrage (%) van vis, schaal en schelpdieren ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_08_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,5	(3,6-5,5)	4,7	(3,7-5,7)	1548
	Vrouwen	4,2	(3,3-5,1)	4,2	(3,3-5,1)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	3,0	(1,9-4,1)	3,0	(1,9-4,1)	454
	6 - 9	2,6	(1,7-3,6)	2,6	(1,7-3,6)	538
	10 - 13	2,6	(1,6-3,6)	2,6	(1,6-3,6)	449
	14 - 17	3,2	(2,2-4,2)	3,2	(2,2-4,2)	479
	18 - 39	3,6	(2,7-4,5)	3,6	(2,7-4,5)	619
	40 - 64	5,9	(4,6-7,3)	6,0	(4,6-7,3)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	4,3	(3,5-5,1)	4,9	(3,8-6,0)	1969
	Overgewicht	5,6	(4,0-7,2)	5,0	(3,7-6,3)	619
	Obesitas	2,8	(1,8-3,9)	2,4	(1,6-3,2)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	4,0	(3,0-4,9)	4,0	(3,0-4,9)	1290
	Hoger van het korte type	4,2	(2,9-5,4)	4,2	(3,0-5,4)	885
	Hoger van het lange type	4,9	(3,8-6,0)	5,2	(4,0-6,5)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	4,4	(3,5-5,2)	4,4	(3,5-5,2)	1766
	Wallonië	3,4	(2,6-4,1)	3,4	(2,6-4,2)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>4,4</b>	<b>(3,7-5,0)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	3,0	(2,4-3,5)	3,0	(2,4-3,6)	1867
	2014	5,1	(4,3-5,9)	5,1	(4,3-5,9)	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 18 | Gemiddelde bijdrage (%) van eieren en afgeleiden ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_09_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	1,0	(0,8-1,3)	1,0	(0,8-1,3)	1548
	Vrouwen	0,9	(0,6-1,1)	0,9	(0,6-1,1)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	1,2	(0,6-1,9)	1,3	(0,6-1,9)	454
	6 - 9	0,7	(0,5-0,9)	0,7	(0,5-0,9)	538
	10 - 13	1,0	(0,6-1,3)	1,0	(0,6-1,3)	449
	14 - 17	1,1	(0,7-1,5)	1,1	(0,7-1,5)	479
	18 - 39	0,8	(0,5-1,0)	0,8	(0,5-1,0)	619
	40 - 64	1,1	(0,7-1,4)	1,1	(0,8-1,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,9	(0,7-1,1)	0,9	(0,6-1,1)	1969
	Overgewicht	1,0	(0,7-1,4)	0,9	(0,6-1,3)	619
	Obesitas	1,1	(0,6-1,7)	1,0	(0,6-1,4)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,0	(0,8-1,3)	1,0	(0,8-1,3)	1290
	Hoger van het korte type	0,7	(0,5-1,0)	0,8	(0,5-1,1)	885
	Hoger van het lange type	1,0	(0,7-1,3)	1,1	(0,7-1,5)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,8	(0,6-1,0)	0,8	(0,6-1,0)	1766
	Wallonië	1,1	(0,7-1,4)	1,1	(0,7-1,5)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>0,9</b>	<b>(0,8-1,1)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	1,2	(0,9-1,4)	1,2	(0,9-1,5)	1867
	2014	1,0	(0,8-1,2)	1,0	(0,8-1,2)	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 19 | Gemiddelde bijdrage (%) van vet en olie ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_10_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,1	(0,0-0,3)	0,1	(0,0-0,3)	1548
	Vrouwen	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	454
	6 - 9	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	538
	10 - 13	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	449
	14 - 17	0,3	(0,0-0,7)	0,3	(0,0-0,7)	479
	18 - 39	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	619
	40 - 64	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,2	(0,0-0,4)	0,3	(0,0-0,6)	1969
	Overgewicht	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	619
	Obesitas	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	1290
	Hoger van het korte type	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	885
	Hoger van het lange type	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1766
	Wallonië	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,5)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>0,1</b>	<b>(0,0-0,2)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	11,8	(10,6-12,9)	12,4	(11,1-13,7)	1867
	2014	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	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 20 | Gemiddelde bijdrage (%) van suiker en snoepwaren ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_11_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	1,8	(1,4-2,1)	1,7	(1,4-2,0)	1548
	Vrouwen	2,2	(1,7-2,8)	2,2	(1,7-2,8)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	3,6	(2,8-4,5)	3,6	(2,8-4,5)	454
	6 - 9	3,9	(3,1-4,7)	3,9	(3,1-4,8)	538
	10 - 13	3,0	(2,2-3,7)	3,0	(2,2-3,8)	449
	14 - 17	2,6	(1,9-3,4)	2,6	(1,9-3,4)	479
	18 - 39	2,0	(1,3-2,7)	2,0	(1,3-2,7)	619
	40 - 64	1,3	(0,8-1,8)	1,3	(0,8-1,7)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,3	(1,9-2,8)	2,0	(1,6-2,5)	1969
	Overgewicht	1,6	(1,0-2,3)	1,9	(1,3-2,5)	619
	Obesitas	1,0	(0,6-1,4)	1,5	(0,9-2,1)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,3	(1,7-2,9)	2,3	(1,7-2,9)	1290
	Hoger van het korte type	1,6	(1,3-1,9)	1,5	(1,2-1,8)	885
	Hoger van het lange type	1,9	(1,3-2,5)	1,9	(1,3-2,5)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	1,7	(1,3-2,1)	1,7	(1,3-2,0)	1766
	Wallonië	2,9	(2,1-3,6)	2,7	(2,0-3,5)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>2,0</b>	<b>(1,7-2,3)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	1,3	(1,1-1,5)	1,3	(1,1-1,5)	1867
	2014	1,7	(1,3-2,1)	1,7	(1,3-2,1)	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 cake en zoete koeken ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_12_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,4	(2,0-2,7)	2,3	(1,9-2,7)	1548
	Vrouwen	1,9	(1,7-2,2)	1,9	(1,7-2,2)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	2,4	(1,9-2,9)	2,4	(1,9-2,9)	454
	6 - 9	3,6	(2,7-4,4)	3,6	(2,7-4,4)	538
	10 - 13	3,7	(2,9-4,4)	3,7	(2,9-4,4)	449
	14 - 17	2,8	(2,3-3,3)	2,8	(2,3-3,3)	479
	18 - 39	2,1	(1,7-2,5)	2,1	(1,7-2,5)	619
	40 - 64	1,6	(1,2-2,0)	1,6	(1,2-2,0)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,4	(2,1-2,7)	2,1	(1,8-2,4)	1969
	Overgewicht	1,8	(1,3-2,3)	2,0	(1,5-2,4)	619
	Obesitas	1,4	(0,9-1,8)	1,4	(1,1-1,8)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	2,1	(1,7-2,5)	2,1	(1,8-2,5)	1290
	Hoger van het korte type	2,2	(1,7-2,6)	2,2	(1,7-2,6)	885
	Hoger van het lange type	2,2	(1,8-2,6)	2,2	(1,7-2,6)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	1,8	(1,6-2,0)	1,8	(1,6-2,0)	1766
	Wallonië	2,7	(2,2-3,2)	2,7	(2,1-3,2)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>2,1</b>	<b>(1,9-2,4)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	1,7	(1,5-2,0)	1,6	(1,3-1,9)	1867
	2014	2,0	(1,7-2,2)	2,0	(1,7-2,2)	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 voedings-supplementen. 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 niet-alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_13_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	6,7	(5,4-8,0)	6,6	(5,3-7,9)	1548
	Vrouwen	5,2	(4,5-5,9)	5,2	(4,5-5,9)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	7,5	(5,9-9,1)	7,5	(5,9-9,1)	454
	6 - 9	7,3	(5,6-8,9)	7,3	(5,6-8,9)	538
	10 - 13	6,9	(5,4-8,3)	6,9	(5,4-8,3)	449
	14 - 17	6,7	(5,1-8,4)	6,7	(5,1-8,4)	479
	18 - 39	6,9	(5,5-8,4)	7,0	(5,5-8,4)	619
	40 - 64	4,4	(3,3-5,5)	4,4	(3,3-5,6)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	6,2	(5,2-7,3)	6,0	(4,6-7,5)	1969
	Overgewicht	5,7	(4,5-6,9)	6,4	(5,2-7,7)	619
	Obesitas	5,7	(3,7-7,7)	6,5	(4,5-8,5)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	6,8	(5,5-8,1)	6,8	(5,5-8,2)	1290
	Hoger van het korte type	4,3	(3,5-5,1)	4,3	(3,4-5,1)	885
	Hoger van het lange type	6,3	(4,9-7,7)	6,0	(4,7-7,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	5,7	(4,8-6,7)	5,7	(4,8-6,6)	1766
	Wallonië	5,6	(4,4-6,8)	5,6	(4,4-6,8)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>5,9</b>	<b>(5,2-6,6)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	7,8	(7,0-8,6)	7,9	(7,0-8,8)	1867
	2014	5,9	(5,0-6,7)	5,9	(5,0-6,7)	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 23 | Gemiddelde bijdrage (%) van alcoholische dranken ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België**

PYR_14_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,4	(3,4-5,3)	4,5	(3,5-5,5)	1548
	Vrouwen	1,4	(1,0-1,8)	1,4	(1,0-1,8)	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	(0,0-0,0)	0,0	(0,0-0,0)	449
	14 - 17	1,1	(0,5-1,6)	1,1	(0,5-1,6)	479
	18 - 39	3,4	(2,5-4,3)	3,4	(2,5-4,3)	619
	40 - 64	3,8	(2,8-4,8)	4,0	(2,9-5,0)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,7	(2,0-3,3)	3,3	(2,5-4,2)	1969
	Overgewicht	4,0	(2,6-5,4)	3,3	(2,3-4,4)	619
	Obesitas	1,8	(1,2-2,5)	1,3	(0,9-1,8)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	3,0	(2,0-4,1)	3,0	(2,0-4,0)	1290
	Hoger van het korte type	2,4	(1,7-3,1)	2,5	(1,8-3,2)	885
	Hoger van het lange type	3,1	(2,2-4,0)	3,4	(2,5-4,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	3,4	(2,6-4,2)	3,5	(2,7-4,3)	1766
	Wallonië	1,9	(1,4-2,4)	2,1	(1,6-2,7)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>2,8</b>	<b>(2,3-3,4)</b>			<b>3145</b>
JAAR****	2004	1,5	(1,2-1,8)	1,6	(1,3-1,9)	1867
	2014	3,6	(2,9-4,2)	3,7	(3,0-4,3)	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 24 | Gemiddelde bijdrage (%) van kruidenrij, sauzen en specerijen ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014**

PYR_15_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,8	(0,6-1,0)	0,8	(0,6-1,0)	1548
	Vrouwen	0,9	(0,6-1,1)	0,9	(0,6-1,1)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	0,5	(0,3-0,7)	0,5	(0,3-0,8)	454
	6 - 9	0,9	(0,6-1,2)	0,9	(0,6-1,2)	538
	10 - 13	0,9	(0,5-1,3)	0,9	(0,5-1,3)	449
	14 - 17	1,0	(0,7-1,3)	1,0	(0,7-1,3)	479
	18 - 39	1,0	(0,7-1,4)	1,0	(0,7-1,4)	619
	40 - 64	0,7	(0,5-0,9)	0,7	(0,5-0,9)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,8	(0,6-0,9)	0,8	(0,6-0,9)	1969
	Overgewicht	0,6	(0,4-0,8)	0,6	(0,5-0,8)	619
	Obesitas	1,5	(0,7-2,3)	1,6	(0,8-2,3)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,9	(0,6-1,2)	0,9	(0,6-1,2)	1290
	Hoger van het korte type	0,7	(0,5-1,0)	0,7	(0,5-1,0)	885
	Hoger van het lange type	0,9	(0,7-1,1)	0,8	(0,6-1,1)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,8	(0,7-1,0)	0,8	(0,7-1,0)	1766
	Wallonië	0,9	(0,6-1,3)	1,0	(0,6-1,3)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>0,9</b>	<b>(0,7-1,0)</b>			<b>3145</b>

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 bouillon ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014**

PYR_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
<b>TOTAAL</b>		<b>0,0</b>	<b>(0,0-0,0)</b>			<b>3145</b>

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

\* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedings-supplementen. 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 diverse producten ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014**

PYR_17_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	0,1	(0,0-0,2)	0,1	(0,0-0,2)	1548
	Vrouwen	0,3	(0,1-0,5)	0,3	(0,1-0,5)	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	0,4	(0,0-0,9)	0,4	(0,0-0,9)	479
	18 - 39	0,3	(0,1-0,5)	0,3	(0,1-0,5)	619
	40 - 64	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,4)	1969
	Overgewicht	0,2	(0,0-0,4)	0,2	(0,0-0,5)	619
	Obesitas	0,4	(0,0-0,7)	0,3	(0,0-0,6)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,3)	1290
	Hoger van het korte type	0,2	(0,0-0,5)	0,2	(0,0-0,5)	885
	Hoger van het lange type	0,3	(0,0-0,5)	0,3	(0,0-0,6)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	0,3	(0,1-0,4)	0,3	(0,1-0,4)	1766
	Wallonië	0,2	(0,0-0,3)	0,2	(0,0-0,4)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>0,2</b>	<b>(0,1-0,3)</b>			<b>3145</b>

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

\* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedings-supplementen. 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 27 | Gemiddelde bijdrage (%) van hartige snacks ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014**

PYR_01_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,2	(1,7-2,8)	2,1	(1,6-2,7)	1548
	Vrouwen	1,7	(1,2-2,1)	1,6	(1,2-2,0)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	1,3	(0,6-1,9)	1,3	(0,6-2,0)	454
	6 - 9	2,4	(1,5-3,3)	2,4	(1,5-3,3)	538
	10 - 13	2,8	(2,0-3,6)	2,8	(2,0-3,6)	449
	14 - 17	4,3	(2,8-5,8)	4,3	(2,8-5,8)	479
	18 - 39	2,9	(2,1-3,7)	2,9	(2,1-3,7)	619
	40 - 64	0,6	(0,3-0,9)	0,6	(0,3-0,9)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	2,2	(1,8-2,7)	1,8	(1,4-2,2)	1969
	Overgewicht	1,5	(0,9-2,1)	1,6	(1,0-2,3)	619
	Obesitas	1,2	(0,4-2,0)	1,4	(0,6-2,3)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	1,8	(1,3-2,3)	1,8	(1,3-2,3)	1290
	Hoger van het korte type	2,6	(1,8-3,5)	2,7	(1,8-3,6)	885
	Hoger van het lange type	1,4	(1,0-1,7)	1,2	(0,9-1,6)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	2,3	(1,8-2,8)	2,3	(1,8-2,7)	1766
	Wallonië	1,7	(1,2-2,3)	1,6	(1,1-2,1)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>1,9</b>	<b>(1,6-2,3)</b>			<b>3145</b>

Bron: Nationale Voedselconsumptiepeiling 2014-2015, België.

\* De gemiddelde procentuele bijdragen ten opzichte van de totale inname door de 18 Epic-Soft voedselgroepen en de voedings-supplementen. 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 28 | Gemiddelde bijdrage (%) van voedingssupplementen ten opzichte van de totale vitamine B6 inname, België, 2014**

PYR_20_pcs*		Gemiddelde (ruw)	95% BI (ruw)	Gemiddelde (corr**)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,4	(1,5-3,2)	2,4	(1,5-3,3)	1548
	Vrouwen	5,3	(4,0-6,7)	5,4	(4,0-6,8)	1597
LEEFTIJDGROEP	3 - 5	3,5	(2,1-4,9)	3,5	(2,1-4,9)	454
	6 - 9	2,2	(1,0-3,4)	2,2	(1,0-3,4)	538
	10 - 13	1,5	(0,7-2,4)	1,5	(0,7-2,3)	449
	14 - 17	2,6	(1,3-3,8)	2,6	(1,3-3,8)	479
	18 - 39	4,3	(2,8-5,8)	4,3	(2,8-5,7)	619
	40 - 64	4,4	(2,9-5,9)	4,3	(2,8-5,8)	606
BODY MASS INDEX	Normaal	3,3	(2,3-4,3)	3,4	(2,2-4,5)	1969
	Overgewicht	4,7	(2,8-6,5)	4,4	(2,8-6,0)	619
	Obesitas	3,6	(1,6-5,6)	3,5	(1,7-5,4)	310
OPLEIDINGSNIVEAU	Geen diploma, lager of secundair	3,0	(1,9-4,1)	3,0	(1,9-4,1)	1290
	Hoger van het korte type	4,4	(2,7-6,1)	4,5	(2,8-6,3)	885
	Hoger van het lange type	4,8	(3,1-6,6)	4,7	(3,0-6,4)	915
VERBLIJFPLAATS***	Vlaanderen	3,8	(2,8-4,9)	3,8	(2,8-4,9)	1766
	Wallonië	3,3	(2,2-4,4)	3,4	(2,2-4,5)	1126
<b>TOTAAL</b>		<b>3,9</b>	<b>(3,1-4,7)</b>			<b>3145</b>

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.

## 6. REFERENTIES

- (1) Literature search and review related to specific preparatory work in the establishment of Dietary Reference Values for Niacin, Biotin and Vitamin B6. Supporting Publications 2012: EN-365 , -474. 2012. Pallas health research and consultancy.
- (2) Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België - Partim I: vitamines en sporenelementen. Brussel: HGR; 2015. Report No.: Advies nr. 9164 & 9174.
- (3) Hoge Gezondheidsraad. Voedingsaanbevelingen voor België. Herziening 2009, nr. 8309. Brussel: Hoge Gezondheidsraad; 2009.
- (4) EFSA - European Food Safety Agency. Tolerable upper intake levels for vitamins and minerals. 2006.
- (5) Carriquiry AL. Assessing the prevalence of nutrient inadequacy. Public health nutrition 1999;2(01):23-34.
- (6) Beaton GH. Criteria of an adequate diet. Modern nutrition in health and disease 1994;2:1491-506.
- (7) Scientific Opinion in Dietary Reference Values for vitamin B6. EFSA Journal 2016 2016.
- (8) 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.
- (9) 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.
- (10) National Institute for Public Health and the Environment. Dutch National Food consumption Survey 2007-2010. 2011.
- (11) Public Health England, Food Standards Agency. National Diet and Nutrition Survey. Results from Years 1, 2, 3 and 4 (combined) of the Rolling Programme (2008/2009 – 2011/2012). London; 2014. Report No.: 2014051.
- (12) Sette S, Le Donne C, Piccinelli R, Arcella D, Turrini A, Leclercq C, et al. The third Italian national food consumption survey, INRAN-SCAI 2005GÇô06GÇôpart 1: nutrient intakes in Italy. Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases 2011;21(12):922-32.
- (13) Agence française de sécurité sanitaire des aliments. Étude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires 2 (INCA 2) (2006-2007). Rapport. 2009.
- (14) Pallas health research and consultancy. Literature search and review related to specific preparatory work in the establishment of Dietary Reference Values for Niacin, Biotin and Vitamin B6. Supporting Publications 2012: EN-365 2012;474.