****

Onderzoek voeding en agressie onder gedetineerden en psychiatrisch patiënten

Het ministerie van Justitie gaat vanaf volgend jaar gedetineerden in zeven instellingen voedingssupplementen (multivitaminen en visvetzuren EPA en DHA) verstrekken in een poging hun agressie te beteugelen. Justitie is na twee succesvolle experimenten in gevangenissen overtuigd van het nut van gezonde voeding in de strijd tegen gewelddadig gedrag. Nederland loopt daarmee wereldwijd voorop: nergens krijgen gevangenen van overheidswege voedingssupplementen met zo'n bijzonder doel.

In het kielzog daarvan onderzoeken Leidse wetenschappers psychiater Erik Giltay en neuropsycholoog Anke Schat of ook langdurig opgenomen psychiatrische patiënten minder agressief gedrag vertonen door betere voeding: volgend jaar beginnen ze aan een studie onder tweehonderd patiënten in veertien ggz-klinieken. Gevangenen en patiënten met een psychiatrische stoornis eten vaak ongezond waardoor zij mogelijk te weinig voedingsstoffen binnenkrijgen. Supplementen kunnen dat tekort aanvullen, wat de werking van hun hersenen en hun gedrag wellicht ten goede komt.

Justitie borduurt voort op wetenschappelijke onderzoek in een Britse jeugdgevangenis en in Nederlandse inrichtingen. Daaruit bleek dat gedetineerden die supplementen slikken minder geweld plegen. 'Wij maken als eerste land de stap van laboratorium naar praktijk', zegt Ap Zaalberg, onderzoeker bij het Wetenschappelijk Onderzoek- en Documentatiecentrum (WODC) van het ministerie van Veiligheid en Justitie. Zaalberg voerde het Nederlandse gevangenisonderzoek uit en promoveerde onlangs op zijn bevindingen aan de Radboud Universiteit (Zaalberg, 2015).

Gevangenissen en ggz-klinieken tellen een oververtegenwoordiging van mensen uit de marge van de samenleving en in die marge heeft gezond gedrag geen prioriteit. Giltay en Schat deden mee aan een onderzoek bij ruim twintig psychiatrisch patiënten en ontdekten dat ze vaak te weinig voedingsstoffen binnen krijgen. De medicijnen die patiënten gebruiken kunnen daar een rol bij spelen: die versterken de hunkering naar zoet en vet, leggen ze uit. Voedingssupplementen zijn veilig, eenvoudig toe te dienen en goedkoop, ze kosten niet meer dan een euro per dag per gedetineerde of patiënt. Als een handvol supplementen kan helpen om de agressie maar een paar procent te beteugelen, zeggen ze, dan scheelt dat veel zorgen en een hoop geld. Neuropsycholoog Anke Schat: 'Als voedingssupplementen leiden tot minder agressie of een kortere opnameduur, levert dat geld op' (Schat et al, 2013).

Het proefschrift van Ab Zaalberg is [hier](http://repository.ubn.ru.nl/handle/2066/141039) te vinden.  
**Bronnen:**  
Schat, A., van Noorden, M. S., Noom, M. J., Giltay, E. J., van der Wee, N. J. A., Vermeiren, R. R. J. M., & Zitman, F. G. (2013). Predictors of outcome in outpatients with anxiety disorders: the Leiden routine outcome monitoring study. Journal of Psychiatric Research, 47(12), 1876–85.  
Zaalberg, A. (2015, January 23). Nutrition, Neurotoxicants & Aggressive Behaviour. [S.l.: s.n.]. Retrieved from <http://repository.ubn.ru.nl/handle/2066/14103>  
Bron: [Vakplatform voor de Natuurgeneeskundige](http://www.vngk.nl/algemeen/onderzoek-voeding-en-agressie-onder-gedetineerden-.html)