

Biologische voeding tegen over de gangbare chemische voeding



-
-
-
-
-



-
-
-

Ik wil graag een pleidooi houden voor gezonde biologische voeding. Het marktaandeel van biologische voeding is de laatste jaren vertienvoudigd. Steeds meer mensen kiezen bewust voor biologische voeding. Het is vreemd dat er gekozen is voor de naam biologisch, terwijl dit gewoon de natuurlijke manier is van omgaan met de natuur en voeding.

Ik denk dat het beter en duidelijker is dat **biologische voeding voortaan gewoon voeding heet en de gewone voeding voortaan de naam chemische voeding draagt**. Dit omdat bijna al onze voeding of chemisch bereid wordt of chemische toevoegingen in zich heeft.

Nu is chemisch eigenlijk een verkeerd woord omdat ook alles in de natuur chemisch van aard is. Een beter woord zou zijn synthetisch ofwel door de mens/industrie vervaardigd

Wat is biologische voeding?

Biologische voeding wordt verbouwd zonder chemische bestrijdingsmiddelen, zonder kunstmest en met zorg voor het milieu en de dieren. Fruit, groenten, graansoorten en overige plantaardige voedingsmiddelen mogen 'biologisch' genoemd worden als er tijdens het telen geen gebruik gemaakt wordt van kunstmest, pesticiden en/of chemische gewasbeschermingsmiddelen of andere chemische stoffen.

Er mag geen gebruik gemaakt worden van de zogenaamde [E-nummers](#), waarvan sommige aantoonbaar negatieve gezondheidseffecten hebben. En ook is gentechnologie verboden in de biologische landbouw. Bij gentechnologie wordt er een 'vreemd' gen ingebracht bij een bestaande cel om deze te verbeteren.

Nadelen gentechnologie:

- De meeste gentechgewassen zijn tot nu toe herbicide-resistent. Deze resistentie leidt binnen enkele jaren juist tot een toename in plaats van een afname van pesticidengebruik.
- Er is geen sprake van hogere opbrengsten als er een objectieve vergelijking wordt gemaakt met gentechvrije gewassen. Onderzoek laat zien dat de oogst dan vaak een paar procent lager is.

- Honger is een verdelingsprobleem, geen productieprobleem.
- Door gentechgewassen ontstaan 'superonkruiden' en dit vormt een bedreiging voor het milieu.
- Gentechnologie is duidelijk een vorm van symptoombestrijding.
- Meer [informatie over de nadelen van gentechnologie](#) en [10 misverstanden over gentechnologie](#)

Dus buiten het feit dat je voeding gezonder en natuurlijker is wordt er ook beter en natuurlijker omgegaan met de omgeving en dieren en dat is ook heel wat waard. Kijk maar eens om je heen en zie hoe wij op dit moment omgaan met de natuur, er is maar een belang en dat is zoveel mogelijk geld verdienen, ten kosten van (bijna) alles. En een gezonde planeet, daar hebben we eigenlijk allemaal baat bij.

Wat zegt het voedingscentrum, met als slogan 'De waarheid boven tafel', daarover: Over het algemeen zijn biologische producten net zo gezond en veilig als niet-biologische producten. Dat kun je toch niet met droge ogen beweren als je bovenstaande informatie hebt gelezen.

Is biologische voeding gezonder?

Misschien is dit wel de verkeerde vraag. Het streven van biologisch is niet het gezonder maken van de voeding maar het natuurlijke element behouden. Zodat de voedselproductie weer wordt gebaseerd op ecologische draagkracht van de directe omgeving, zonder ingrijpen en opjagen met kunstmest en bestrijdingsmiddelen en ook met respect voor dieren. Dit vanuit de wetenschap dat gezonde voeding voortkomt uit een gezond landbouwsysteem.

Uit onderzoek blijkt dat er minder bestrijdingsmiddelen en resistente bacteriën op biologische producten zitten. Over smaak valt niet te twisten maar ik vind biologische voeding ook beter van smaak.

Natuurlijk is er ook onderzoek gedaan of [biologische voeding](#) gezonder is en dit zijn de resultaten:

- Biologische voeding speelt een rol bij de bescherming tegen allergische klachten of bij de goede opbouw van het immuunsysteem.
- De consumptie van biologische voeding hangt samen met een lager lichaamsgewicht.
- Je hebt een lager risico op chronische ziekten zoals hart- en vaatziekten en kanker. Een hoger gehalte aan antioxidanten in biologische producten, een hoger antioxidatief effect van biologische extracten op groei van kankercellen.
- Biologische groenten en fruit bevatten meer bioactieve stoffen zoals antioxidanten.
- Het eiwitgehalte van biologische graanproducten is lager in vergelijking tot gangbare graanproducten en bevat meer essentiële aminozuren.
- Biologische groenten en fruit bevatten gemiddeld een hoger gehalte aan vitamine C.
- Biologische producten bevatten gemiddeld meer mineralen.

Bron: natureandmore.com

Verschil tussen gangbaar chemische voeding en biologisch voeding

Chemische/gangbare boeren kunnen sneller oogsten en zeggen meer opbrengst te hebben terwijl biologische kwekers zeggen dat hun producten beter smaken en gezonder zijn. Bij biologische voeding draait alles om natuurlijk evenwicht, en dat is nou juist zo belangrijk voor plant.

Bij biologische voeding word het zelfde mineraal aangeboden als bij chemische voeding, alleen dan in z'n originele vorm. Doordat met biologische voeding het bodemleven intact word gelaten en gevoed word kunnen de bacteriën in het medium de plant helpen met het gezond houden van het wortelstelsel. En een gezond wortelstelsel resulteert in een gezonder gewas.

Chemische vingerafdruk in biologische voeding

Om fraudebestrijding met biologische voeding tegen te gaan gaat het RIKILT de komende drie jaar met andere Europese wetenschappers op zoek naar een unieke chemische vingerafdruk in biologische voeding. Het onderzoek vindt plaats binnen het EU project AuthenticFood dat onlangs van start is gegaan.

In dit project gaan wetenschappers analysemethoden testen op hun vermogen authentieke biologische plantproducten te onderscheiden van reguliere varianten, en deze methoden doorontwikkelen. Deze methoden moeten producten die onterecht beweren biologisch te zijn, ontmaskeren zodat klanten erop kunnen vertrouwen dat het aanbod aan biologische producten ook echt biologisch is.

Het marktaandeel van biologische producten is de afgelopen tien jaar voortdurend in waarde gestegen. De prijs van biologische plantaardige producten is doorgaans hoger dan die van gangbare producten. Het aantal gevallen van fraude en onjuiste etikettering is echter groeiend en soms grootschalig. Als gevolg daarvan is er behoefte aan analysemethoden waarmee onderscheid kan worden gemaakt tussen biologische en gangbare voedingsproducten.

Bron: labvision.nl

Conclusie: biologische voeding is beter en gezonder, beter voor jezelf, beter voor je omgeving en beter voor het milieu. Ik denk dat de tijd van uitbuiting voorbij is en we weer op zoek moeten naar het meer in balans leven met de natuur. Daarom kies ik voor biologische voeding en biologische voedingsproducten. Ik hoor graag hoe jullie hier over denken.

Toevoegen aan Anti-Banner

Shares

• -

[Facebook](#)

- -

[Twitter](#)

- -

[Google+](#)

- -

[LinkedIn](#)

- -

[Pinterest](#)

- -

[Tumblr](#)

- -

[Gmail](#)

- -

[Uitprinten](#)

Gezondheid & Voeding