



Voor u uitgestippeld...

Koemelkeiwitvrije voeding: baat het niet, dan schaadt het niet?

Gelezen door Jonneke Hollanders en Roselin van der Torren

Stoppen met een koemelkeiwitvrij dieet heeft mogelijk een positief effect op de voedingsstatus en groei van kinderen, volgens een recent gepubliceerde studie. Alhoewel de onderzoekspopulatie niet helemaal lijkt op de JGZ-populatie, laat dit onderzoek wel zien dat men kritisch moet blijven met betrekking tot het adviseren van KME-vrije voeding, zeker nu Pepti vrij te verkrijgen is bij de drogist.

◉ **STIP: wat lazten wij?**

Wij lazten het artikel Outcome of food intake and nutritional status after discontinuation of a cow's-milk-free diet post negative oral food challenge in infants and children van De Faria et al. Dit onderzoek uit 2021 keek naar het effect van stoppen met een koemelkeiwitvrij dieet op de voedingsstatus en de groei van kinderen.

Hoe gingen de onderzoekers te werk en wat vonden ze?

De onderzoekers hebben 130 kinderen geïnccludeerd die een koemelkeiwitvrij dieet volgden. Alle kinderen ondergingen een open provocatietest; 101 van de kinderen testten negatief, waarvan uiteindelijk 80 een volledige follow-up hebben gehad.

Op de dag van de provocatietest en 30 dagen later werden de kinderen gewogen en gemeten. Daarnaast werd hun voedingsstatus uitgevraagd door een voedingsdeskundige middels een 24-hour recall: er werd aan de ouders gevraagd wat en hoeveel hun kind in de voorafgaande 24 uur had gegeten.

Van de 80 kinderen met een negatieve provocatietest en een volledige follow-up was 5% zes maanden of jonger, 75% was tussen de zeven maanden en twee jaar oud, en 20% tussen de twee en vier jaar oud. De meeste kinderen (80%) gebruikten dieetvoeding gebaseerd op aminozuren of intensief eiwithydrolysaat, alhoewel een deel gebruik maakte van voeding op basis van soja of rijst. Slechts 6.3% van de kinderen volgde minder dan een jaar een koemelkeiwitvrij dieet; maar liefst 57.5% zal al meer dan 2 jaar op een koemelkeiwitvrij dieet.

Na het staken van het koemelkeiwitvrije dieet leek de voedingsstatus te verbeteren: kinderen nuttigden meer kcal in totaal (ongeveer 60 kcal/dag meer; dit is ongeveer 100 ml opvolgmelk), met daarbij ook een toename in de hoeveelheid ingenomen eiwitten, calcium, fosfaat en vitamine D.

Zowel wat betreft lengte als gewicht werd er een stijging waargenomen: gewicht steeg gemiddeld met +0.2SD en lengte met +0.3SD. Ter illustratie: Voor een jongen van 1,5 jaar betekent dit een toename van ongeveer 1 cm in lengte en 200 gram in gewicht (bovenop de standaard groei). Gewicht-voor-lengte bleef stabiel, en de proportie van kinderen met een z-score <-2SDS veranderde niet.

Wat is van belang voor de interpretatie van de resultaten?

Om te beginnen moet worden opgemerkt dat dit onderzoek heeft gekeken naar het effect van *stoppen* met een koemelkeiwitvrij dieet. Naar aanleiding van dit onderzoek kan dus niet gezegd worden dat een koemelkeiwitvrij dieet de groei en voedingsstatus negatief beïnvloedt.

Verder is de vertaling naar de JGZ-praktijk beperkt vanwege de opzet en de uitvoering van dit onderzoek:

- De onderzoekspopulatie is niet representatief voor het gemiddelde kind met (vermoeden) KMEA in de JGZ-praktijk. Wij hebben vaker te maken met jongere kinderen, en over het algemeen wordt er in Nederland aangeraden om rond het eerste jaar weer te starten met het aanbieden van melkproducten middels de melkladder. De kinderen in dit onderzoek waren gemiddeld veel ouder, en het merendeel volgde al meer dan 2 jaar een koemelkeiwitvrij dieet.
- De voedingsstatus is bepaald naar aanleiding van een 24-hour recall. De vraag is hoe betrouwbaar en representatief dit is. Weten ouders nog precies wat en hoeveel hun kind heeft gegeten? En hoe vergelijkt deze ene 24 uur met de rest van de dagen in de week?
- De follow-up periode was met 30 dagen relatief kort. Het zou interessant zijn om de kinderen op langere termijn te vervolgen. Wordt er dan nog meer inhaalgroei gezien, of is de groei na een maand gestabiliseerd? Is de inhaalgroei überhaupt blijvend?
- De betrouwbaarheid van de resultaten zou ook groter zijn als er gebruik was gemaakt van een controlegroep (bijvoorbeeld kinderen met een positieve provocatietest). Het afnemen van de 24-hour recall voedingsstatus kan namelijk een counseling effect hebben gehad, waardoor ouders in de maand erna beter op de voeding van hun kind hebben gelet (counseling bias). Hierdoor wordt het effect van het stoppen met een koemelkeiwitvrij dieet overschat.

◉ **STIP: wat kan de JGZ hiermee volgens de Stippel-Brigade?**

Dit onderzoek vond dat het *stoppen* met een koemelkeiwitvrij dieet de voedingsstatus en de groei van kinderen positief beïnvloedde in de weken erna. Er is niet gekeken of een koemelkeiwitvrij dieet ongunstige effecten had. Er zijn meerdere kanttekeningen te plaatsen bij de opzet en de uitvoering van het onderzoek en daarnaast is de onderzoekspopulatie niet goed vergelijkbaar met de JGZ-populatie.

Desalniettemin biedt het artikel de kans om eens stil te staan bij de gedachte dat een langdurig koemelkeiwitvrij dieet mogelijk niet onschuldig is. Als er sprake is van een koemelkeiwitallergie, is een koemelkeiwitvrij dieet zeker noodzakelijk. Pepti is echter zonder voorschrift te verkrijgen bij de drogist, en ouders starten tegenwoordig regelmatig op eigen initiatief met een koemelkeiwitvrij dieet. Het is dan de taak van JGZ-professionals om met ouders mee te denken, de juiste indicatie te stellen en zorgen dat er een goede follow-up is inclusief een dubbelblinde placebo-gecontroleerde provocatietest. Ook kunnen wij ouders begeleiden met het op tijd herintroduceren van koemelk in het dieet. Op die manier kan voorkomen worden dat kinderen onnodig lang een koemelkeiwitvrij dieet volgen.

◉ **STIP: ook nog wetenswaardig...**

In een [grote observationele studie in Nederland in 2011](#) was late herintroductie van koemelk geassocieerd met een hoger risico op atopie. Om meerdere redenen lijkt het dus een goede (Nederlandse) gewoonte om regelmatig koemelk te herintroduceren, zoals ook geadviseerd wordt in de JGZ-richtlijn [Voedselovergevoeligheid \(2014\)](#) en door het [Voedingscentrum](#).

◉ **STIP: verantwoording**

Titel artikel: *Outcome of food intake and nutritional status after discontinuation of a cow's-milk-free diet post negative oral food challenge in infants and children*

Auteurs: Dayane Pêdra Batista de Faria, Marcela Duarte Sillos, Patrícia da Graça Leite Speridião, Mauro Batista de Moraes

DOI: 10.1016/j.clnu.2020.10.025

Tags: #Voedselovergevoeligheid, #Ondergewicht, #Lengtegroei