nieuws

Belg eet minder zout

nieuws

De Belg eet dagelijks gemiddeld 1 gram minder zout dan in 2007, toen de zoutconsumptie van de Belg voor het eerst werd gemeten. Dat blijkt uit een studie van de Vlaamse Instelling voor Technologisch Onderzoek (VITO), in opdracht van de federale overheidsdienst Volksgezondheid. Concreet gaat het om een gemiddelde van 9,5 gram per dag, terwijl dat in 2007 nog 10,5 gram per dag was. “Te veel zout veroorzaakt hoge bloeddruk en dat kan leiden tot ernstige klachten zoals hart- en vaatziekten”, waarschuwt Minister van Volksgezondheid en arts Maggie De Block.

9 NOVEMBER 2015 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:32

Lees meer over:
consument
gezondheid
voedingsindustrie



De Belg eet dagelijks gemiddeld 1 gram minder zout dan in 2007, toen de zoutconsumptie van de Belg voor het eerst werd gemeten. Dat blijkt uit een studie van de Vlaamse Instelling voor Technologisch Onderzoek (VITO), in opdracht van de federale overheidsdienst Volksgezondheid. Concreet gaat het om een gemiddelde van 9,5 gram per dag, terwijl dat in 2007 nog 10,5 gram per dag was. “Te veel zout veroorzaakt hoge bloeddruk en dat kan leiden tot ernstige klachten zoals hart- en vaatziekten”, waarschuwt Minister van Volksgezondheid en arts Maggie De Block.
We eten minder zout dan een kleine tien jaar geleden. Dat blijkt uit een studie van VITO. Na een eerste studie in 2007-2008 ontwikkelde het Federaal Plan voor Voeding en Gezondheid een strategie om de zoutconsumptie in België te doen dalen. Er kwam een bewustwordingscampagne voor het grote publiek en er werd een overeenkomst gesloten met de federaties van de voedingsindustrie (FEVIA) en de distributiesector (Comeos) om de toevoeging van zout in voeding te verminderen.
Uit de nieuwe studie blijkt dat de gemiddelde zoutinname gedaald is van 10,5 gram tot 9,5 gram per dag. “Eén van de redenen hiervoor is dat de toevoeging van zout in voedingswaren zoals vleesproducten, diverse broodsoorten, soepen in poedervorm, bereide maaltijden en kazen, de afgelopen jaren gedaald is. Onder andere dankzij deze inspanningen kon een globale reductie van 10 procent in zoutinname bereikt worden”, aldus de FOD Volksgezondheid.

Minister van Volksgezondheid Maggie De Block toont zich tevreden over het behaalde resultaat: “Te veel zout veroorzaakt hoge bloeddruk en dat kan leiden tot ernstige klachten zoals hart- en vaatziekten. Met andere woorden: het is slecht voor de mens en vormt een belasting voor de volksgezondheid. De komende jaren werken we verder aan nog minder zout.”

Bron: Belga

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