

# Voedingssupplementen Consumentenonderzoek NPN

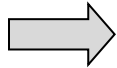
## Management summary

**Schuttelaar & Partners**  
**2009134-01.ppt**  
**22 december 2009**

**Marieke Gaus**

# Context en doel van het onderzoek

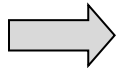
Doel onderzoek



Het onderzoek wordt uitgevoerd voor Schuttelaar & Partners in opdracht van Natuur- & gezondheidsProducten Nederland (NPN). Doel van het onderzoek is vast te stellen wat de Nederlandse bevolking vindt van voedingssupplementen. Onderwerpen die aan bod komen zijn:

- Wat zijn voedingssupplementen en welke supplementen zijn bekend?
- Wie hebben baat bij voedingssupplementen?
- Het gebruik van voedingssupplementen.
- Veiligheid en werking van voedingssupplementen.
- Informatie over voedingssupplementen.

Doelgroep



De doelgroep van het onderzoek zijn Nederlandse consumenten van 18 jaar en ouder. In het onderzoek wordt niet alleen gekeken naar de Nederlandse bevolking, maar ook naar de groep vrouwen tussen de 25 en 45 jaar, samenwonend of getrouwd met kind(eren). Resultaten van deze doelgroep worden in het rapport met een apart symbool weergegeven. Ook significante verschillen tussen mannen en vrouwen worden weergegeven in het rapport.

Methode



Kwantitatief online onderzoek. De steekproef van het onderzoek is getrokken uit het consumentenpanel van DirectResearch.nl. Het EUpanel bestaat uit ruim 25.000 leden en de getrokken steekproef is representatief voor de Nederlandse bevolking.

Periode



4 december tot en met 15 december 2009

Respons



Het onderzoek behaalde een respons van 38%

Bruto uitnodigingen verstuurd	2.850
Afgeronde vragenlijsten	1.006
Vrouwen tussen 25-45 jaar, samenwonend of getrouwd met kind(eren)	98

Aan de hand van de resultaten van het onderzoek naar voedingssupplementen kunnen de volgende conclusies getrokken worden:

	Nederlandse bevolking	Mannen versus Vrouwen	Vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, met partner en kind(eren)
Kennis	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nederlanders hebben aardige kennis van voedingssupplementen. Slechts 2% geeft aan niet te weten wat het is. Ruim een derde geeft aan dat het aanvullend is op de dagelijkse voeding.</li> <li>Vitamines zijn de bekendste supplementen (64%).</li> </ul>		
Belang voedingssupplementen	De helft van Nederlanders vindt het belangrijk dat er voedingssupplementen zijn.	Vrouwen vinden het belangrijker dat er voedingssupplementen zijn dan mannen.	Deze groep vindt het in vergelijking met de Nederlandse bevolking ook belangrijker dat er voedingssupplementen zijn.
Nut voedingsmiddelen	Ruim driekwart van de Nederlanders vindt voedingssupplementen nuttig voor bepaalde groepen. Zeker als het gaat om mensen die niet alle voedingsmiddelen binnen krijgen.	Vrouwen zijn vaker van mening dat voedingssupplementen nuttig zijn voor bepaalde mensen dan mannen (86% tov 78%).	Ook deze groep vindt dat voedingssupplementen nuttiger zijn voor bepaalde mensen dan de gemiddelde Nederlander (94%).
Voedingssupplementen horen bij gezonde levensstijl	Nederlanders zijn niet van mening dat voedingssupplementen bij een gezonde levensstijl horen en supplementen zijn geen goede vervangers van groente en fruit.	Vrouwen vinden eerder dat voedingssupplementen horen bij een gezonde levensstijl dan mannen (26% ten opzichte van 18%).	
Voedingssupplementen voor specifieke gebruikers	Mensen die eenzijdig eten hebben volgens de Nederlandse bevolking het meest baat bij voedingssupplementen, net als mensen met een lage weerstand.		Deze groep vrouwen is ook van mening dat jonge kinderen en zwangere vrouwen veel baat hebben bij voedingssupplementen.
Gebruik	<ul style="list-style-type: none"> <li>De helft van de Nederlanders gebruikt voedingssupplementen.</li> <li>Een kwart gebruikt ze zelfs dagelijks.</li> <li>Het bevorderen van de algemene gezondheid en verbeteren van de weerstand zijn de belangrijkste redenen om voedingssupplementen te gebruiken.</li> <li>Multivitamines (mineralen) en Vitamine C worden het meeste gebruikt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vrouwen gebruiken ze vaker dan mannen. Van de vrouwen gebruikt een derde ze nooit, van de mannen is dit ruim de helft.</li> <li>Mannen gebruiken ze voornamelijk als ze niet alle voedingsmiddelen binnen krijgen.</li> <li>Vrouwen gebruiken ze meer voor bepaalde doelen zoals sterkere botten, betere stoelgang enz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ook deze groep gebruikt vaker dan de gemiddelde Nederlander voedingssupplementen, 26% van deze groep gebruikt het nooit.</li> <li>Vitamine C wordt door deze groep minder vaak gebruikt. Zij gebruiken meer multivitamines en B vitamines.</li> </ul>

	Nederlandse bevolking	Mannen versus Vrouwen	Vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, met partner en kind(eren)
Veiligheid supplementen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nederlanders vinden voedingssupplementen die gekocht worden in de winkel veiliger (49%) dan supplementen die via internet (10%) gekocht worden.</li> <li>Ook zijn Nederlanders nauwelijks bang (18%) dat ze te veel vitamines binnen krijgen met vitaminepillen.</li> </ul>	Vrouwen zijn minder bang te veel vitamines binnen te krijgen door vitaminepillen dan mannen. 50% van de vrouwen is hier niet bang voor ten opzichte van 42% van de mannen.	Deze groep is ook minder vaak van mening dat je met vitaminepillen snel te veel binnen krijgt. 64% is niet van mening dat je te veel binnen kunt krijgen met vitaminepillen.
Werking aangetoond	<ul style="list-style-type: none"> <li>Over de werking van voedingssupplementen zijn de meningen verdeeld. Een vijfde vindt dat de werking is aangetoond en een derde vindt dat dit alleen bij bepaalde supplementen is aangetoond. Nog eens een vijfde vindt dat de werking helemaal niet is aangetoond.</li> <li>De Nederlanders vinden dat de werking van vitamine C, ijzer, foliumzuur, visolie en Vitamine D is aangetoond.</li> <li>Van afslankmiddelen is de werking juist niet aangetoond.</li> </ul>	Vrouwen vinden vaker dat de werking van voedingssupplementen is bewezen dan mannen (21% ten opzichte van 17%).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deze groep vrouwen gelooft ook net iets vaker dat de werking van voedingssupplementen is aangetoond.</li> <li>De groep vrouwen in deze groep gelooft vaker dat de werking van ijzer en foliumzuur is aangetoond dan de gemiddelde Nederlander.</li> </ul>
Informatiebehoefte voedingssupplementen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ruim de helft van de Nederlandse bevolking wil meer weten over voedingssupplementen, met name over de werking, het nut en de veiligheid van voedingssupplementen.</li> <li>Informatie over voedingssupplementen verkrijgen Nederlanders het liefst via een betrouwbare website. Ook persoonlijk advies van een huisarts is een goede manier om antwoord te krijgen op vragen.</li> </ul>	Mannen gaan iets vaker zelf op zoek naar informatie over voedingssupplementen dan vrouwen (25% tov 19%).	

# Resultaten

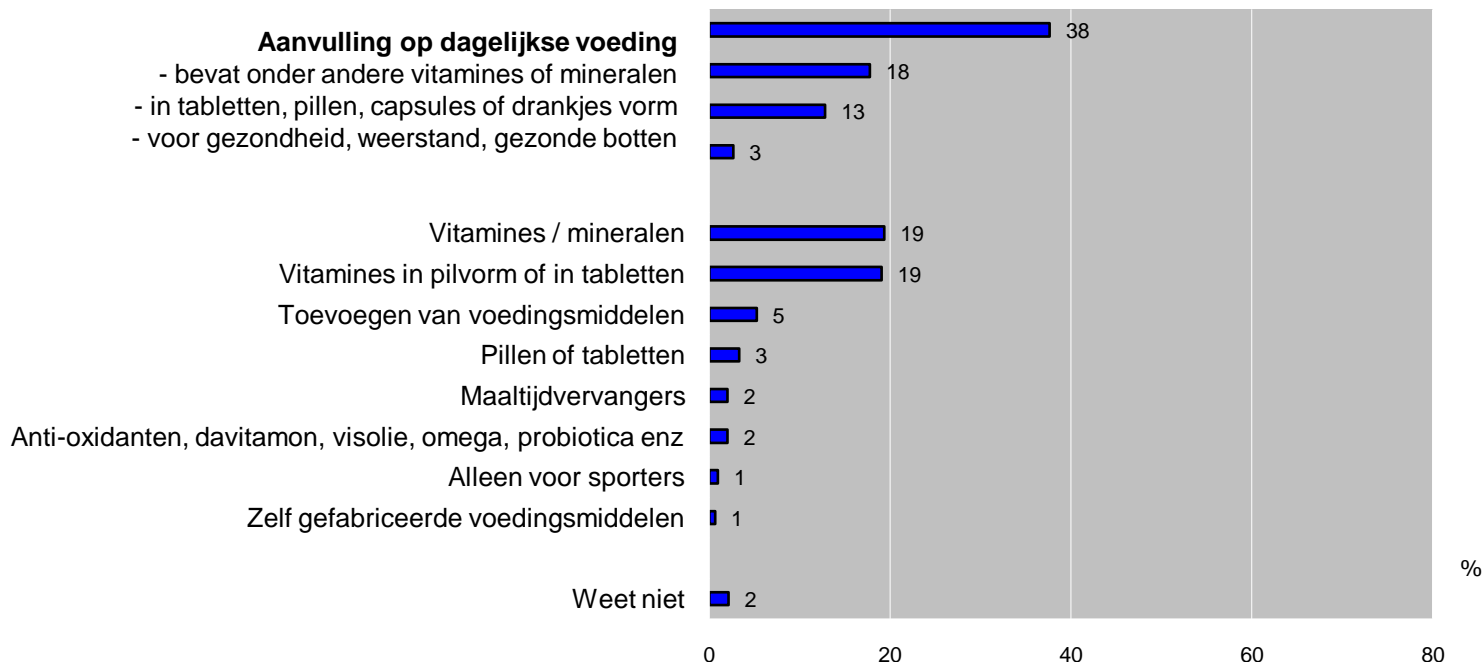
## Belangrijkste resultaten

De meeste Nederlanders hebben wel enige kennis van voedingssupplementen. Slechts 2% geeft aan dat ze echt niet weten wat voedingssupplementen zijn.

Ruim een derde van de Nederlandse bevolking geeft aan dat voedingssupplementen aanvullend zijn op de dagelijkse voeding. Hierbij wordt door een aantal ook nog bij vermeld dat het met name vitamines en mineralen zijn die worden toegevoegd (18% van de totale doelgroep), dat het vaak tabletten of pillen zijn (13% van de totale doelgroep) en dat het iets extra's voor je doet (3% van de totale doelgroep).

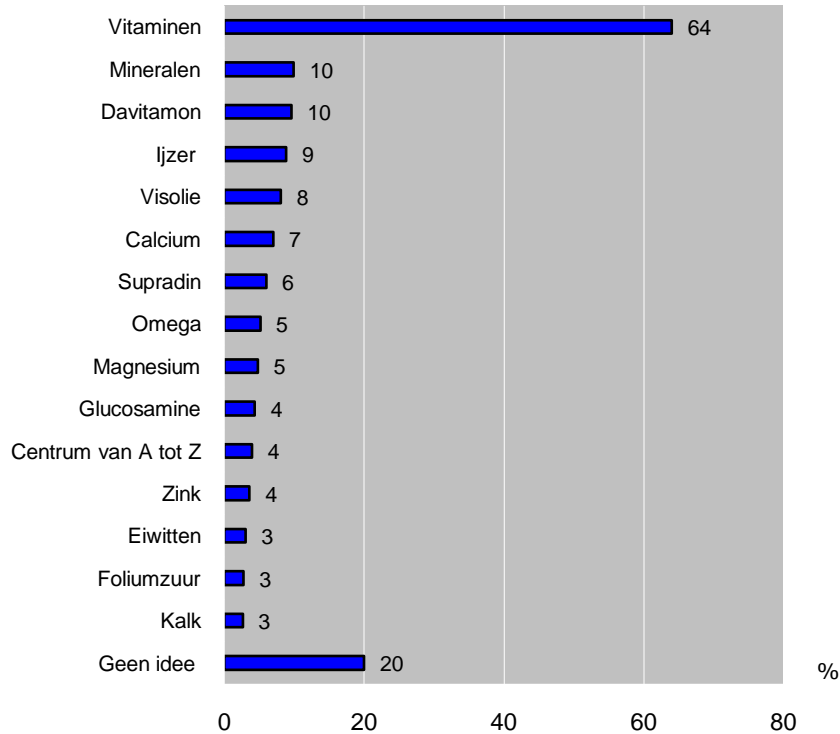
De overige Nederlanders geven niet een exacte omschrijving, maar noemen wel enkele kenmerken van voedingssupplementen zoals vitamines, pillen, maaltijdvervangers of zij noemen enkele supplementen zoals davitamon, visolie enz.

Wat verstaat u onder voedingssupplementen? (spontaan)



# Kennis voedingssupplementen

Welke voedingssupplementen kent u? (spontane bekendheid)

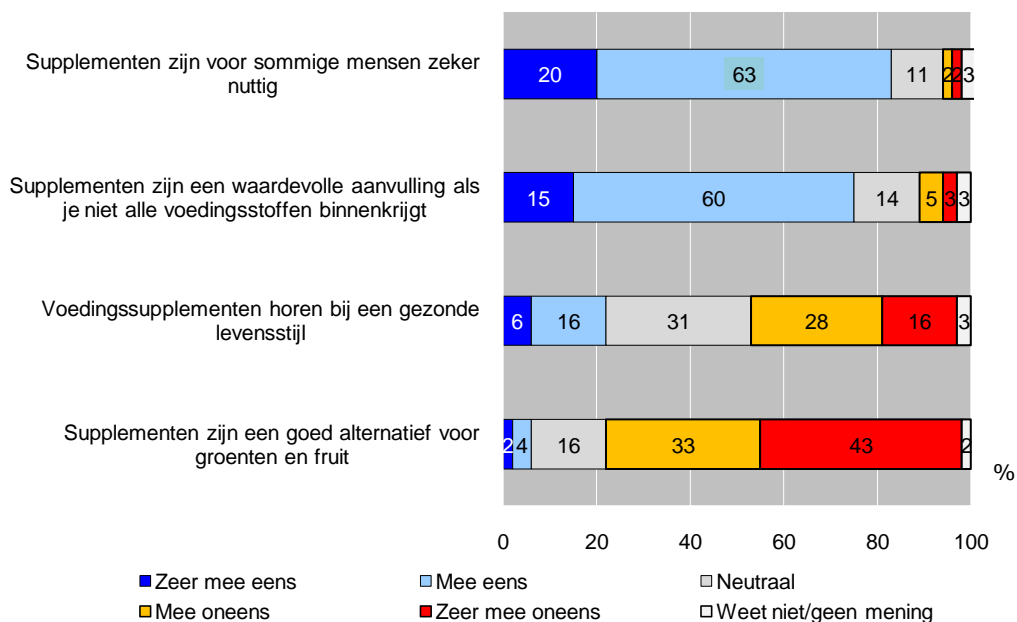
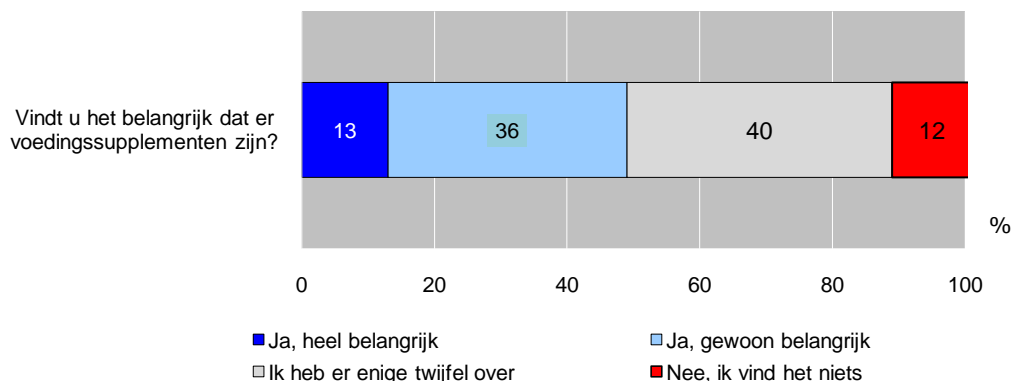


Belangrijkste resultaten

Vitamines zijn de bekendste voedingssupplementen onder Nederlandse consumenten. Een ruime meerderheid noemt een breed scala aan vitamines (A, B, C, D en E) als hun gevraagd wordt om voedingssupplementen te noemen.

Andere voedingssupplementen worden door de respondenten veel minder genoemd. Een vijfde kan helemaal geen supplement noemen.

# Belang voedingssupplementen



## Belangrijkste resultaten

De helft van de Nederlanders vindt het belangrijk dat er voedingssupplementen zijn. Daarnaast is er een redelijke groep die twijfels heeft over het belang van voedingssupplementen (40%). En 12% vindt het ronduit niets.

*Vrouwen vinden het belangrijker dat er voedings-supplementen zijn dan mannen (56% tov 41%). Dit geldt ook voor vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/getrouwd met kinderen (58%).*



Nederlanders zijn het er mee eens dat supplementen voor sommige mensen best nuttig kunnen zijn. Daarnaast vinden Nederlanders ook dat supplementen een waardevolle toevoeging zijn als je niet alle voedingsstoffen binnenkrijgt.

De Nederlandse bevolking is het er echter niet mee eens dat voedingssupplementen een goede vervanging zijn voor groenten en fruit. Ook horen supplementen volgens veel Nederlanders niet standaard bij een gezonde levensstijl.

*Vrouwen zijn vaker dan mannen van mening dat supplementen nuttig zijn voor sommige mensen (86% tov 78%) en dat voedingssupplementen bij een gezonde levensstijl horen (26% tov 18%).*



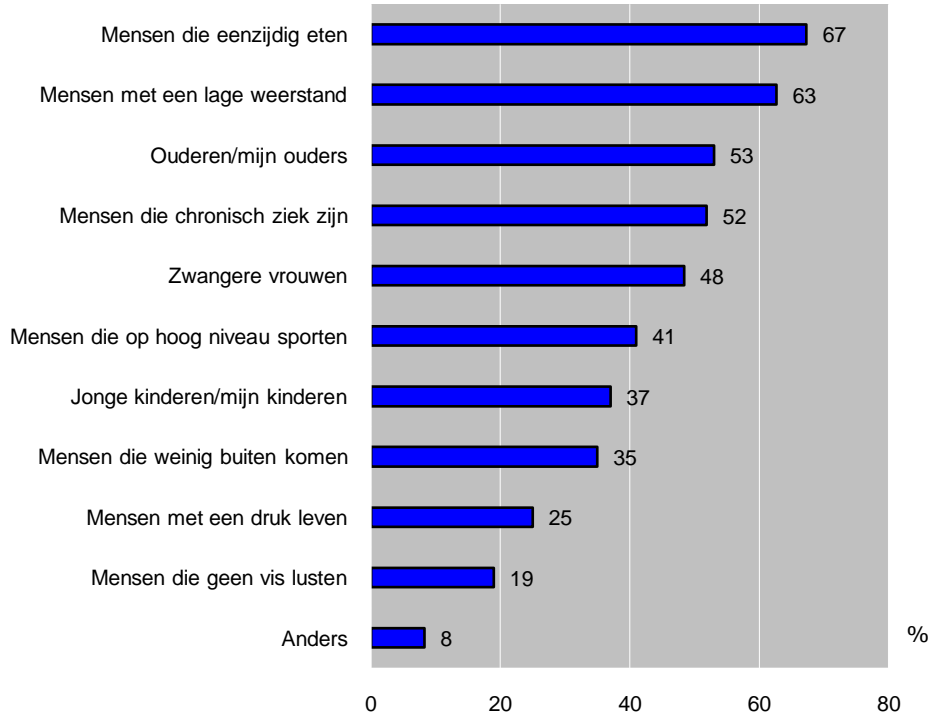
*Ook vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/ getrouwd met kinderen vinden vaker dat supplementen voor sommige mensen nuttig zijn (94%).*





## Baat hebben bij voedingssupplementen

Wie denkt u dat er baat hebben bij supplementen?



### Belangrijkste resultaten

Mensen die eenzijdig eten (bijvoorbeeld vegetariërs of mensen die weinig groenten en fruit eten) hebben volgens de Nederlandse bevolking het meest baat bij voedingssupplementen, net als mensen met een lage weerstand.

Voedingssupplementen kunnen in mindere mate ook uitkomst bieden aan ouderen of mensen met een chronische ziekte of zwangere vrouwen.

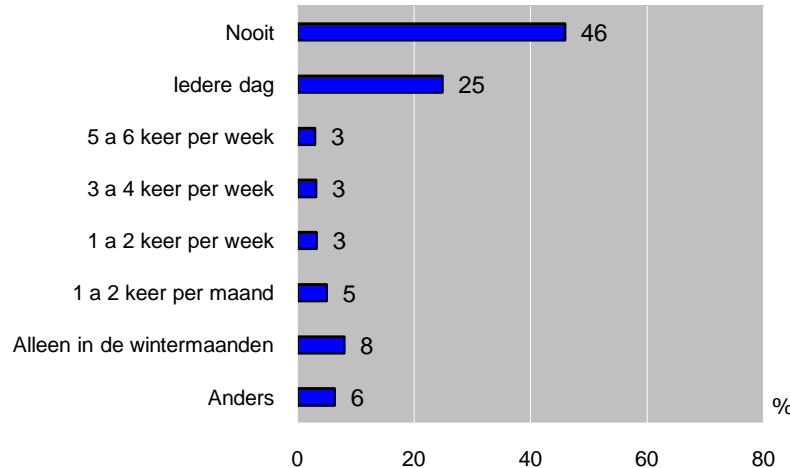
De overige doelgroepen hebben volgens de Nederlandse bevolking minder baat bij voedingssupplementen.

*Vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/ getrouwd met kinderen vinden ook dat mensen die eenzijdig eten en mensen met een lage weerstand het meeste baat hebben bij voedingssupplementen. Zij voegen hier nog wel twee groepen aan toe, te weten zwangere vrouwen (68%) en jonge kinderen (68%). Onder de Nederlandse bevolking worden deze doelgroepen aanzienlijk minder genoemd.*

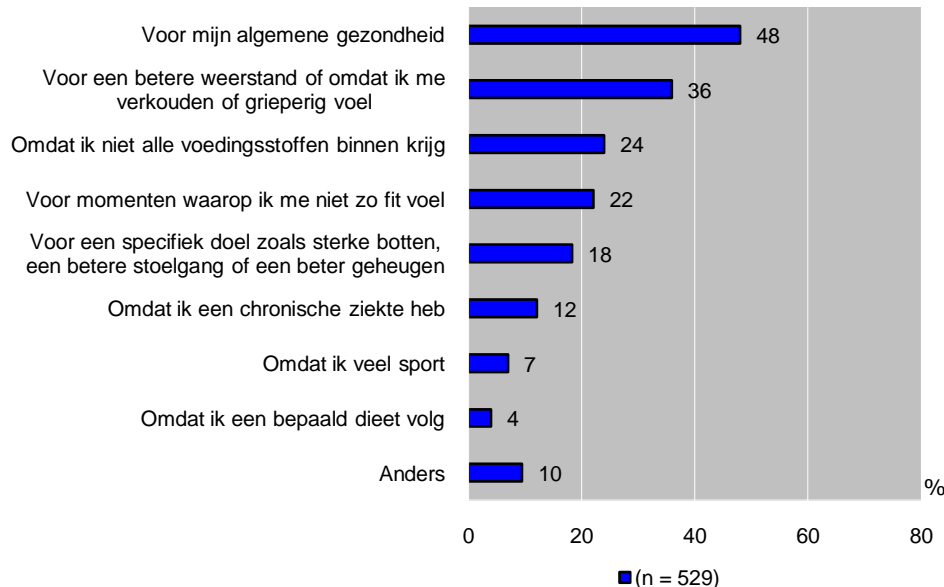


# Gebruik voedingssupplementen

Gebruikt u zelf supplementen?



Wat is voor u een reden om voedingssupplementen te gebruiken?



## Belangrijkste resultaten

Bijna de helft van de Nederlanders gebruikt naast hun gewone voeding voedingssupplementen. Een kwart gebruikt het zelfs iedere dag.

*Vrouwen gebruiken vaker voedingssupplementen dan mannen. Van de vrouwen gebruikt 33% zelfs dagelijks voedingssupplementen ten opzichte van 17% van de mannen. Van de mannen gebruikt 56% nooit voedingssupplementen ten opzichte van 37% van de vrouwen.*

*Dit geldt ook voor vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/getrouwd met kinderen. Van hen gebruikt 37% nooit voedingssupplementen en 26% gebruikt het dagelijks.*



De algemene gezondheid bevorderen is de belangrijkste reden om voedingssupplementen te gebruiken. Voor een betere weerstand of bij een griepig of verkouden gevoel worden ook regelmatig supplementen gebruikt.

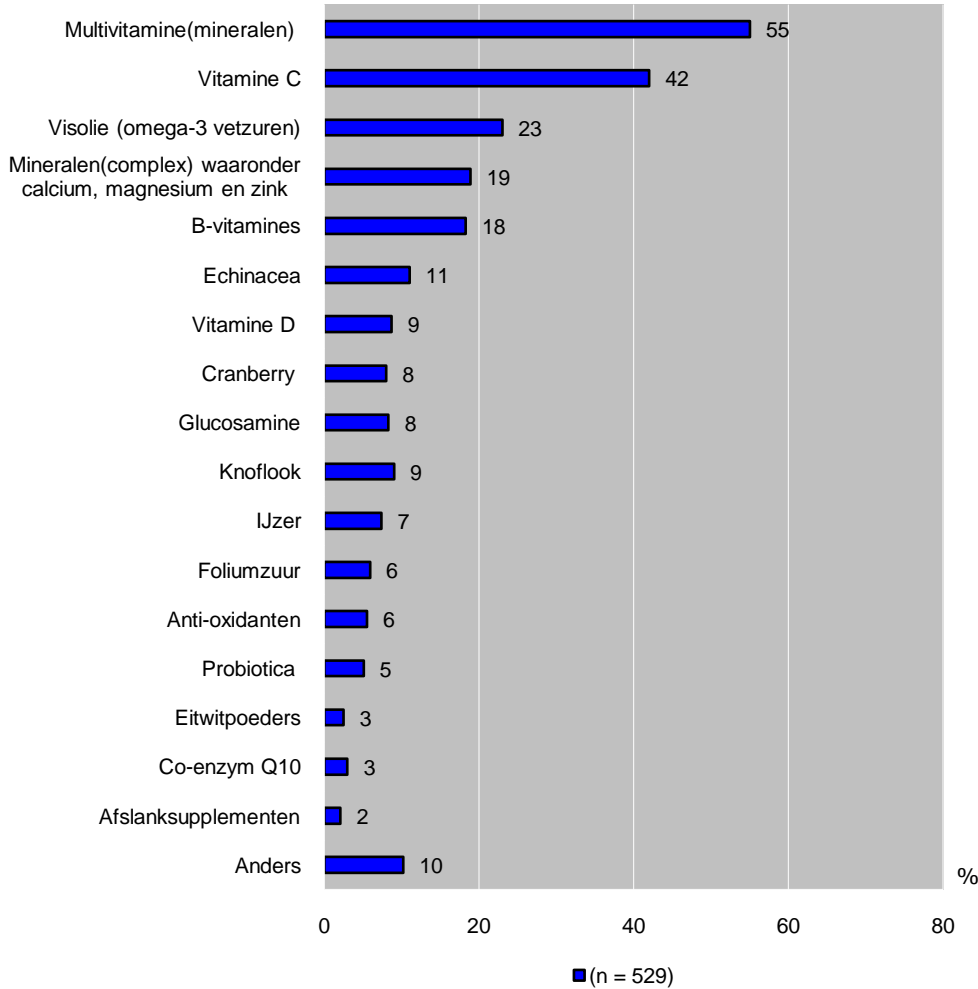
Het volgen van een dieet, veel sporten of een chronische ziekte vormen nauwelijks redenen om voedingssupplementen te gebruiken.

*De redenen om voedingssupplementen te gebruiken verschillen wel tussen mannen en vrouwen. Naast het gebruik om de algemene gezondheid en de weerstand te bevorderen, gebruiken vrouwen ze vaker voor specifieke doelen zoals sterke botten, betere stoelgang of een beter geheugen (14% tov 5%). Mannen gebruiken supplementen weer vaker omdat ze niet alle voedingsmiddelen binnen krijgen (18% tov 10%).*



## Gebruik voedingssupplementen (2)

Welke supplementen gebruikt u regelmatig?



### Belangrijkste resultaten

Multivitamine en mineralen worden het meeste gebruikt. Ruim de helft van de gebruikers neemt dit in. Daarnaast wordt Vitamine C ook regelmatig ingenomen.

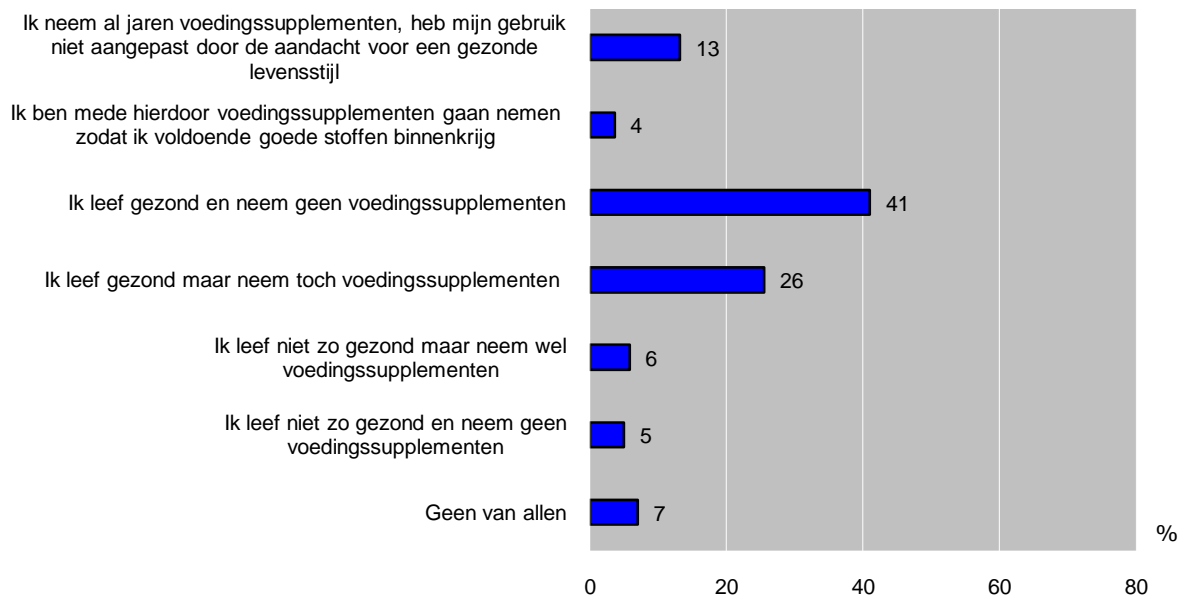
De overige supplementen worden veel minder gebruikt.

*Opvallend is dat vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/getrouwd met kinderen minder vitamine C innemen (27%). Zij gebruiken weer iets vaker multivitamine (61%) en B-vitamines (24%).*



# Invloed van aandacht voor gezonde levensstijl

De afgelopen jaren is er veel aandacht voor een gezonde levensstijl en goede voeding.  
Met welke stelling bent u het eens?



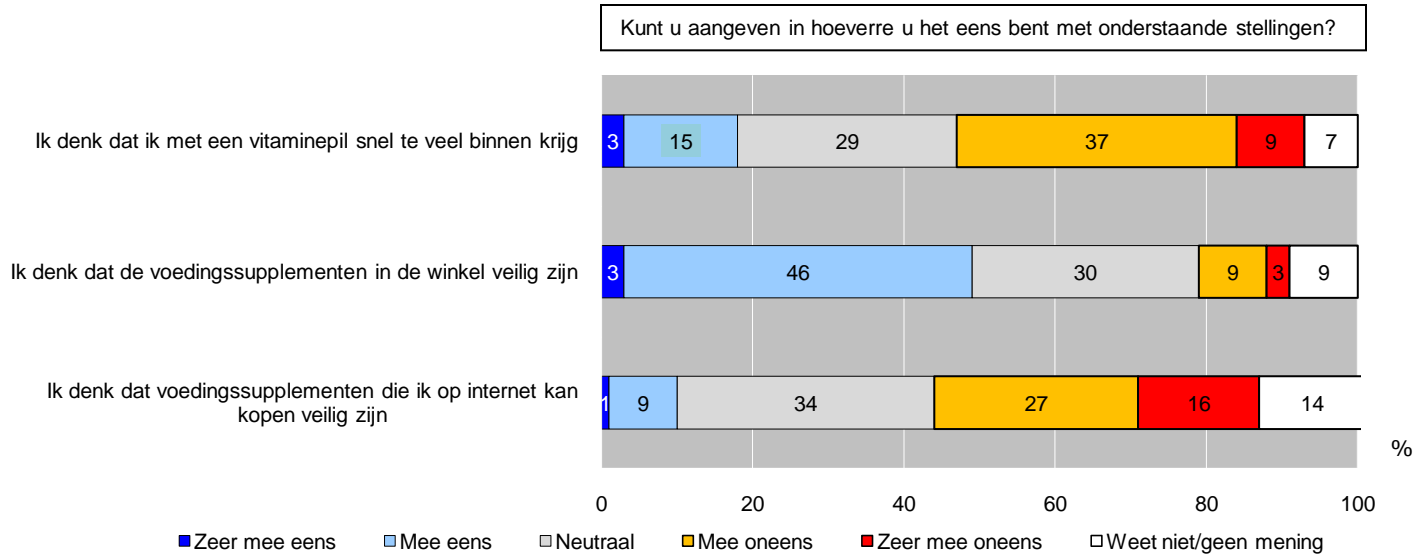
## Belangrijkste resultaten

De aandacht voor een gezonde levensstijl en goede voeding heeft niet veel invloed op het gebruik van voedingssupplementen. Van de gebruikers van voedingssupplementen geeft 13% aan dat zij door de aandacht hun gebruik niet hebben aangepast. Slechts een zeer kleine groep is hierdoor juist wel supplementen gaan gebruiken (4%).

Ongeveer een kwart van de Nederlanders geeft aan voedingssupplementen te gebruiken ook al leven zij al gezond. En 41% van de Nederlanders vindt dat zij gezond leeft en gebruikt geen supplementen.

De groep die vindt dat zij ongezond leven is vrij klein (11%). Een minder gezonde levensstijl worden echter nauwelijks aangevuld met het gebruik van voedingssupplementen.

# Veiligheid voedingssupplementen



## Belangrijkste resultaten

Nederlanders denken niet snel dat ze met vitaminepillen te veel binnen zullen krijgen. Bijna de helft van de Nederlanders staat hier niet bij stil.



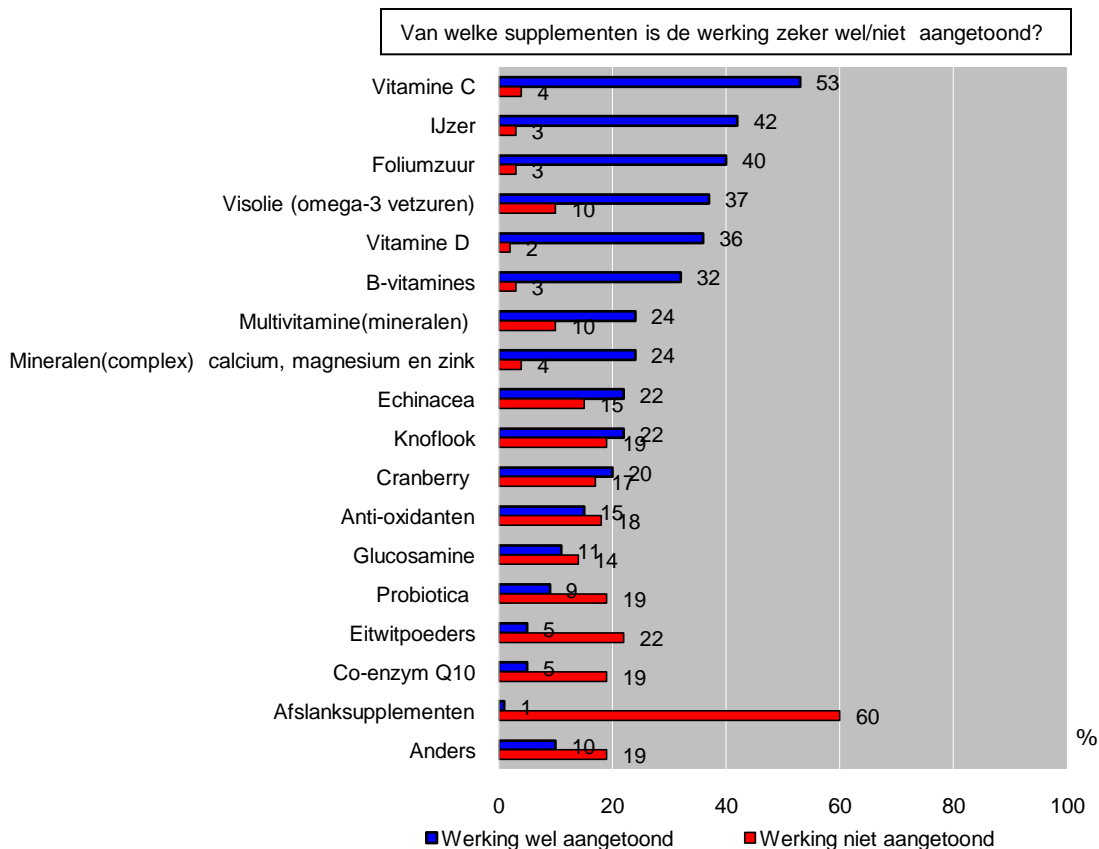
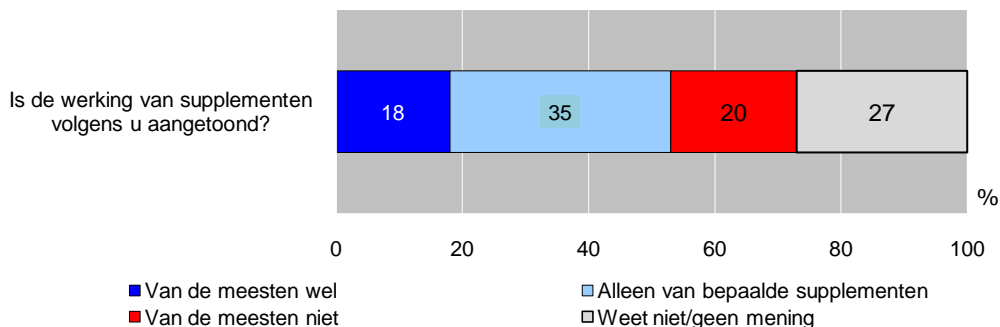
*Vrouwen denken minder snel dat ze met een vitaminepil te veel binnen krijgen. De helft van de vrouwen denkt niet dat je teveel binnenkrijgt ten opzichte van 42% van de mannen.*



*Ook vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/getrouwd met kinderen zijn hier minder bang voor. Van hen is 64% het er niet mee eens dat je te veel binnenkrijgt met een vitaminepil.*

Voedingssupplementen die in de winkel gekocht worden, zijn volgens de Nederlandse consumenten veiliger dan supplementen die via het internet gekocht worden. Bijna de helft vindt namelijk dat voedingssupplementen uit de winkel veilig zijn, ten opzichte van slechts 10% van de respondenten die vinden dat supplementen die via internet verkregen zijn, zonder gevaar gebruikt kunnen worden.

# Werking voedingssupplementen



## Belangrijkste resultaten

De meningen over de werking van voedingssupplementen zijn verdeeld. Bijna een vijfde van de Nederlanders vindt dat de werking van supplementen is aangetoond en een derde vindt echter dat alleen bij bepaalde supplementen het nut is vastgesteld.

Een vijfde van de respondenten geeft aan dat de werking dat de meeste supplementen echter niet is aangetoond.

Hierbij valt op dat vooral vrouwen vaker vinden dat de werking is aangetoond dan mannen. Van de vrouwen vindt 21% dat het nut van de meeste supplementen is aangetoond tov 14% van de mannen.

Dit geldt ook voor vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/getrouwd met kinderen. Van hen gelooft 19% dat de werking van de meeste supplementen is aangetoond.

Supplementen waarvan respondenten vinden dat het nut is bewezen is voornamelijk vitamine C. Ook van ijzer, foliumzuur, visolie en Vitamine D en B is de werking aardig aangetoond.

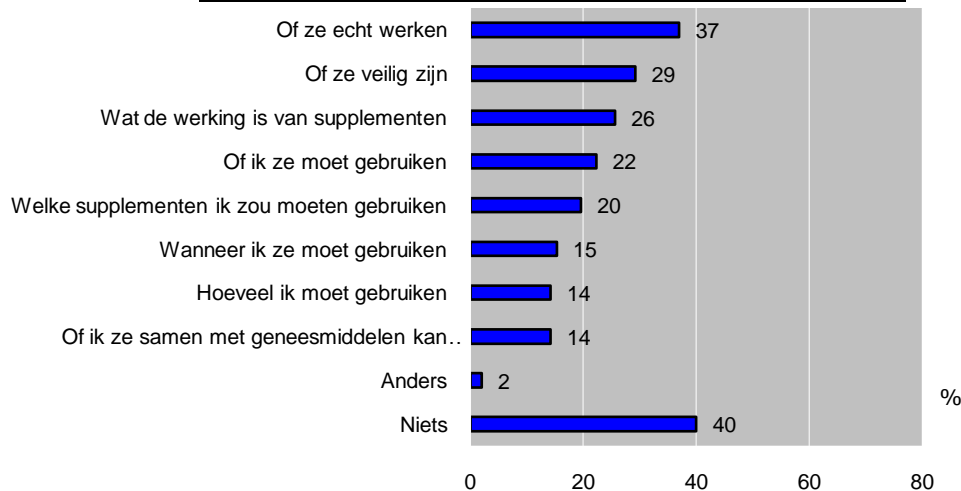
Aan het nut van afslanksupplementen wordt door ruim de helft van de respondenten echter wel getwijfeld.

Vrouwen in de leeftijd van 25-45 jaar, samenwonend/getrouwd met kinderen vinden vaker dat werking van ijzer (51%) en foliumzuur (78%) is aangetoond.



# Informatie voedingssupplementen

Wat zou u graag willen weten over voedingssupplementen?



Op welke manier wilt u informatie over voedingssupplementen ontvangen?



## Belangrijkste resultaten

Ruim de helft van de Nederlandse bevolking wil graag meer weten over voedingssupplementen, met name over de werking en het nut van voedingssupplementen. Vragen die leven zijn: werken voedingssupplementen echt, is het gebruik veilig en wat is precies de werking?

De overige consumenten (40%) hebben geen vragen wat betreft voedingssupplementen.

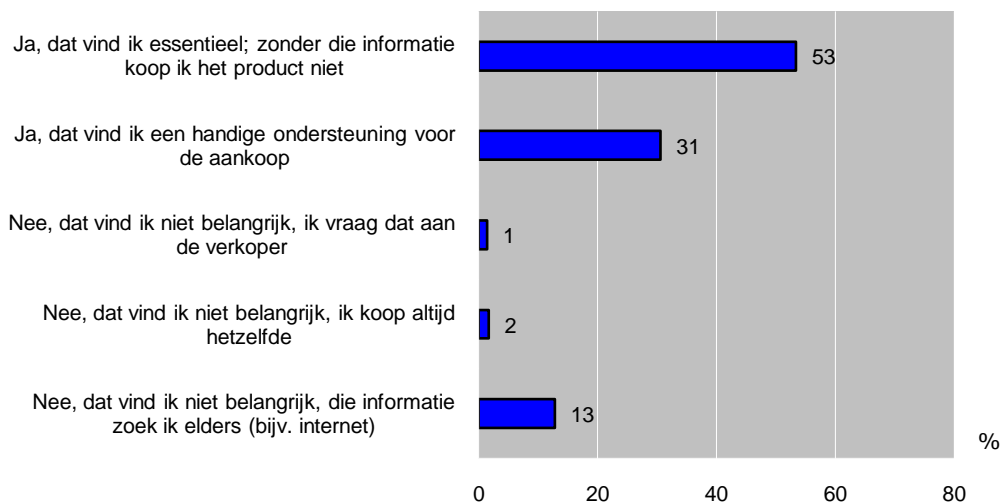
Informatie over voedingssupplementen verkrijgen Nederlanders het liefst via een betrouwbare website. Ook persoonlijk advies van een huisarts is een goede manier om antwoord te krijgen op vragen. Andere informatiebronnen zijn volgens de consumenten minder belangrijk.

*Mannen gaan bovendien zelf wat vaker op zoek naar informatie dan vrouwen (25% tov 19%).*



# Invloed van voedingssupplementen op gezondheid

Vindt u het belangrijk dat op het product staat wat het voor uw gezondheid doet?  
Kies het antwoord dat het meest op u van toepassing is.



## Belangrijkste resultaten

Bijna alle Nederlandse consumenten vinden het belangrijk dat er informatie op het product staat over wat het product doet voor de gezondheid.

De helft van de respondenten vindt dit zelfs essentiële informatie, als het er niet op staat kopen zij de producten niet. Een derde vindt het wel belangrijk dat het er op staat omdat het handige ondersteuning biedt bij de aankoop.

Voor slechts 15% is de informatie niet van belang.