nieuws

"Rapport rood vlees fout geïnterpreteerd"

nieuws

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO), die vorige week in een nieuw rapport stelde dat het eten van bewerkt vlees kankerverwekkend is en de consumptie van rood vlees “waarschijnlijk” kankerverwekkend, zegt de foute interpretaties van het rapport te betreuren. “We hebben niet gezegd dat je geen vlees meer mag eten, wél dat we minder vlees moeten eten om het risico op darmkanker te verkleinen”, aldus WHO-woordvoerder Gregory Härtl.

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

Lees meer over:
onderzoek



De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO), die vorige week in een nieuw rapport stelde dat het eten van bewerkt vlees kankerverwekkend is en de consumptie van rood vlees “waarschijnlijk” kankerverwekkend, zegt de foute interpretaties van het rapport te betreuren. “We hebben niet gezegd dat je geen vlees meer mag eten, wél dat we minder vlees moeten eten om het risico op darmkanker te verkleinen”, aldus WHO-woordvoerder Gregory Härtl.

In de marge van de publicatie van de nieuwe WHO-aanbevelingen omtrent de consumptie van bewerkt en rood vlees is heel wat gezegd en geschreven over vleesconsumptie. “We zeggen niet dat je helemaal moet stoppen met vlees eten, want vlees heeft voedingswaarde”, aldus WHO-woordvoerder Gregory Härtl. “We waarschuwen enkel voor overdadige consumptie. Uit onderzoek blijkt namelijk dat het verminderen van de vleesconsumptie de kans op darmkanker kan verkleinen.”

Ook dagblad De Tijd komt nog eens terug op het rapport en waarschuwt voor veralgemeningen. “Te veel vlees verhoogt het risico op darmkanker licht”, zo vat de krant samen. “Voor bewerkt vlees (vlees dat gezouten, bereid, gerookt of onderworpen is aan een ander procédé) is er een duidelijke link tussen een hoge consumptie en een verhoogd risico op darmkanker. Voor rood vlees is dezelfde link 'waarschijnlijk'. Dat betekent dat wetenschappers beperkt bewijs hebben, maar dat het niet sterk genoeg is om te zeggen dat er een causaal verband is.”

Verder benadrukt ook De Tijd dat vlees een bron van eiwitten, vitamines, ijzer, zink, enzovoort is. Maar te veel is te veel, en ongezond. Eerder werd een te hoge vleesconsumptie al gelinkt aan een hoger risico op onder meer hartaanvallen en

diabetes. De Tijd brengt ook in herinnering dat het Belgische adviesorgaan, de Hoge Gezondheidsraad, aanraadt niet meer dan 500 gram rood vlees per week te eten, en weinig of geen met rood vlees bereide charcuterie.
“Het mogelijk verhoogde risico op kanker is uiterst gering”, zegt voedingsexpert Patrick Mullie. “Bovendien is er in het onderzoek daarover geen rekening gehouden met het feit dat grote vleeseters vaak ook slecht bewegen, weinig groente eten, enzovoort. De doorsnee-Belg zit qua consumptie eigenlijk goed. En aangezien de high consumers minder goed te bereiken zijn, valt het te betwijfelen of zij minder vlees gaan eten omdat een groep wetenschappers uit Genève zegt dat het zo moet.”
“Niet de consumptie van vlees of charcuterie leidt tot borst-, darm- of pancreaskanker, wel de overconsumptie in het algemeen”, aldus nog Mullie. “In plaats van die kruistocht tegen rood vlees zouden er beter meer geld en middelen geïnvesteerd worden in de preventie en het bestrijden van obesitas. Langs de andere kant klopt het wel dat een voedingspatroon waarin geen of nauwelijks dierlijke producten voorkomen, weinig cholesterol en verzadigde vetten bevat. In een samenleving waarin hart- en vaatziekten de belangrijkste doodsoorzaak vormen, is dat een goeie zaak.”

Bron: De Morgen/De Tijd/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