

Steeds vaker....

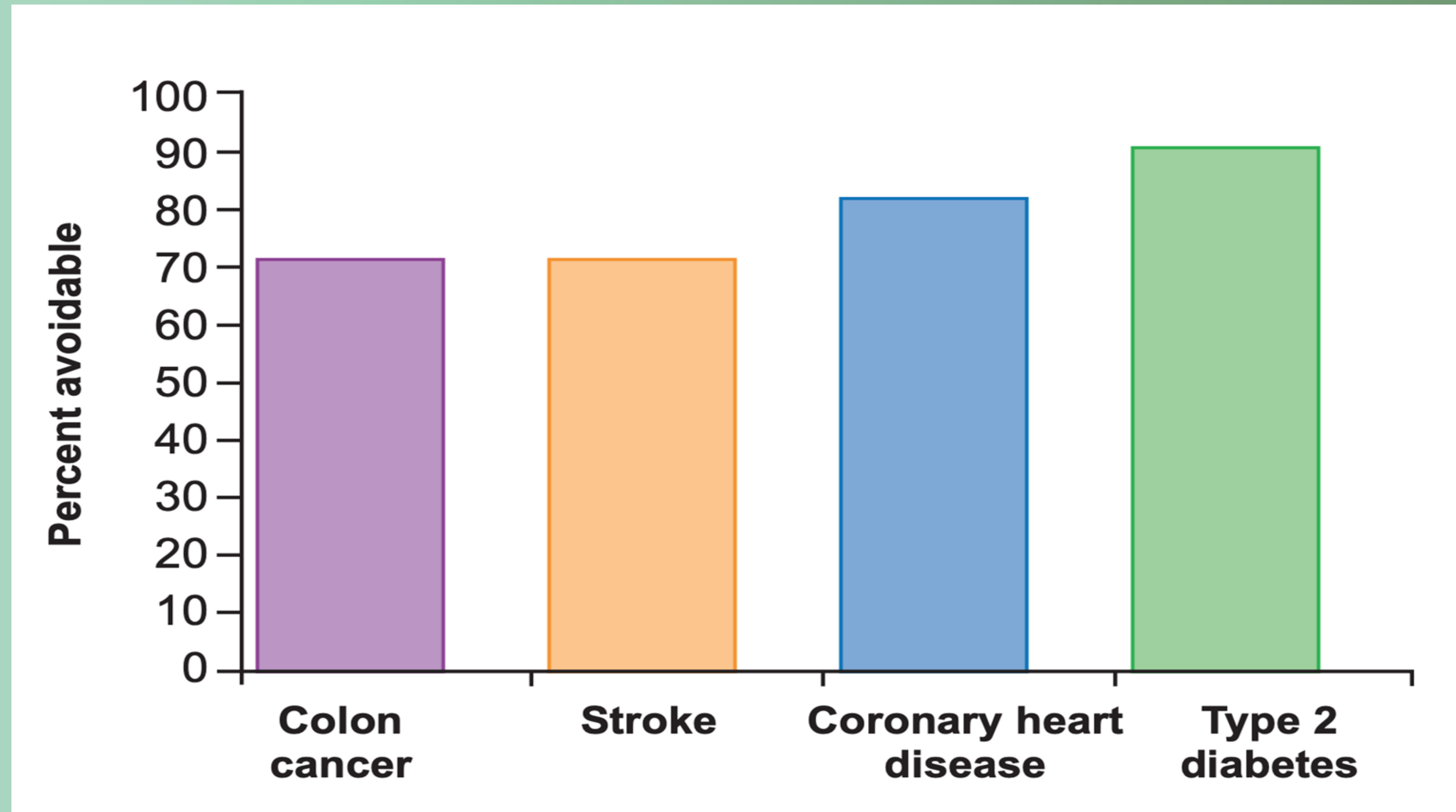


**Invitational
De Groene OK**

4 april 2024

Anneke Kwee
Bestuurslid
Caring Doctors
Gynaecoloog

Ziektelast



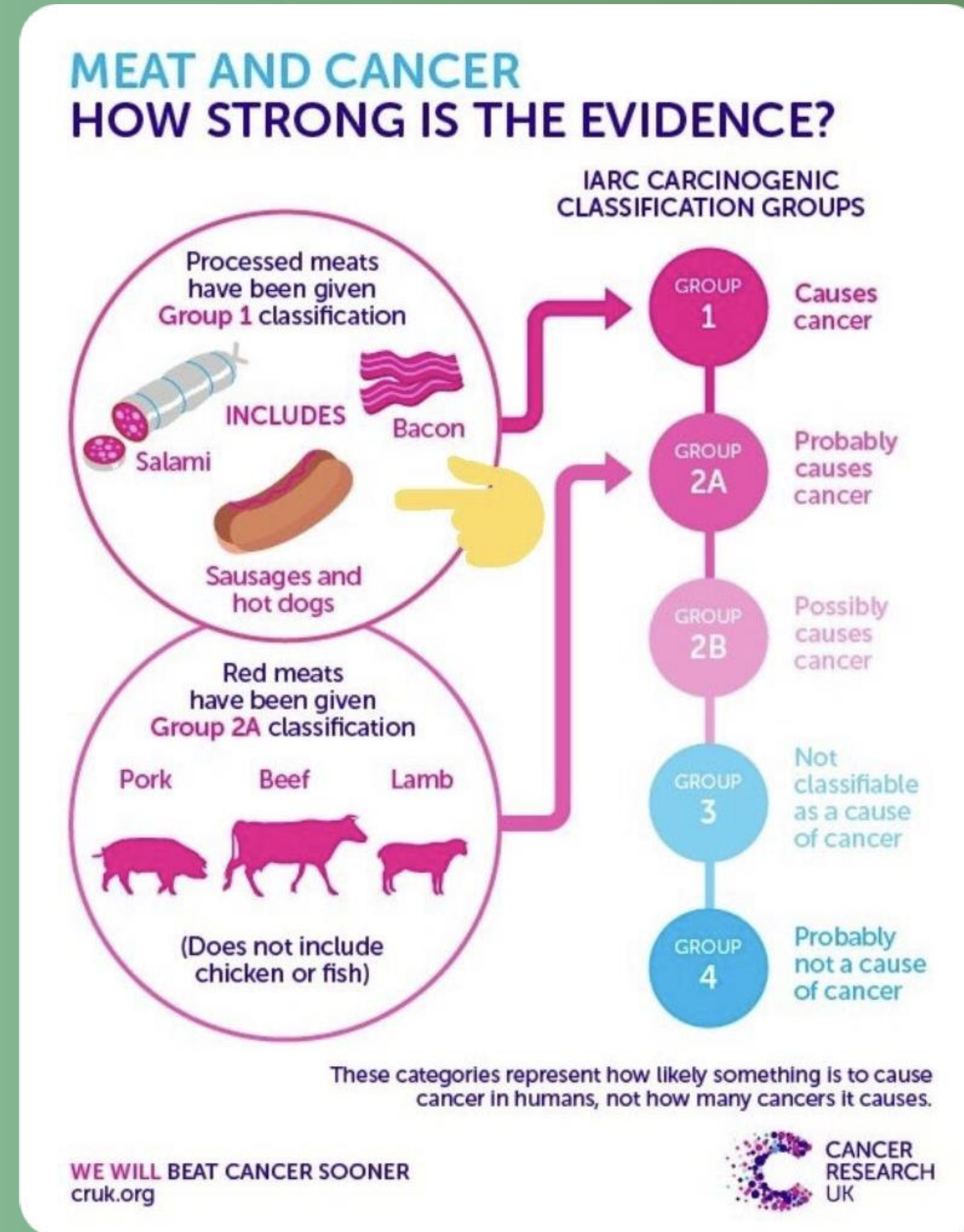
Beperkt aandeel genetische aanleg
Belangrijkste oorzaak is leefstijl, waaronder voeding

Bron:
Willet, et al. Science
(2002)

Gezondheidsschade dierlijk voedselsysteem

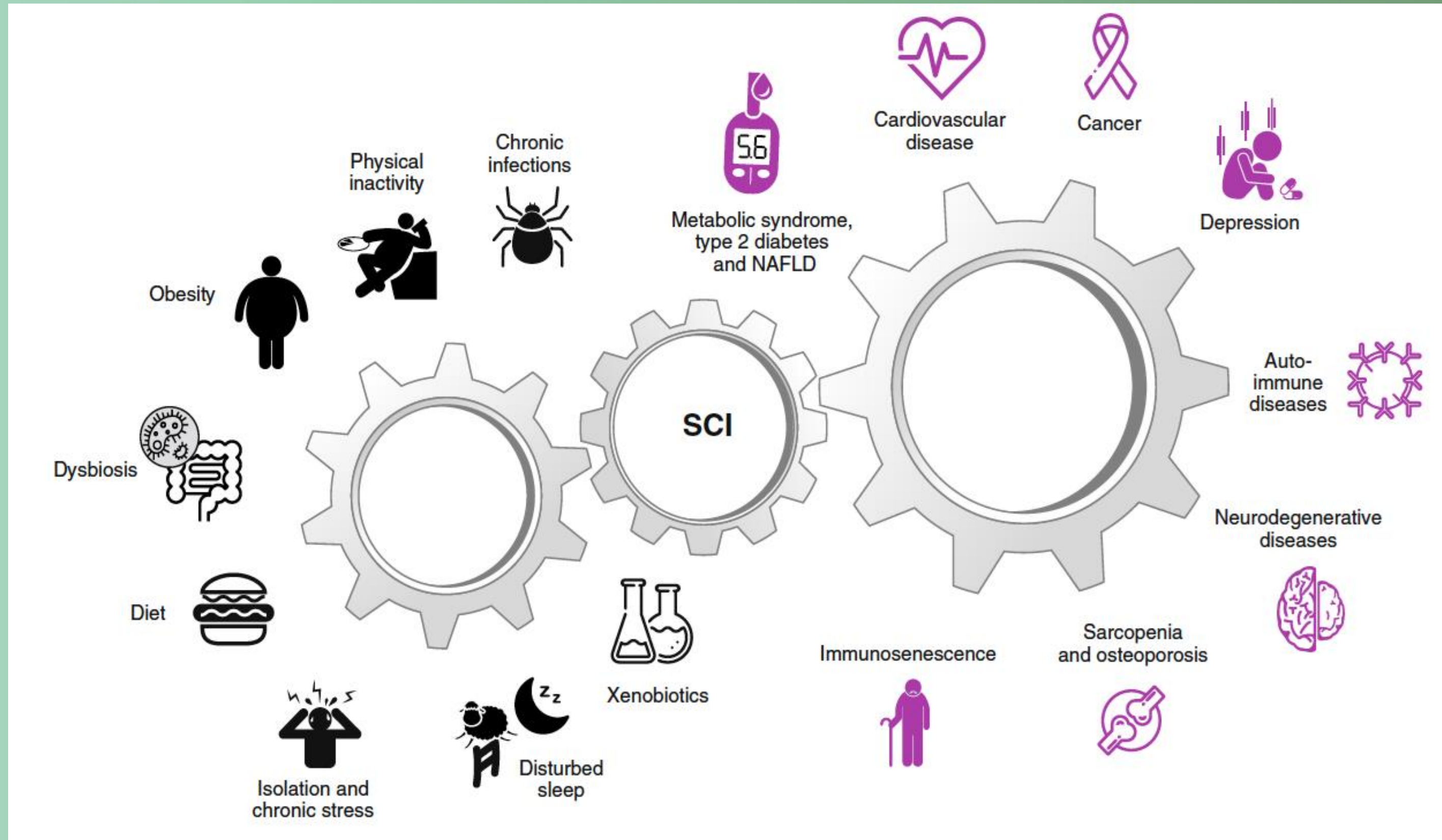
Onder andere:

- Overgewicht
- Diabetes type 2
- Hart- en vaatlijden
- Kanker (oa darm, prostaat en borst)
- Neurologische aandoeningen
- Gewrichtsaandoeningen



Bron:
Cancer Research
Nutrition
Cardiology
Association
Diabetes Research
Neurology
PAN

Waarom onbewerkt plantaardig?



↑ Vitamines en mineralen

↑ Antioxidanten

↑ Fytonutriënten

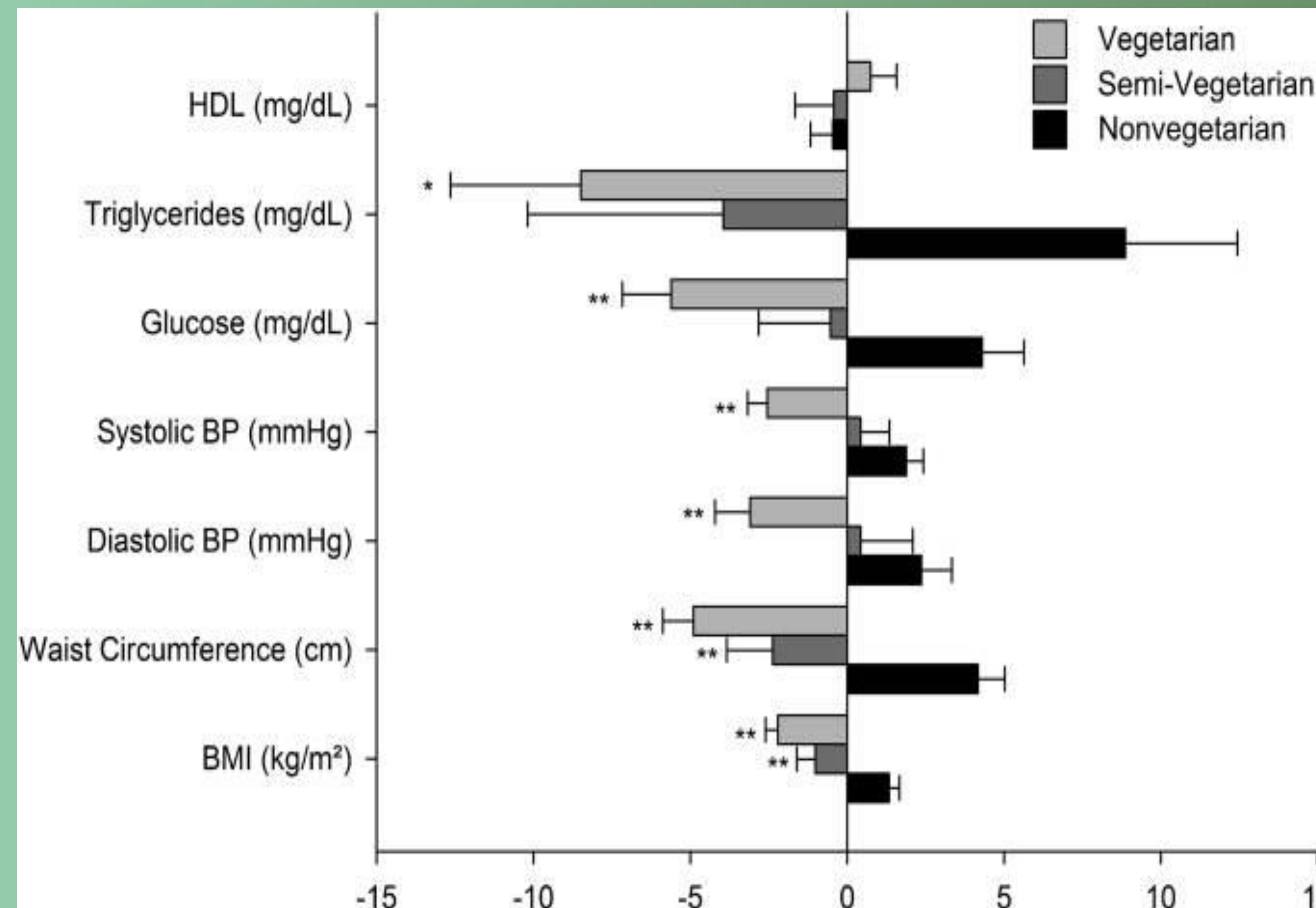
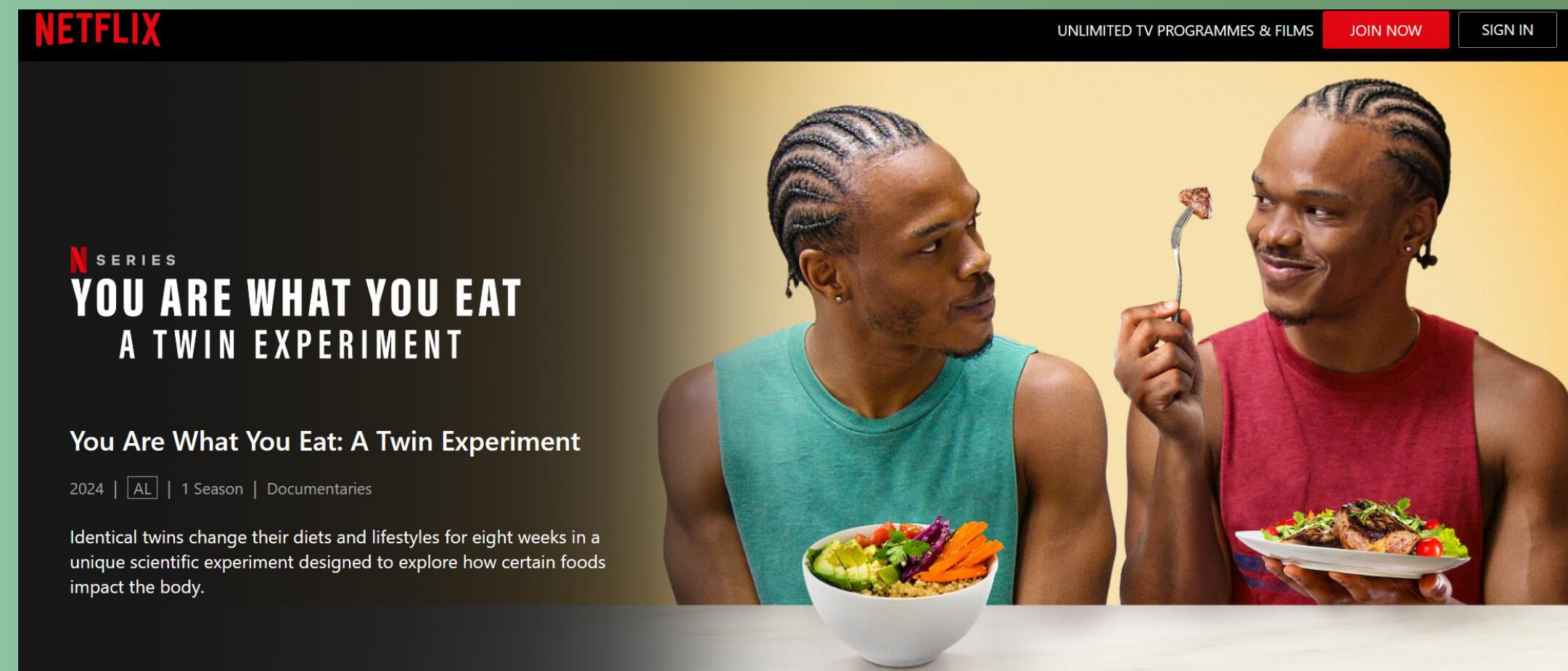
↑ vezels (> 40 gram/dag)

↓ Verzadigd vet (<10 % energie)

↓ Zout

↓ Dierlijke eiwit

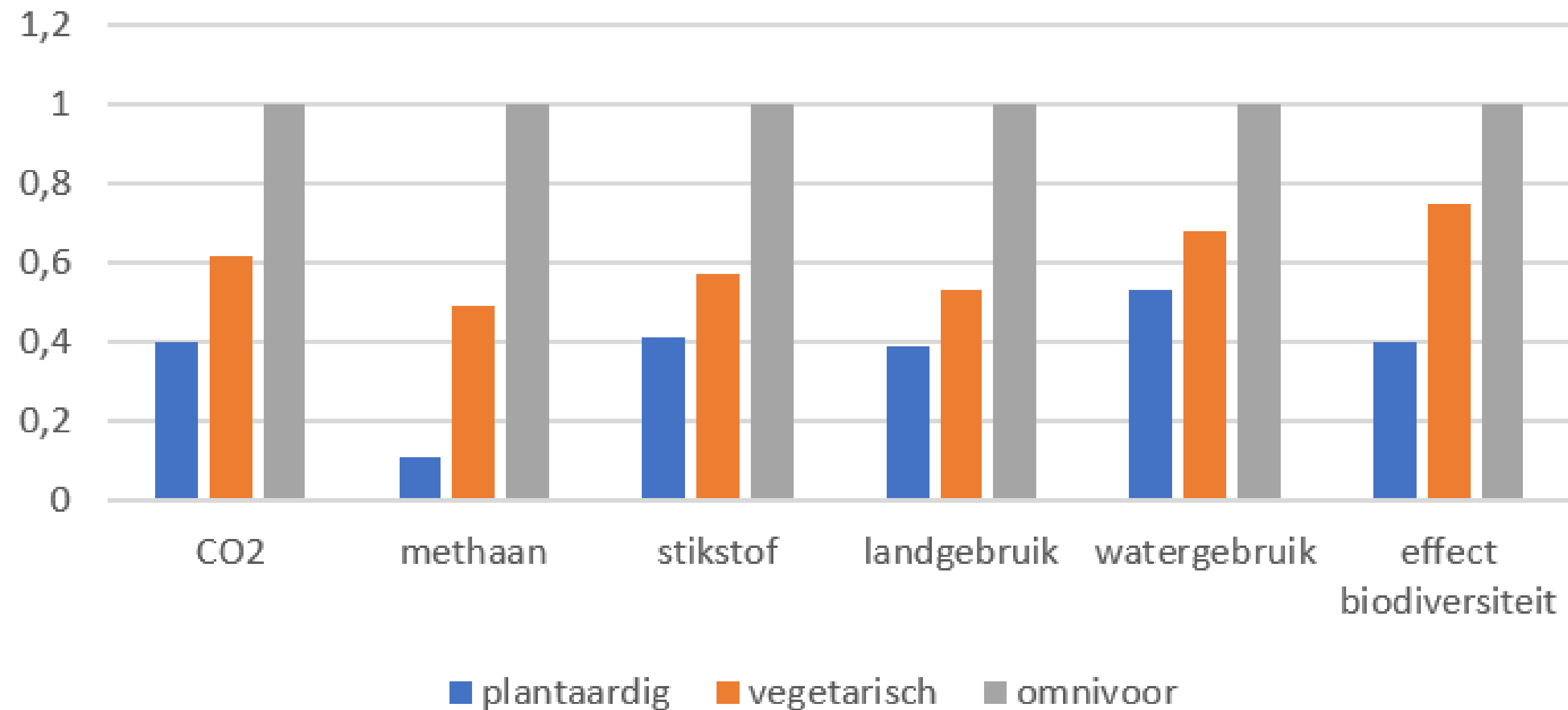
Bewijs?!



> 300
wetenschappelijke
artikelen

Bron:
Rizzo, et al. Diabetes
Care (2011). Landry et
al. JAMA (2023)

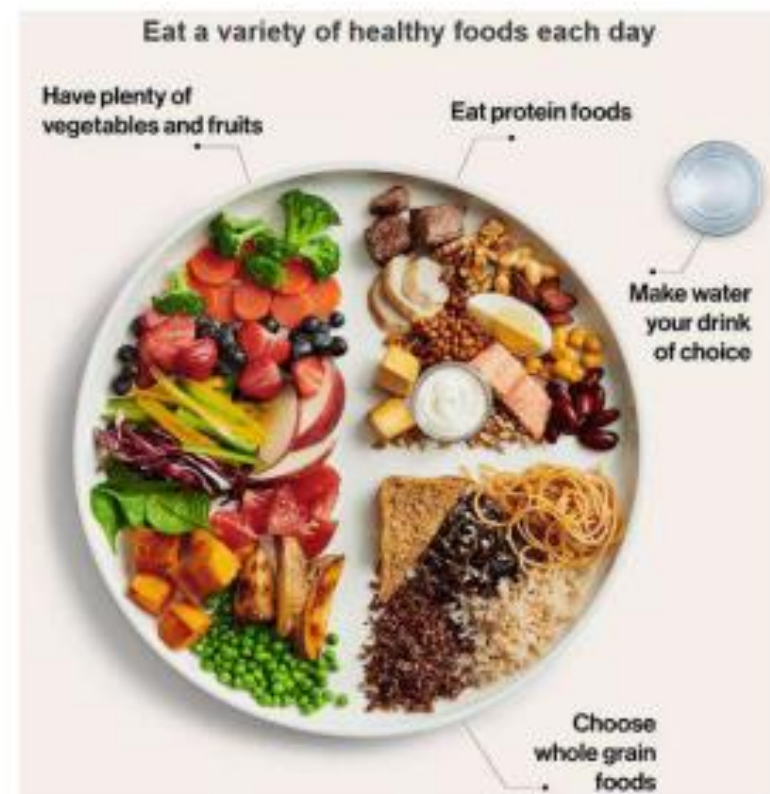
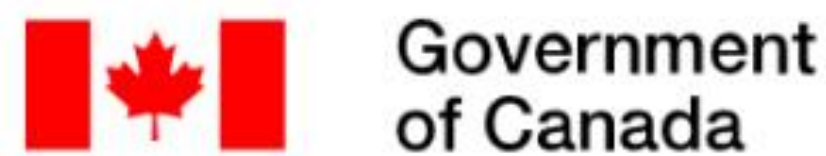
Relatieve impact op klimaat en milieu verschillende voedingspatronen*



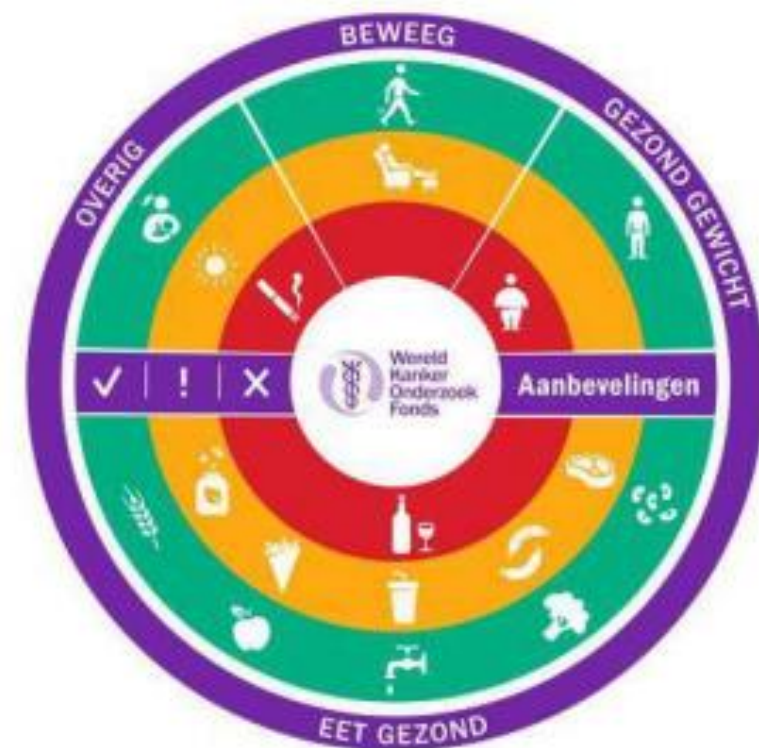
*Scarborough et al.
Nature Food | Volume
4 | July 2023 | 565–
574.

Een *verschuiving* naar een *meer plantaardig* en minder dierlijk voedingspatroon is *bevorderlijk* voor de gezondheid

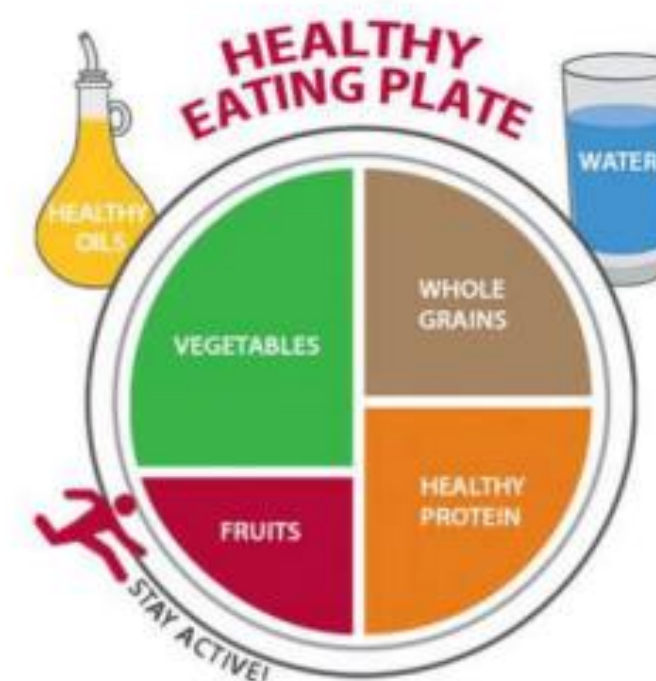
EAT Lancet: 80 % plantaardig & 20 % dierlijk



Canada's food guide Eat vegetables and fruits



Make wholegrains, vegetables, fruit, and pulses (legumes) such as beans and lentils a major part of your usual daily diet



Make most of your meal vegetables and fruits
Go for whole grains



Healthy diets have an optimal caloric intake and consist largely of a diversity of plant-based foods, lo

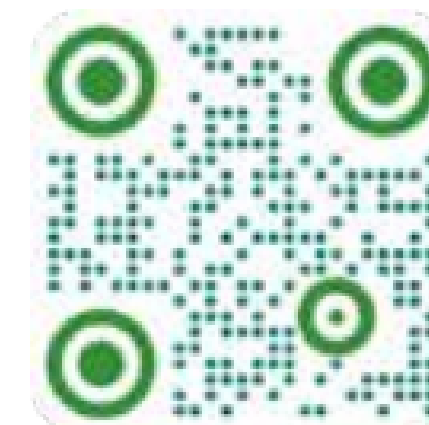
Win Win Win Win



Risico op zöonosen en
antibioticaresistentie ↓



Voedselzekerheid
wereldbevolking ↑



ZORGPROFESSIONALS

**VOOR EEN TRANSITIE VAN DIERLIJK NAAR PLANTAARDIG EIWIT IN
ONS DIEET VOOR MENS, DIER EN NATUUR**

WAAR STAAN WIJ VOOR

Eerlijke prijs voor vlees en zuivel waar milieu- en gezondheidsschade in berekend is.

Hoofdzakelijk plantaardige instellingskeukens in ziekenhuizen en universiteiten.

Ongezonde voeding krijgt een combinatie van een vlees-, vet- en suikertaks.

Verse groente en fruit naar 0% BTW.

Voeding en klimaat een vast onderdeel van opleidingen van zorgprofessionals.

Voorlichting en preventie op scholen en in de spreekkamer.

**Teken het
manifest!**



SLUIT JE AAN
WWW.CARINGDOCTORS.ORG



De Beweging

'Beter voor klimaat'

Nooit meer vlees in de kantine: bij de TU Delft gaan ze voor vega

3 mei 2021 18:44 • Aangepast 20 mei 2021 09:59

Veganistische maaltijden in ziekenhuizen New York: 'Milieubewuster'

1 september 2023 00:22 • Aangepast 1 september 2023 00:24



Alleen nog vegetarische lunches bij UU-vergaderingen



Duurzaam broodje van Sodexo

Vanaf 15 maart 2018 zijn alle lunches van de Universiteit Utrecht die via cateraar Sodexo worden besteld, standaard vegetarisch. Dat maakte vicevoorzitter van de UU Annetje Ottow bekend in haar tweede vlog.

Marco Lagrand | Programma Manager Duurzaamheid bij Noordwest Ziekenhuisgroep

"Ziekenhuizen hebben een voorbeeldrol op het gebied van goede voeding. Je wilt de patiënt in een paar dagen meegeven dat een duurzame maaltijd heerlijk smaakt en kan bijdragen aan het herstel. Minimaal 65% van onze patiënten eet nu vegetarisch!"



Ziekenhuizen vergroenen steeds meer: Erasmus MC ontmoedigt vleeseten

Het Erasmus MC gaat voor een duurzamer en gezonder voedselaanbod en ontmoedigt vleeseten. Het Rotterdamse ziekenhuis met ruim 16.000 medewerkers voert onder meer Meat Free Mondays in. De 32 automaten met snacks en frisdranken zijn ook de deur uit en worden vervangen door Health Food Wall's.

TAKE HOME MESSAGE

- DE PLANTAARDIGE VOEDSELTRANSITIE IS URGENT
 - DE PLANTAARDIGE VOEDSELTRANSITIE IS NOODZAKELIJK
 - PLANTAARDIG OF HOOFDZAKELIJK PLANTAARDIG IS GOED VOOR MENS, DIER EN NATUUR.
- DE OPLOSSING KAN DAGELIJKS OP JE BORD LIGGEN.

