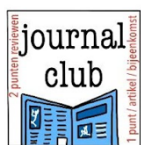


Journal club - Verslag Artikel 1



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	Laura Bolte
Datum bijeenkomst	01-06-2023
Aanwezigen	Zie presentielijst
Naam reviewer(s)	Pauline Kortbeek
Titel en herkomst van het artikel	Low-carbohydrate diets, low-fat diets, and mortality in middle-aged and older people: A prospective cohort study Yimin Zhao et al.
Korte weergave van de studie	Prospectieve cohortstudie met een lang follow-up (23,5 jaar) naar het verband tussen de kwaliteit van macronutriënten (gemeten aan macronutrient-scores) en sterfte onder 31.7159 deelnemers (leeftijd 50-71) in 6 staten in de VS. Geanalyseerde macronutrient scores: - Low carbohydrate diet score (LCD score), onderverdeeld in healthy en unhealthy LCD - Low fat diet score (LFD score), onderverdeeld in healthy en unhealthy
Korte samenvatting van de discussie	Samengevat: Deelnemers die een LCD en ongezond LCD volgden, hadden een significant grotere mortaliteit door HVZ en kanker. Ook was de totale sterfte (all cause mortality) significant verhoogd. Het tegengestelde werd gezien voor een voedingspatroon laag in geraffineerde KH en VV. Vervangen van geraffineerde KH en verzadigd vet door plantaardige eiwitten gaf grootse reductie van mortaliteit. Sterktes: - Grote onderzoekspopulatie - Representatieve populatie (ook voor NL) - Lange follow-up Zwaktes: - Associaties, geen causaliteit - FFQ alleen 1x ingevuld (op baseline), voedingspatroon gedurende de tijd veranderd zijn. - Alleen macronutriënten geanalyseerd (FFQ), geen voedingsmiddelen en micronutriënten (geen 24-h-recall) -> beperkt inzicht in voedingskwaliteit

	- Exclusie van sterfte in het eerste 5 jaar van follow-up - Confounders: Non-hispanic, hoger opleidingsniveau - Andere factoren die medebepalend zijn voor het krijgen van ziekte zijn niet meegenomen in de studie.
Vertaalslag naar het eigen beroepsinhoudelijk handelen/de beroepspraktijk	- Het is nooit te laat om een verandering te maken naar een gezonder eetpatroon. - "Low-carb hype": relatie LCD en risico op overlijden uit leggen aan client! - Kwaliteit > kwantiteit! Terwijl ratio's van macronutriënten informatiever zijn dan het apart analyseren van individuele macronutriënten, wordt in de studie niet gekeken naar de kwaliteit van specifieke voedingsmiddelen.

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	Laura Bolte
Datum bijeenkomst	02-06-2023
Aanwezigen	Zie presentielijst
Naam reviewer(s);	Martien Limburg
Titel en herkomst van het artikel	Vegetarian, vegan diets and multiple health outcomes: a systematic review with meta-analysis of observational studies Monica Dinu et al.
Korte weergave van de studie	Systematisch literatuur-review gecombineerd met een meta-analyse van observationele studies (cross-sectioneel en prospectief) naar de associaties tussen vegetarische en veganistische voeding en verschillende aspecten van de gezondheid waaronder BMI, bloedvetten, bloedsuikers, sterfte, cardio-cerebrale ziekte en kanker). Deelnemers: 56.461 vegetariërs, 8.421 veganisten, 184.167 omnivoren Gemiddelde leeftijd: 18-81 jaar Vegetarisch vs. omnivoor: lager BMI, lagere bloedvetten en bloedsuiker waarden; Kanker incidentie significant lager.

	Veganistisch vs. omnivoor: 6% lagere sterfte (all-cause mortality) met vegetarisch dieet maar niet statistisch significant (kleinere patiëntengroep en effect size). Significant lager incidentie Ischemische hartziekte en kanker.
Korte samenvatting van de discussie	Samenvattend: Meer dan 130.000 vegetariërs en 15.000 veganisten: - Verlaagde BMI, bloedvetten en bloedsuikers vergeleken met omnivoren - Lagere incidentie en sterfte ischemische hartziekten - Lagere incidentie van alle bestudeerde kanker soorten Beperkingen: - Observationele methodologie laat bias toe - Confounding kan aanzienlijk zijn - Sensitiviteitsanalyse: vooral Adventisten cohorten bleken andere bevindingen te geven - Onzekerheid over feitelijk gevolgd voedingspatroon: veganisten ook minder alcohol, roken, hoeveel vlees (vegan junkfood is ook vegan) - Welke voedingsfactoren binnen het vegetarisch/veganistisch dieet zijn verklarend voor de gunstige associaties? -> follow-up studies naar specifieke voedingsmiddelen en concreet mechanisme nodig (bijv. Koch et al. (https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehad211))
Vertaalslag naar het eigen beroeps-inhoudelijk handelen/de beroepspraktijk	Artikel helpt om patiënten te overtuigen van het belang van plantaardig > dierlijk voedingsmiddelen voor de gezondheid. Duidelijke associatie tussen plantaardig dieet en lagere cardio-cerebrovasculaire risicofactoren en kanker!

Volgende journal club 6 Juli, daarna in September!