

## Van der Poel onder vuur voor eigen bedrijf met sportvoeding



**N** Het Nieuwsblad - 08 Jan. 2020  
Pagina 6

\* Het Nieuwsblad : Mechelen-Lier, Leuven-Hageland, Meetjesland - Leiestreek, Brussel-Noordrand, Limburg, Kortrijk-Waregem-Menen, Vlaamse Ardennen - Gentse Rand, Oostende-Westhoek, Antwerpen, Aan Gent gebonden, Brugge-Oostkust, Dender, Roeselare-Tielt-Izegem, Kempen, Waasland

**Met behulp van een DNA-test optimale sportvoeding samenstellen zodat je beter gaat sporten. Dat belooft het bedrijfje 4Gold waar veldrijder Mathieu van der Poel mede-eigenaar van is. In ruil voor 250 tot 300 euro en wat speeksel krijg je een individueel rapport met aangepaste voedingssupplementen. Maar experts zijn uiterst sceptisch. "Wetenschap? Ik noem dat marketing."**

De producent van voedingssupplementen 4Gold werd opgericht door Van der Poel en twee van zijn vrienden, en is nu ook leverancier van zijn wielerteam Alpecin-Feniks. "Jouw DNA, de sleutel tot optimale prestaties" is één van de slogans. "We analyseren mensen hun DNA", legt Nikolaas Van Riet uit, hoofd van hun afdeling R&D. "Zo krijgen we inzicht hoe we je dieet en de strategie van voedingssupplementen zodanig kunnen optimaliseren dat het tot betere prestaties kan leiden. Want elke mens is anders. Supplementen die bij de ene wel werken, hebben mogelijk een negatief effect bij anderen."

De kip met de gouden eieren, zou je dan denken. Maar experts geloven er niet in. "Let op, het basisidee is niet uit de lucht gegrepen", zegt Wim Derave, professor inspanningsfysiologie en sportvoeding aan de UGent. "Er is wel degelijk onderzoek naar hoe je op basis van je DNA kan zien of bepaalde voedingsstoffen je prestaties kunnen bevorderen. Maar dat onderzoek staat in zijn kinder schoenen. Dit is marketing en pure verkooppraat, in de plaats van wetenschap. De markt van sportvoeding is zeer concurrentieel, ze zullen zich zo willen onderscheiden."

Van Riet nuanceert en zegt "dat ze niet beloven om prestaties te bevorderen, veeleer om te optimaliseren". "Als we bijvoorbeeld in iemands DNA zien dat die persoon aanleg heeft om een tekort aan vitamine D te hebben, raden we een dergelijk supplement aan. Wat wij doen, zit bij de zogenaamde marginal gains, voor atleten die op zoek zijn naar finetunen."

Eén procent onderzocht

De Nederlandse hoogleraar voeding, metabolisme en genetica Sander Kersten van de Wageningen Universiteit is niet onder de indruk van die uitleg. "Ik zie al vijftien jaar lang bedrijfjes zoals deze opduiken en weer verdwijnen. Vandaag is het wetenschappelijk gezien nog onmogelijk om, los van enkele uitzonderingen zoals lactose-intolerantie, persoonlijk voedingsadvies te geven op basis van je DNA. Het onderzoek ernaar bestaat nochtans al langer, maar elke persoon is zo uniek en DNA is zo complex dat we zijn blijven steken. Veel meer dan algemene adviezen kunnen we niet geven, zoals vanaf welke gemiddelde leeftijd je bepaalde vitamines moet nemen. En dat is wat hier ook gebeurt. Zij zeggen eigenlijk niet veel meer dan: eet genoeg groenten of fruit. Ongezond is het natuurlijk niet en wie meer op zijn voeding let, zal inderdaad iets beter sporten. Maar dat is niet het nauwkeurig persoonlijk rapport dat beloofd wordt. Bovendien vermelden ze ook niet dat een dergelijke test ook maar een heel klein deeltje DNA analyseert, amper een procent van het genoom. Ook daar is dus weinig wetenschappelijk houvast."

"Masseren ook niet bewezen"

Mathieu van der Poel ligt niet wakker van de kritiek. "Ik wist dat die er zou komen. We zijn redelijk innovatief in wat we doen en in België worden innovatieve plannen nu eenmaal graag afgeschoten. Ik weet dat het voor mezelf alvast vrij specifiek werkt. Ik ben onder de indruk van de resultaten en ontdekte dat ik bijvoorbeeld een tekort heb aan ijzer en aan vitamine D. Of ik mijn overwinningen te danken heb aan die DNA-analyse? Dat valt moeilijk wetenschappelijk te bewijzen. Maar ik voel me hier wel goed bij. Net zoals bij masseren trouwens. En daarvan is ook nooit bewezen dat het prestaties bevordert."

Chris Snick