

Wereldwijd is 20% van de sterfte toe te schrijven aan een ongezonde voeding

- 09/04/19 om 09:00
- Bijgewerkt op 08/04/19 om 14:17

Luc Ruidant

Volgens een studie uitgevoerd in 195 landen konden 11 miljoen sterfgevallen in 2017 worden toegeschreven aan een ongezonde voeding, d.w.z. te veel zout, suiker of vlees en onvoldoende volle graangewassen, fruit en groenten.

-
-
-
-
-
-
-



© belga

Er werd nog nooit zo'n groot onderzoek verricht naar het eetgedrag in 195 landen. De auteurs hebben het effect van een onevenwichtige voeding op de sterfte en de morbiditeit als gevolg van niet-overdraagbare ziekten becijferd. Ze hebben daarvoor de tendens vergeleken tussen 1990 en 2017. Door combinatie van die gegevens met die van epidemiologische studies

hebben ze becijferd dat ongeveer 11 miljoen sterfgevallen bij volwassenen van 25 jaar of ouder (dus 20%) in 2017 konden worden toegeschreven aan een ongezonde voeding. Dat zijn dus meer sterfgevallen dat door onverschillig welke andere risicofactor", volgens dr. Murray.

Maar een voeding die te veel suiker, te veel zout en te veel vetten bevat, is niet de enige oorzaak. De wetenschappers stellen inderdaad dat een voeding die veel zout en weinig gezonde voedingsmiddelen (zoals volle graangewassen, zaden, noten, fruit en groenten) bevat, verantwoordelijk is geweest voor meer dan de helft van de met de voeding samenhangende sterfte in de wereld in 2017.

Nagenoeg alle sterfgevallen (ongeveer 10 miljoen) waren toe te schrijven aan hart- en vaatandoeningen en de rest aan kanker (913 000) en type 2-diabetes (339 000).

Er waren ook grote verschillen van land tot land. De vorsers erkennen de beperkingen van hun studie. Zo waren de gegevens over de voeding afkomstig van verschillende bronnen en niet van alle landen waren die gegevens beschikbaar, wat de statistische onzekerheid van de ramingen verhoogt.

De auteurs onderstrepen dat er dringend nood is aan coördinatie van wereldwijde inspanningen om de productie, de distributie en de consumptie van gezond voedsel in de hele wereld te promoten.

(Referentie: *The Lancet*, 3 april 2019, doi: [10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8))

-
-
-
-
-
-
-