

Alleen vleesarm dieet kan planeet redden

nieuws

Waar staan we over enkele tientallen jaren op medisch en ecologisch vlak als we ons eetpatroon verder laten evolueren zoals dat nu het geval is? Op die vraag heeft een Amerikaanse studie die gepubliceerd werd in het wetenschappelijk tijdschrift Nature een antwoord proberen formuleren. Conclusie: als het westerse dieet zich met het huidige tempo blijft verspreiden, zullen wereldwijd niet alleen de welvaartsziekten toenemen. De landbouw zal in 2050 ook tachtig procent meer broeikasgas uitstoten en een miljard hectare bos zal sneuvelen.

14 NOVEMBER 2014 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:28

Lees meer over:

wereld

natuur

milieu

onderzoek



Waar staan we over enkele tientallen jaren op medisch en ecologisch vlak als we ons eetpatroon verder laten evolueren zoals dat nu het geval is? Op die vraag heeft een Amerikaanse studie die gepubliceerd werd in het wetenschappelijk tijdschrift Nature een antwoord proberen formuleren. Conclusie: als het westerse dieet zich met het huidige tempo blijft verspreiden, zullen wereldwijd niet alleen de welvaartsziekten toenemen. De landbouw zal in 2050 ook tachtig procent meer broeikasgas uitstoten en een miljard hectare bos zal sneuvelen.

In een studie van David Tilman en Michael Clark van de Universiteit van Minnesota wordt op basis van cijferwerk een voorspelling gemaakt over hoe onze volksgezondheid en het milieu er over enkele tientallen jaren aan toe zullen zijn als de huidige voedingspatronen zich voortzetten. De eerste vaststelling is dat verstedelijking en toegenomen welvaart er overal ter wereld voor zorgen dat het eetpatroon in dezelfde richting evolueert: aten mensen traditioneel vooral planten, dan bevat hun voeding gaandeweg meer vlees, geraffineerde vetten en koolhydraten.

Als de huidige trends zich doorzetten, zal het gemiddelde dieet in 2050 vijftien procent meer calorieën en elf procent meer eiwitten bevatten, zo blijkt uit het onderzoek, en vooral: dat dieet zal 18 procent minder porties fruit of groente bevatten, 23 procent meer varkensvlees en gevogelte, 31 procent meer rood vlees en 61 procent meer 'lege calorieën': geraffineerde koolhydraten, vetten of alcohol, die behalve energie geen voedingswaarde aanbrenge

Dat dieet zal welvaartsziekten als diabetes, bepaalde kankers en hart- en vaatziekten doen toenemen, maar is niet alleen slecht nieuws voor de volksgezondheid. De landbouwsector zal in dat scenario 80 procent meer broeikasgassen uitstoten en er zal tot een miljard hectare bos sneuvelen, waardoor het met de biodiversiteit nog veel slechter gesteld zal zijn dan dat vandaag al het geval is.

Als alternatief scenario onderzochten de onderzoekers de medische en ecologische impact van het mediterraan dieet (veel groenten, vis en graanproducten), het vegetarisch dieet en het pescotarisch dieet (wel vis, geen vlees). Alle groepen bleken 16 tot 41 procent minder type 2-diabetes te krijgen, 7 tot 13 procent minder kanker en 20 tot 26 procent minder overlijdens door hart- en vaatziekten. "Allicht omdat ze doorgaans meer fruit, groente, noten en peulvruchten eten dan gemiddeld, en minder vlees en lege calorieën", aldus nog de onderzoekers.

Ook Ethisch Vegetarisch Alternatief (EVA) heeft de studie gelezen en wil samen met andere organisaties, voedingsdeskundigen, groenteboeren en consumenten aan de bevoegde ministers vragen om de promotiespotjes van het Vlaams Centrum voor Agro- en Visserijmarketing (VLAM) niet meer te beschouwen als 'boodschappen van algemeen nut'. Volgens EVA moet er op de openbare omroep meer ruimte komen voor campagnes die consumenten aanzetten tot het eten van meer groenten en minder vlees, zoals bijvoorbeeld Donderdag Veggiedag.

Meer info: '[Global diets link environmental sustainability and human health](#)'

Bron: De Standaard/eigen verslaggeving

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/viltnieuwbsky.social>

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by [Who Owns The Zebra](#)