nieuws

Consumptie frisdrank "steeds meer problematisch"

nieuws

De consumptie van gesuikerde dranken stijgt in alle segmenten van de bevolking en wordt "steeds meer problematisch", zo blijkt uit een studie van het Brussels Observatorium voor Duurzame Consumptie en het OIVO. Volgens de studie is het verbruik van frisdrank sinds 1980 bijna verdrievoudigd. Jaarlijks drinkt elke Belg gemiddeld 120 liter frisdrank, terwijl het Europese gemiddelde op 88 liter ligt. Belgen blijken ook drie keer meer frisdrank te drinken dan de Fransen of Italianen.

25 JUNI 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:00

De consumptie van gesuikerde dranken stijgt in alle segmenten van de bevolking en wordt "steeds meer problematisch", zo blijkt uit een studie van het Brussels Observatorium voor Duurzame Consumptie en het OIVO. Volgens de studie is het verbruik van frisdrank sinds 1980 bijna verdrievoudigd. Jaarlijks drinkt elke Belg gemiddeld 120 liter frisdrank, terwijl het Europese gemiddelde op 88 liter ligt. Belgen blijken ook drie keer meer frisdrank te drinken dan de Fransen of Italianen.

Het OIVO wijst erop dat het verhoogde gebruik van frisdranken in alle segmenten van de bevolking voorkomt, maar dat er vooral bij de jongeren tussen 15 en 18 jaar zorgwekkende tendensen opvallen. Zij drinken gemiddeld 0,73 liter drank per dag, en daarvan is liefst 0,45 liter frisdrank. Dat is twee keer zo veel als de rest van de bevolking.

Volgens het OIVO is dat verhoogde gebruik problematisch, omdat het onder meer leidt tot meer problemen van overgewicht en zwaarlijvigheid. "Een jong kind heeft normaal 1.800 calorieën per dag nodig, waarvan 10 procent onder de vorm van eenvoudige koolhydraten", luidt het. "Om die dosis niet te overschrijden, mag dat kind maximum 428 ml gesuikerde drank per dag drinken. Terwijl blikjes doorgaans al 330 ml bevatten".

Voorts wijst de organisatie erop dat frisdranken bestaan uit water, zuur, zoetstoffen, kunstmatige aroma's en andere additieven. "Heel wat van die substanties zijn

problematisch voor de gezondheid", luidt het. Daarom raadt het OIVO iedereen aan om tijdens deze zomer de dorst zo veel mogelijk te lessen met water.(KS)

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