nieuws

Fastfood verwoest gezonde mediterrane levensstijl

nieuws

Europa verdikt in sneltreinvaart, waarschuwen de Verenigde Naties, die fastfood als grootste boosdoener aanwijzen. "De snelle, vettige hap verdringt het traditionele mediterrane dieet van groenten, vis en fruit dat Europa decennialang slank en gezond hield", zegt rapporteur Josef Schmidhuber. Het ultieme bewijs is dat Griekenland, dat lang een van Europa's gezondste bevolking had, nu in het VN-rapport als het 'vetste' land van Europa wordt geboekstaafd.

2 AUGUSTUS 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:04

Europa verdikt in sneltreinvaart, waarschuwen de Verenigde Naties, die fastfood als grootste boosdoener aanwijzen. "De snelle, vettige hap verdringt het traditionele mediterrane dieet van groenten, vis en fruit dat Europa decennialang slank en gezond hield", zegt rapporteur Josef Schmidhuber. Het ultieme bewijs is dat Griekenland, dat lang een van Europa's gezondste bevolking had, nu in het VN-rapport als het 'vetste' land van Europa wordt geboekstaafd.

Drie kwart van de bevolking is te dik, wat ruim meer is dan het Europese gemiddelde van zo'n 50 procent. Griekenland doet het trouwens nog slechter dan Amerika waar 'slechts' 65 procent van de bevolking met overgewicht kampt. Maar ook in andere traditioneel gezonde mediterrane landen, zoals Spanje, Italië en Portugal, beginnen de opmars van fastfood en de veranderende eetgewoontes hun tol te eisen.

Niet het mediterrane dieet zelf is de boosdoener, maar wel de toetreding van die landen tot de Europese Unie, en dan vooral de introductie van fastfoodketens en supermarkten die daarop volgde. In Portugal, Spanje en Griekenland, die pas in de jaren tachtig lid werden van de Europese Unie, is de dagelijkse inname van calorieën met bijna de helft gestegen. Vet maakt er nu 40 procent uit van het dagelijkse menu, tegenover amper 25 procent veertig jaar geleden.

"We zien er dat de mensen hun gestegen inkomens gebruiken om meer calorieën en vetten aan hun traditioneel lichte maaltijden toe te voegen", zegt Josef Schmidhuber

van het FAO, de voedsel- en landbouworganisatie van de VN. "En ook in die landen werken almaar meer vrouwen buitenshuis, waardoor er minder tijd overblijft om zoals vroeger traditionele maaltijden te bereiden".
Het mediterrane eten verliest bovendien aan populariteit omdat het in die landen gelijk staat met het 'voedsel voor de armen', gegeten door mensen die van eigen teelt en vangst moesten leven. Dat het mediterrane dieet op streven na dood is, vindt Schmidhuber verre van goed nieuws. "Net nu we verwoede pogingen doen om het mediterrane eten te promoten als het ideale dieet, als het perfecte tegengif tegen de steeds verder oprukkende obesitas-epidemie". De publicatie van het rapport komt er op het moment dat onder andere Griekenland, Portugal en Spanje de mediterrane keuken een plaatsje willen doen bemachtigen op de Unesco-lijst van werelderfgoed. (MP)

Bron: Het Nieuwsblad

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