nieuws

Consumptie groenten en fruit is kwestie van opvoeding

nieuws

Of je kind graag vlees of vis eet, is erfelijk bepaald via de genen. Maar diezelfde genen spelen een veel kleinere rol als het gaat om de voorliefde voor fruit en groenten. Daar speelt vooral de opvoeding een rol. Dat blijkt uit een Britse studie over eetpatronen bij kinderen die woensdag gepubliceerd werd in 'The Journal of Physiology and Behaviour'.

15 JUNI 2006 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:57

Of je kind graag vlees of vis eet, is erfelijk bepaald via de genen. Maar diezelfde genen spelen een veel kleinere rol als het gaat om de voorliefde voor fruit en groenten. Daar speelt vooral de opvoeding een rol. Dat blijkt uit een Britse studie over eetpatronen bij kinderen die woensdag gepubliceerd werd in 'The Journal of Physiology and Behaviour'.

Onderzoekers bestudeerden 214 tweelingen van hetzelfde geslacht, waarvan 103 eeneiige en 111 twee-eiige tweelingen. Niet alleen kregen de kinderen 77 soorten voedsel voorgeschoteld, ook hun moeders moesten aanwijzen wat hun kroost volgens hen wel of niet zou lusten.

Onderzoeksleider Jane Wardle: "Dit is de eerste voedselstudie waaruit blijkt dat de voorliefde voor proteïnen vlees en vis zeer sterk erfelijk bepaald is. Of je kind graag fruit, groenten en snoep eet, hangt vooral af van de houding van de ouders". Als moeder en vader hun neus optrekken voor een bord bloemkool, is de kans groot dat het kind dat gedrag overneemt.

Nog een belangrijke factor blijkt de fruitmand zelf te zijn. Als fruit en groenten vaak voorradig zijn in huis, beschouwen kinderen het makkelijker als 'lekker'. Conclusie? Ouders moeten fruit en groenten zélf promoten bij hun kinderen door het goede voorbeeld te geven.

Bron: Het Laatste Nieuws

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