nieuws

Juiste voeding maakt gevangenen minder agressief

nieuws

Brits onderzoek wees het al uit in 2003: jongvolwassen gevangen delinquenten die bepaalde voedingssupplementen kregen, waren aanzienlijk minder agressief. Nieuw Nederlands onderzoek bij 221 gedetineerden uit acht instellingen bevestigt die conclusie. "De hamvraag is natuurlijk hoe dat precies komt. Die wordt echter niet door deze studies beantwoord. Waarschijnlijk dragen bepaalde voedingsstoffen bij tot een verbeterde stofwisseling in de hersenen", zegt dr. Gert Schuitemaker.

6 JULI 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 14:38

Brits onderzoek wees het al uit in 2003: jongvolwassen gevangen delinquenten die bepaalde voedingssupplementen kregen, waren aanzienlijk minder agressief. Uit een rapport van het Nederlandse ministerie van Justitie blijkt dat nieuw Nederlands onderzoek bij 221 gedetineerden uit acht instellingen die conclusie bevestigt.
Dr. Gert Schuitemaker, hoofdredacteur van het tijdschrift Ortho dat al vanaf de jaren tachtig bericht over wetenschappelijk onderzoek op dat gebied, wijst in De Morgen op het belang van de onderzoeksresultaten. "Het Britse onderzoek was enig in zijn soort en vroeg daarom om bevestiging van een andere, onafhankelijk uitgevoerde studie", zegt hij. "Het Nederlandse onderzoek is erg belangrijk om dat item een duwtje in de rug te geven".
In de Nederlandse studie werden voedingssupplementen met multivitaminen, mineralen en vetzuren bestudeerd. Amerikaans onderzoek uit de jaren tachtig wees al uit dat wanneer junkfood vervangen werd door gezonde voeding, de agressiviteit drastisch daalde. "De hamvraag is natuurlijk hoe dat precies komt. Die wordt echter niet door deze studies beantwoord. Waarschijnlijk dragen bepaalde voedingsstoffen bij tot een verbeterde stofwisseling in de hersenen. Persoonlijk denk ik ook dat alleen de combinatie van die verschillende voedingsstoffen een effect heeft. Maar er zijn zoveel factoren die kunnen meespelen. Er is verder onderzoek nodig om ze exact te bepalen", zegt Schuitemaker.

Zijn 'gewone' opvliegende mensen ook gebaat bij zulke voedingssupplementen? "Voor de onderzoeken zijn gevangenispopulaties gebruikt omdat dat nu eenmaal makkelijk te onderzoeken doelgroepen zijn. Het is een interessante vraag om na te gaan hoever je dat kunt doortrekken naar de gewone bevolking. Het Britse onderzoek stelt in de discussie over zijn resultaten duidelijk dat ze geëxtrapoleerd kunnen worden naar de samenleving. De Nederlandse onderzoekers stellen vervolgonderzoek voor bij gezinnen waarin geweldpleging voorkomt", luidt het.(KS)

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada