

Biologische voeding gezonder, verlaagt kans op kanker



Dat biologisch eten gezonder is dan niet biologisch eten is voor mij heel logisch. Niet biologische groenten en fruit bevatten heel veel [bestrijdingsmiddelen](#), als je zou eten volgens de schijf van 5, zou je dagelijks meer dan 20 bestrijdingsmiddelen binnenkrijgen. Maar goed, blijkbaar is dit niet voor iedereen logisch en moet dit eerst bewezen worden door wetenschappers. Terwijl een weldenkend mens toch moet begrijpen dat de uitkomsten van de [wetenschap niet altijd objectief](#) en in het belang van onze gezondheid zijn.

Maar inmiddels zijn we zo afhankelijk geworden van de cijfers en wetmatigheden van der wetenschap, dat nog steeds het merendeel van de mensen ervan overtuigd dat wetenschappers de waarheid verkondigen. Maar goed, ieder zijn manier van kijken naar de wereld. Maar ik zie dat anders, ik zou het beter vinden als we wat meer uit het denken komen en meer gaan leven met ons hart, dat zou een stukje beter zijn voor onze prachtige Moeder Aarde.

Ik zou het mooi vinden als we de goede punten uit de wetenschap zouden behouden en deze 'mixen' met onderdelen van de spiritualiteit. Klinkt misschien wazig, maar steeds meer wetenschap bewijst dan de wereld alleen kan bestaan als deze twee onderdelen samenkomen, kijk naar de kwantumfysica, die bewijst al dat de huidige wetenschap te kortzichtig is. Ik ben daarover een stuk aan het schrijven die heel diep ingaat op dit onderwerp, wetenschap en spiritualiteit: twee stromen, één bron, en ik kan de titel alvast verklappen "Geloof > wetenschap > spiritualiteit".

Onze toekomst is spirituele wetenschap, daar waar denken en voelen samenkomen

Biologische voeding is gezonder en verlaagt kans op kanker

Als je door biologisch te eten je kans op kanker verkleint, mag je stellen dat biologisch eten gezonder is, alleen al door dit ene onderzoek.

De uitgangsvraag van het onderzoek: is er een samenhang tussen het eten van voeding met minder of geen bestrijdingsmiddelen, dat is onder meer biologische voeding, en het risico op kanker? Voor dit onderzoek hebben ze materiaal gebruikt van 70.000 volwassenen en daarbij is een significante vermindering van het risico op kanker waargenomen bij het eten van biologisch voedsel. ([bron](#))

Dus hoe meer je biologisch eet, hoe meer de vermindering van risico op kanker is. Dus werk preventief, een woord wat in onze huidige gezondheidszorg nauwelijks schijnt voor te komen, en eet biologisch. Hoe meer hoe beter. Ondanks dat biologisch eten aantoonbaar minder bestrijdingsmiddelen bevatten is er eigenlijk nog nooit echt onderzoek gedaan naar verband tussen biologische voeding en het verminderen van kanker. Wat eigenlijk vreemd is, we pompen honderden miljoenen in het onderzoek voor genezing van kanker, terwijl voorkomen beter dan genezen is en in dit geval ook veel goedkoper.

Wat cijfers uit het onderzoek

Onder de 68946 deelnemers, waarvan 78,0% vrouw en gemiddelde 44 jaar, zijn 1340 eerste gevallen van incidentele kanker geïdentificeerd tijdens de follow-up, waarbij het meest voorkomende 459 borstkankers, 180 prostaatankers, 135 huidkankers en overige kankers. De scores van dit onderzoek voor biologische voeding waren omgekeerd evenredig met het algehele risico op kanker, dus meer je biologisch eet hoe minder kans op kanker. Dit was het duidelijkst bij non-Hodgkin-lymfoom (kanker van het bloed- en lymfestelsel) en ook namen de risico's op borstkanker af.

Deze uitkomst komt in een tijd dat de interesse in de kankerrisico's van pesticiden verder toeneemt, en mensen steeds meer twijfel hebben bij vermeldingen van de overheden dat bestrijdingsmiddelen geen enkel risico vormen. Even wat kreten van deze overheden.

- De omstreden onkruidverdelger Roundup blijft voorlopig in de handel. De Europese vergunning voor glyfosaat, hoofdbestanddeel van het bestrijdingsmiddel, wordt met vijf jaar verlengd. Spanje en Nederland waren, net als de Europese Commissie, aanvankelijk voor een verlenging van tien jaar.
- Volgens 2 Europese instituten – de Europese Autoriteit voor Voedselveiligheid (EFSA) en het Europees Agentschap voor chemische stoffen (ECHA) – is het middel Roundup veilig.
- Het Voedingscentrum; De gezondheidsvoordelen van groente en fruit eten zijn groot. Dit weegt ruimschoots op tegen de mogelijke gezondheidsrisico's van resten bestrijdingsmiddelen.
- De NVWA, Nederlandse voedsel en warenautoriteit, meldt: De wettelijke normen van resten bestrijdingsmiddelen in voedingsmiddelen worden niet overschreden.

Wat ik opvallend vindt is dat wat deze overheden te vertellen hebben steeds meer afwijkt van

wat wij, het volk willen en denken. Hoe kan dat toch, dat de overheden er zo anders over denken, vertegenwoordigen zij andere belangen, andere belangen dan onze gezondheid? En Nederland loopt daarin voorop die wil bij voorbaat het middel Roundup al voor 10 jaar goedkeuren, dat is toch triest als er zo veel onzekerheid en discussie is. Het kan ook anders, want afgelopen week is een schadevergoeding toegekend in Amerika, omdat de rechter concludeerde dat de Roundup onkruidverdelger van Monsanto kanker veroorzaakt heeft bij een man. Dat is een eerste stap in de goede richting. We worden sterker en bewuster, steeds meer hart en minder denken en economie. Ik had er in 2015 al een bericht over, [Roundup met Glyfosaat van Monsanto is waarschijnlijk kankerverwekkend](#).

Biologische voeding is gezonder

Biologische landbouw staan het gebruik van synthetische meststoffen, pesticiden en genetisch gemodificeerde organismen niet toe en beperken het gebruik van diergeneesmiddelen. Daardoor bevatten biologische producten minder residuen van bestrijdingsmiddelen dan conventionele voedingsmiddelen. Eerder dit jaar meldde een rapport van de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid dat bijna de helft (44 procent) van het standaardvoedsel 1 of meer chemicaliën bevat, vergeleken met slechts 6,5 procent bij biologisch voedsel. Bovendien vertonen natuurlijke bestrijdingsmiddelen die in de biologische landbouw in de Europese Unie worden toegelaten, veel minder toxische effecten dan de synthetische pesticiden die in de conventionele landbouw worden gebruikt.

Hoewel biologisch voedsel niets nieuws is, tonen steeds meer onderzoeken aan hoe cruciaal het kan zijn voor uw gezondheid. Deze onderzoeken tonen ook aan dat pesticiden en andere vormen van voorgeproduceerde fabrieksproducten niet goed zijn voor je gezondheid.

Conclusie

Deze resultaten tonen aan dat een hogere consumptie van biologisch voedsel gepaard gaat met een vermindering van het risico op algehele kanker. Het promoten van biologische voeding is een uitstekende manier van preventie tegen kanker. Waarom dit nog zo weinig gebeurt is mij een raadsel. Natuurlijke voeding is onze toekomst, en dan zou ik niet wachten op de overheden, ik zou de touwtjes in eigen hand nemen en kijken wat je zelf kunt doen om natuurlijker te leven en te eten. Begin met biologische groenten, van bij voorbeeld de Lidl of een boerderij uit de buurt en vermijd de supermarkt voor je voeding, die hebben niet als doel om jou gezond te maken/houden.

Shares

• -

[Facebook](#)

- -

[Twitter](#)

- -

[Google+](#)

- -

[LinkedIn](#)

- -

[Pinterest](#)

- -

[Tumblr](#)

- -

[Gmail](#)

- -

[Uitprinten](#)

Gezondheid & Voeding