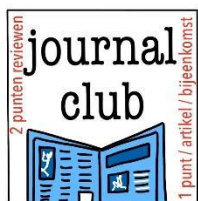


Journal club - Verslag Artikel 1

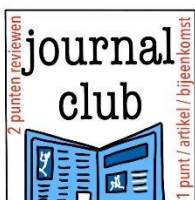


Jullie nemen deel aan een Journal club. Jullie lezen wetenschappelijke artikelen, analyseren en beoordelen deze op een methodische wijze en bespreken de beoordeelde literatuur. Ook denken jullie na over de praktische toepassingen voor het eigen handelen of de beroepspraktijk. In jullie journal club zitten enkele reviewer(s). De anderen zijn deelnemers. Na afloop van de bijeenkomst wordt een verslag opgesteld. Dit format bevat de onderdelen van het verslag voor de Journal club.

Onderdelen verslag

Notulist	Pauline Kortbeek
Datum bijeenkomst	02-03-2023
Aanwezigen	Zie presentielijst
Naam reviewer(s)	Marieke van der Put
Titel en herkomst van het artikel	Vegetarian Dietary Patterns and Mortality in Adventist Health Study 2. JAMA Internal Medicine 2013
Korte weergave van de studie	Prospectieve cohort studie naar het effect van verschillende soorten vegetarische voedingspatronen en sterfte onder 73.308 zevendedagsadventisten in de VS en Canada in de periode van 2002-2007. Soorten voedingspatronen die onderscheiden werden: veganistisch, lacto-ovo vegetarisch, pescatarisch, semi-vegetarisch, omnivoor.
Korte samenvatting van de discussie	Vegetarische voedingspatronen zijn geassocieerd met een lagere kans op sterfte vergeleken niet-vegetarische voedingspatronen. Daarnaast zijn enkele specifieke associaties gevonden voor het vegan, lacto-ovo en pescatarisch voedingspatroon t.o.v. niet-vegetarische voedingspatronen. Het beschermende effect van vegetarische voedingspatronen is vooral aangetoond in mannen.
Vertaalslag naar het eigen beroepsinhoudelijk handelen/de beroepspraktijk	Onlangs dat de populatie niet representatief is ten opzichte van de gemiddelde Nederlander, zijn de resultaten toepasbaar in de praktijk als er gebruik wordt gemaakt van het advies om zo onbewerkt en volwaardig mogelijk plantaardig te eten.

Journal club - Verslag Artikel 2



Jullie nemen deel aan een Journal club. Jullie lezen wetenschappelijke artikelen, analyseren en beoordelen deze op een methodische wijze en bespreken de beoordeelde literatuur. Ook denken jullie na over de praktische toepassingen voor het eigen handelen of de beroepspraktijk. In jullie journal club zitten enkele reviewer(s). De anderen zijn deelnemers. Na afloop van de bijeenkomst wordt een verslag opgesteld. Dit format bevat de onderdelen van het verslag voor de Journal club.

Onderdelen verslag

Notulist	Pauline Kortbeek
Datum bijeenkomst	02-03-2023
Aanwezigen	Zie presentielijst
Naam reviewer(s);	Aleida Bakker
Titel en herkomst van het artikel	Gut-microbiota-targeted diets modulate human immune system. Wastyk et al, 2021 Cell
Korte weergave van de studie	Prospectieve gerandomiseerde studie van 10 weken naar hoe 2 voedingsinterventies het darmmicrobioom en immuunsysteem van gezonde volwassenen kan beïnvloeden. 1 interventie met hoge inname van voedingsvezels en 1 met gefermenteerde voeding.
Korte samenvatting van de discussie	Veel ziektes worden aangedreven door chronische inflammatie, wat in de darmen ontstaat. Door invloed uit te oefenen op het darmmicrobioom van mensen, kan je ook invloed uitoefenen op het immuunsysteem. Het voedingspatroon hoog in voedingsvezels en hoog in gefermenteerde voeding hebben beide invloed op het darmmicrobioom van gezonde volwassenen. Het effect op de diversiteit was groter bij de gefermenteerde-voeding groep. Het aantal deelnemers was laag (N=18), er was geen controle groep en de interventie was kort (totaal 10 weken). Ook bestond de groep voornamelijk uit hoogopgeleide gezonde vrouwen (75%).
Vertaalslag naar het eigen beroepsinhoudelijk handelen/de beroepspraktijk	Voedingsadviezen gericht op meer vezels en gefermenteerde voeding is haalbaar om in de praktijk toe te

	passen. Door de toename van dit soort onderzoek naar het menselijke darmmicrobioom, hopen we dat het in de toekomst net zo gangbaar zal zijn als bloedonderzoek, om daar voedings- en leefstijladviezen persoonlijk op aan te passen.
--	--