



# Voeding

Of de uitspraak van prof. Geuns dat “ons moderne, industrieel bereide voedsel tien procent van de bevolking ziek maakt, de (Belgische) regering het toe laat en de (Belgische) bevolking zo dwaas is om het te kopen”, zouden we met een korreltje zout kunnen nemen. Aan de ander kant is deze opmerking een teken aan de wand.

Wereldwijd is voeding een enorm probleem. Van vetzucht en obesitas in de rijke landen tot hongersnood in de arme landen. Met een reeks voedselgebreken (allergieën) daar tussen in. Staart de voedingsindustrie zich blind op nutriënten? Is er sprake van vervreemding van bodem en klimaat?

Er zijn stromingen in de bd-landbouw die stellen dat de hybride rassen vanuit voedingsoogpunt vraagtekens oproepen. Zij pleiten voor het gebruik van zaadvaste rassen. Deze voldoen veelal echter niet aan de hedendaagse eisen van telers, afnemers of consumenten (opbrengst, vorm, uniformiteit). Vanuit telersoogpunt zijn hybrides prima rassen met een goede opbrengst. In deze DP wordt ruimte gelaten aan een visie vanuit voedingsoogpunt. In de volgende DP volgt een visie vanuit de veredelingssector.

In bijgaande artikelen verschillende zienswijzen over voeding. Voeding als iets dat bestaat uit materiële deeltjes, voeding dat veel meer met smaak te maken heeft en voeding die bestaat uit vitale of levenskrachten.

Durven we de hypothese aan dat biologisch-dynamische landbouw een weg is tot her-aarding van de ontaarde landbouw en voeding?

## Ziek door voeding

*“Ons moderne, industrieel bereide voedsel maakt tien procent van de bevolking ziek. De regering laat het toe en de bevolking is zo dwaas om het te kopen”*

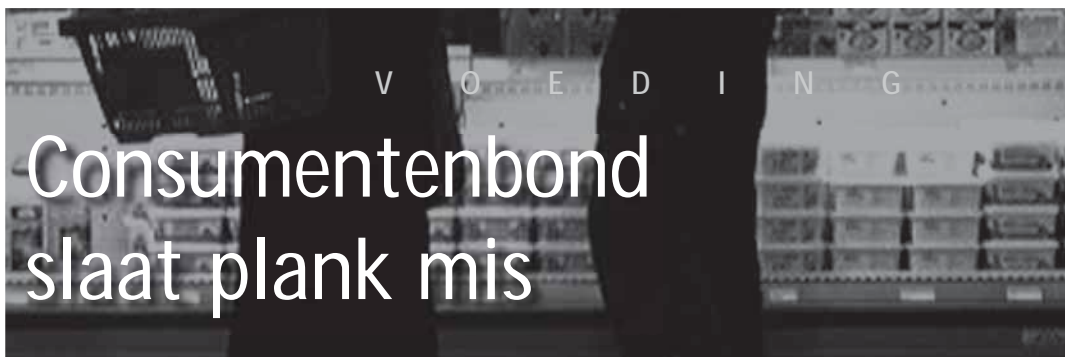
Niet iedereen is gelukkig met de uitlatingen van professor Geuns, biologisch onderzoeker aan de Katholieke Universiteit Leuven. Dat geeft hij ruitelijk toe. „Maar ik kan er geen begrip voor opbrengen dat politici de belangen van bedrijven zwaarder laten wegen dan de volksgezondheid.” Geuns noemt het een misdaad dat sommige stoffen, zoals aspartaam, nog in het voedsel mogen worden verwerkt.

Wat dat betreft heeft hij meer op met primitieve culturen. „Ik ken niet één stamhoofd dat toestaat dat een lid van zijn bevolking ziek wordt door slechte voeding. Dat in de Europese Unie lobbyisten worden geaccepteerd op dit gebied, toont aan hoe men aan het knoeien is.”

Klaargemaakte gerechten bevatten te veel vet, suiker, zout en smaakstoffen, vindt hij. „Massaal geproduceerd voedsel heeft geen smaak meer. Om dat te corrigeren worden al deze stoffen toegevoegd. Ik eet het liefst alles vers. Daarin ben ik misschien van het oude stempel.”

Geuns schat dat het de EU jaarlijks 230

Foto: Iwan Baan



miljard euro kost om ziekte als gevolg van slechte voeding te behandelen. Het gaat dan vooral over hart- en vaatziekten en diabetes. Het bedrag is gebaseerd op de kosten van onder andere medicijnen, ziekenhuisopnames, dotteren, hartoperaties, amputaties, speciale diëten en personeelskosten.

Geuns ondervond aan den lijve dat de westerse levensstijl vaak problemen oplevert in de vethuishouding, wat het risico op hart- en vaatziekten vergroot. „Op een gegeven moment was mijn cholesterolgehalte te hoog.” Het advies van zijn huisarts was opvallend: „In plaats van pillen, kreeg ik het advies tien kilo af te vallen.”

Niet alleen de toegevoegde stoffen vormen een punt van zorg voor de bioloog. „Het voedsel is zo hygiënisch dat we ons afweersysteem niet in leven kunnen houden.” Wetenschappers zijn van mening dat de kans op allergie hiermee toeneemt.

De bevolking moet wakker geschud worden, stelt Geuns. „Ze moet nee zeggen tegen industrieproducten en kiezen voor gezonde voeding.” Aangezien niet iedereen dat kan realiseren met een eigen groentetuin, ziet hij toekomst in de biologische landbouw. „Mensen kunnen beter iets meer betalen voor biologische producten. Dan weten ze tenminste wat ze eten.” Op dit moment is investeren in deze sector in België nog niet rendabel en dus niet aantrekkelijk voor de meeste boeren.

Voor Geuns komt het uiteindelijk hierop neer: „Mensen moeten kiezen waar ze hun geld aan willen besteden: aan gezond leven of aan het genezen van kwaaltjes.”

Bron: De Gazet, Antwerpen

2006-2 april 27

*Bruno van der Dussen*

*‘Biologische groenten niet gezonder dan gangbare groenten’ kwam begin februari in kranten en tv-journaals naar aanleiding van een steekproef van de Consumentenbond. Die conclusie lijkt wel erg kort door de bocht. Bert van Ruitenbeek, directeur Biologica reageert hierop.*

“De buitenwereld heeft de biologische sector kennelijk een gezondheidsclaim opgespeld om die vervolgens weer te ontcrachten”, is de eerste reactie van Bert van Ruitenbeek. “Iedereen weet dat de kern van de biologische landbouw en voeding is dat de voedselproductie weer wordt gebaseerd op ecologische draagkracht van de directe omgeving, zonder ingrijpen en opjagen met kunstmest en bestrijdingsmiddelen en met respect voor dieren. Dit vanuit de wetenschap dat gezonde voeding voortkomt uit een gezond landbouwsysteem”.

Ik hoef niet eens te vragen naar zijn reactie op die zogenoemde gezondheidsclaim, want Bert weet dat er wereldwijd honderden onderzoeken zijn gedaan naar het verschil in voedingswaarden tussen biologische en gangbare producten. “Uit meer dan de helft van deze onderzoeken blijkt dat biologisch geteelde groenten en

fruit meer gezonde stoffen, zoals vitamine C, bevatten dan gangbaar geteelde producten. Recente onderzoeken laten zien dat in biologische zuivel meer gezonde vetzuren (CLA en omega-3 vetzuren) zitten. In het licht van de tientallen onderzoeken die de voordelen van biologisch aangeven en het kleine aantal indicatoren waarop door de Consumentenbond onderzocht is, is een genuanceerde conclusie op z’n plaats”, aldus Bert.

Het lijkt mij duidelijk dat de voordelen van biologische landbouw voor biodiversiteit, schone bodem en drinkwater, ofwel een gezond milieu onomstreden zijn. “Dat is ook zo”, zegt Bert, “de biologische sector heeft duidelijke aanwijzingen dat er meer gezonde stoffen in biologisch geteelde producten zitten maar heeft daar nooit een directe gezondheidsclaim aan verbonden. Belangrijk is wel dat de biologische landbouw geen chemische bestrijdingsmiddelen gebruikt en dat er daardoor praktisch geen pesticidenresiduen in biologische producten zitten. Dit wordt ook in de Consumentengids erkend. Recent Amerikaans onderzoek laat zien dat kinderen die gangbare groenten en fruit eten, pesticidenresiduen in hun urine hebben. Zodra de kinderen biologisch gingen eten, verdwenen de sporen bijna meteen uit hun urine. Vielen de kinderen vervolgens terug op hun normale dieet, dan kwamen de pesticiden ook terug”.



*Begrijpt men dan nog steeds niet wat biologische landbouw betekent?*

"Eigenlijk niet", verzucht Bert, "terwijl de nadelige gevolgen voor het milieu van het massale gebruik van chemie en bestrijdingsmiddelen al in de jaren zeventig van de vorige eeuw erkend werden. Maar dat heeft nog maar ten dele geleid tot een verduurzamingproces. Ondertussen werden chemische kleur-, geur- en smaakstoffen steeds belangrijker omdat de smaak – die vooral wordt bepaald door versheid – tijdens de grootschalige verwerkings- en distributieprocessen verloren ging".

*De biologische landbouw en voeding heeft toch veel te bieden en er zijn toch meetbare voordelen?*

"Jazeker", zegt hij, "de biologische landbouw scoort beter als het gaat om bodemvruchtbaarheid en bodemleven. Daarnaast is er een grotere verscheidenheid aan vogels, vlinders en insecten en plantensoorten op en rond de bedrijven. Dit zijn belangrijke conclusies van recent Brits onderzoek en eerdere gedane Europese onderzoeken. De maatschappelijke betekenis blijkt verder uit het feit dat de meeste zorgboerderijen voor gehandicapten en herintreders op biologische wijze produceren. En dan hebben we het nog niet over de uitstekende prestaties op het gebied van natuurontwikkeling, dierenwelzijn en over minder CO<sub>2</sub> uitstoot in het productieproces".

*En hoe gezond is biologisch dan eigenlijk wel?*

Bert is van mening dat het belangrijkste is dat we meewerken aan een gezond milieu. "Dat is een groot algemeen belang. Verder is de biologische productiewijze vrij van chemisch-synthetische middelen en worden

antibiotica met grote terughoudendheid gebruikt bij de ziekte van dieren. Ten opzichte van de steekproef van de Consumentenbond waar de voordelen er niet duidelijk uitkwamen, staan wel degelijk veel wetenschappelijke onderzoeken waar het aantal gezonde stoffen in diverse producten hoger ligt. Hoewel dat niet het belangrijkste aspect is, constateren we ook dat de grote voedselchandalen van de laatste jaren vrijwel altijd voortkomen uit de strijd om de laagste prijs, waardoor stoffen als dioxine in veevoeder terecht komen".

*Biologisch dus als voortrekker?*

"Jazeker", zegt Bert van Ruitenbeek, "we zijn voortrekker op belangrijke vraagstukken van deze tijd. Namelijk betrokkenheid bij je eigen omgeving (het is niet voor niets dat zoveel zorgbehoevenden weer gaan 'aarden' op het platteland), gezonde voeding (obesitas neemt een vlucht door te zoet en te vet eten) en behoud biodiversiteit (het verdwijnen van soorten vormt volgens de FAO de grootste bedreiging voor de toekomstige voedselvoorziening).

In hoeverre vind je de bd-landbouw voortrekker, daar is sprake van onderzoek naar levens- of vitale krachten, vraag ik aan Bert. Ik verwijs naar enkele artikelen in dit nummer, onder andere dat van Ton Baars en het artikel van Bart Meijer van Putten.

Bert: "Naarmate de markt voor biologische voeding groeit, worden de economische belangen groter. Dat leidt er toe dat innovatie in de biologische landbouw lastiger wordt. Tegelijkertijd schept de marktgroei ruimte voor vernieuwing. Bd-landbouw is en blijft heel belangrijk als innovator. Het is geen wetmatigheid maar gemiddeld zijn

het meer de bd-boeren en tuinders die de echte vernieuwingen inleiden. Het is wel belangrijk dat er genoeg plekken zijn waar je de 'meerwaarde' kunt doorverkopen. Zonder 'economische duurzaamheid' loopt immers alles stuk. Je ziet gelukkig dat er in het buitenland groeiende behoefte is aan Demeterproducten en naarmate de supermarkten meer gaan doen met EKO, wordt het ook voor natuurvoedingswinkels weer belangrijker om zich te onderscheiden met Demeter. Ook zie ik een groeiende markt in huisverkoop en nog sterker bij internetverkoop. Hier liggen kansen voor bd-boeren omdat ze dichter bij de klant staan en dat is noodzakelijk om de meerwaarden door te verkopen. Het blijft wel jammer dat als je tien boeren vraagt wat BD inhoudt, je tien verschillende antwoorden krijgt. De 'communiceerbare meerwaarden' moeten nog wel beter over en voor het voetlicht worden gebracht".

## Naschrift redactie

Dr. Ir. Lucy van de Vijver, programmaleider Voeding bij het Louis Bolk Instituut te Driebergen, merkt hierbij nog het volgende op: "Eén onderzoek is te beperkt. Een oordeel dient gebaseerd te zijn op meerdere wetenschappelijk uitgevoerde studies. Kijken we naar alle onderzoeksgegevens van de afgelopen jaren, dan wordt bij herhaling gevonden dat biologische producten meer anti-oxidanten, waaronder vitamine C, bevatten. Daarnaast bezitten biologische zuivelproducten meer gezonde vetzuren (omega-3 en CLA vetzuren). De studie van de Consumentengids verandert niets aan dit beeld".

"Residuen maken het verschil", aldus Lucy, "in het onderzoek van de Consumenten-

bond wordt over negatieve inhoudstoffen, zoals chemische bestrijdingsmiddelen alleen aangegeven dat ze onder de norm zijn. Deze residuen komen in gangbare producten per definitie vaker voor om de dooereenvoudige reden dat deze in de biologische sector niet zijn toegestaan. Over de gezondheidsaspecten van deze stoffen worden in het onderzoek helaas geen uitspraken gedaan”.

## Naschrift Jan J.C. Saal

Vanuit de antroposofie weten we dat de menselijke activiteit bestaat uit streven, denken, voelen en doen. Bij een gezonde mens liggen deze vier activiteiten in elkaars verlengde. Bij het denken bestaan echter vele mogelijke gedachten en gelukkig zijn we in Nederland ook vrij om te denken wat we willen. Het maakt echter veel uit of je achter de fysieke werkelijkheid een geestelijke wereld erkent, of niet. Uit het onderzoek en de conclusie van de consumentenbond blijkt het laatste. Er wordt gezocht naar stoffen die al of niet aanwezig zijn. Het is echter de vraag of het aantonen daarvan een maatstaf geeft voor de gezondheid. Stoffen zijn immers dragers van geestelijke krachten en om die krachten gaat het uiteindelijk bij de voeding. De consumentenbond zegt ongeveer: een boek lezen is gezond en het maakt niet uit of er pornografie in het boek staat of dat een wijsgeer dat boek heeft geschreven. Een boek is immers een boek. Staat er een boek in de boekenkast ja of nee? Voor Bert Ruitenbeek meteen nog een antwoord erbij op de vraag: Wat houdt Demeter eigenlijk in?

2006-2 april 29



*Andrea van Gemst,  
voorzitter Slow Food Nederland*

Jan Diek van Mansvelt vroeg zich in het vorige nummer af waarom er door Slow Food zo weinig over de biologische of bd-landbouw gesproken wordt. Het antwoord is eigenlijk even simpel als vanzelfsprekend: met biologisch of BD alleen zijn we er nog lang niet!

Slow Food is een Internationale Beweging ter Verdediging van het Recht op Genieten. Daar is het ons ooit om begonnen en dat is nog steeds een belangrijk uitgangspunt. Genieten van de smaak van pure, ambachtelijke, regionale, traditionele of bijzondere producten. Dat genieten staat voor ons echter niet gelijk aan het gedachteloos verorberen van een vette snack of een magnetronmaaltijd of aan oneindig schransen.

De zorg om het behoud van diversiteit op je bord is er immers ook een om behoud van biodiversiteit en landschappelijke diversiteit. Met de toenemende grootschaligheid van productiewijzen - zowel in de traditionele als in de biologische landbouw - staan deze enorm onder druk. We willen geen onafzienbare rijen slakroppen of bonsai-appelstruiken: we willen hoogstamfruit en een divers landschap, we willen niet één of twee, maar tientallen verschillende soorten boontjes en

vooral: we willen smaak! En elke soort en elk ras kent zijn eigen smaak. Onze ouders vroegen nog naar specifieke aardappels (Bintjes, Eigenheimers, Malta's, enzovoort) terwijl wij het nu moeten doen met kleurcodes die aangeven of het een vastkoker of een bloemig ras betreft.

Natuurlijk realiseren we ons ook dat we niet kunnen terugkeren naar de zelfvoorzienende tijden van weleer en dat we sommige ontwikkelingen niet kunnen tegenhouden. Het is echter wel de hoogste tijd om dat wat er nog is voor de ondergang te behoeden. Biologische of verwante productiewijzen zijn eigenlijk min of meer vanzelfsprekend als we het hebben over onze opvattingen over voedselproductie. Maar duurzaamheid houdt voor ons meer in: geen monocultuur, een goede en eerlijke prijs voor de producent en het behoud van de bovengenoemde diversiteit.

Er zijn zeker heel veel parallellen aan te geven tussen Slow Food en de biologische sector, maar er zijn ook enorme verschillen. Die beginnen natuurlijk al bij de uitgangspunten: genieten is een heel andere insteek dan zorg om het milieu. Slow Food gaat er echter van uit dat genieten zonder zorg om het milieu eigenlijk niet kan. Of zoals Petrini het (vrij vertaald) verwoordde: "Iemand die