

Sustainable diet

September 2015

Om de groeiende wereldbevolking op een verantwoorde manier te kunnen voeden, hebben we duurzaam en gezond voedsel nodig. Of een product past in een duurzaam en gezond voedingspatroon, hangt af van zowel milieupact als voedingswaarde. Welk effect heeft iedere stap in de keten op het milieu, van gras tot glas? En tegelijkertijd: Welke bijdrage levert het voedingsmiddel aan een volwaardige voeding? Zuivelproducten voorzien mensen wereldwijd van onmisbare voedingsstoffen. Daarnaast is de productie van zuivel steeds duurzamer. Onderzoeken van de Wereldvoedselorganisatie (FAO) en het Wereld Natuur Fonds (WNF) laten dan ook zien dat zuivel heel goed past in een duurzaam, gezond en betaalbaar voedingspatroon.

Duurzaam voedsel voor een gezonde toekomst

De wereldbevolking groeit, de welvaart stijgt en de vraag naar goed voedsel groeit mee. Dit betekent dat er in 2050 zo'n 70% meer voedsel nodig is dan we nu produceren. Tegelijkertijd staan we voor de uitdaging om ons voedsel meer milieuvriendelijk te produceren, en ongezonde eetgewoontes tegen te gaan. Daarom is het zo belangrijk te zorgen dat ons voedingspatroon duurzaam en gezond is.

Duurzaam voedsel, goed voor mens, dier en natuur

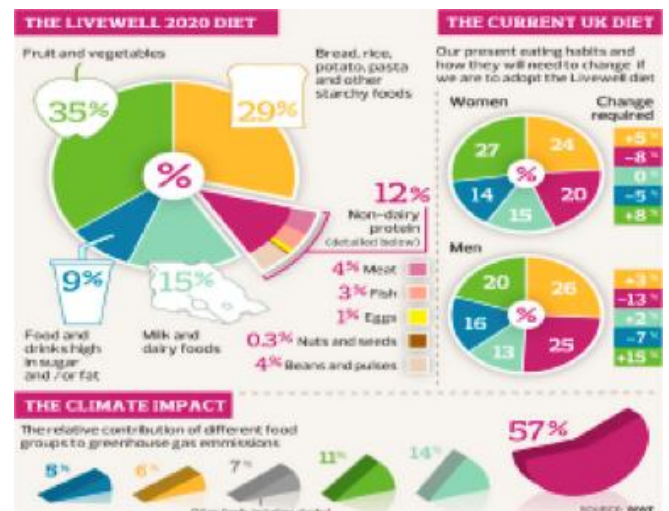
De FAO heeft richtlijnen voor een duurzaam en gezond voedingspatroon ontwikkeld, voor huidige en toekomstige generaties. Volgens de FAO is een duurzaam voedingspatroon een voedingspatroon dat het milieu zo min mogelijk belast, bijdraagt aan voedselzekerheid en een gezond leven en voorziet in alle voedingsstoffen die we nodig hebben. Zo'n voedingspatroon kan voor iedere cultuur anders zijn, maar heeft een aantal vaste kenmerken. Zo respecteert en beschermt het de diversiteit en leefwereld van planten en dieren. Ook is het betaalbaar, voedzaam, veilig en gezond. Daarnaast wordt optimaal gebruik gemaakt van hulpbronnen zoals grondstoffen en arbeid.

Wist u dat:

- een duurzaam en gezond voedingspatroon de milieudruk verlaagt met behoud van de totale voedingswaarde.
- zuivel wereldwijd een belangrijke rol speelt als bron van onmisbare voedingsstoffen.
- zuivel belangrijk is in een duurzaam, gezond en betaalbaar voedingspatroon.

Zuivel in een duurzame Schijf van Vijf

Het WNF heeft in drie EU-landen onderzocht welke voedingsmiddelen passen in een gezond, betaalbaar en duurzaam voedingspatroon. Op basis hiervan ontwikkelde WNF een soort milieuvriendelijke Schijf van Vijf (de LiveWell for LIFE plate), waarin duurzaam en gezond hand in hand gaan (figuur 1). Als je volgens deze schijf eet, belast je het milieu met een kwart minder. Omdat zuivel zo rijk is aan voedingsstoffen, kreeg het een plaats in dit duurzame voedingspatroon.



Figuur 1

Zuivel levert onmisbare voedingsstoffen

Zuivel kan volgens de FAO een belangrijke rol spelen om de groeiende wereldbevolking te voorzien van voldoende voedsel en voedingsstoffen. In het rapport 'De rol van melk en zuivelproducten in de voeding van de mens' laat de FAO zien hoe belangrijk de bijdrage van zuivel wereldwijd is. Niet alleen als energiebron maar ook als leverancier van onmisbare voedingsstoffen, zoals hoogwaardige eiwitten, vetten, vitamines en mineralen. Ook in Nederland staan melk en zuivelproducten daarom in de Schijf van Vijf.

Sustainable diet

September 2015

Wist u dat:

de bijdrage van één glas melk aan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheden is:

Vitamine B2: 25%

Vitamine B12: 35%

Calcium: 30%

Fosfor: 30%

Alleen volwaardige voeding is duurzaam én gezond

Als je alleen naar de belasting van het milieu kijkt – denk aan de uitstoot van broeikasgassen en het gebruik van landbouwgrond – zijn plantaardige producten in het algemeen duurzamer dan dierlijke producten. Milieu-impact en voedingswaarde worden dan echter niet in samenhang bekeken. Als je zuivel weglaat uit de voeding, heb je heel wat vervangende producten nodig om de juiste hoeveelheid voedingsstoffen binnen te krijgen. En die producten hebben op hun beurt effect op het milieu. Voor een gewogen oordeel over wat een duurzame en tegelijkertijd gezonde voeding is, moet je dus uitzoeken in hoeverre een volwaardig voedingspatroon het milieu belast. Dit is recent doorgerekend door milieuvadvisbureau Blonk. Voedingsmiddelen die veel voedingsstoffen per calorie leveren, zoals zuivel, blijken goed te passen in een milieuvriendelijke, volwaardige voeding.

De Nederlandse melkkoe steeds groener

Doordat de Nederlandse zuivel van hoge kwaliteit is, is de vraag naar onze zuivelproducten en -kennis in het buitenland groot. De Nederlandse zuivelsector wil op duurzame wijze in deze vraag kunnen voorzien. Figuur 2 laat zien dat de melkveehouderij wereldwijd slechts een klein aandeel heeft in de totale uitstoot van broeikasgassen door de veehouderij (2,9%). Daarnaast produceert de Nederlandse melkkoe relatief milieuvriendelijk: ze produceert veel melk en weinig broeikasgassen vergeleken met het wereldwijde gemiddelde. In de afgelopen twintig jaar is het gelukt de uitstoot van broeikasgassen door de Nederlandse koe met meer dan 30% terug te brengen. En dit wordt alleen maar beter, zo blijkt uit een recent rapport van het Landbouw Economisch Instituut (LEI). Zo is de uitstoot in Nederland 1,27 kg CO₂-equivalent in vergelijking met een gemiddelde wereldwijde uitstoot van 2,4 kg CO₂-equivalent.



Figuur 2

Verduurzaming in de keten

De zuivelindustrie werkt continu aan verdere verduurzaming van de zuivelketen. Binnen het programma van de Duurzame Zuivelketen heeft de sector concrete doelen gesteld voor 2020 op het gebied van klimaat & energie, diergezondheid & dierenwelzijn en weidegang en biodiversiteit & milieu. Externe partijen monitoren de voortgang van de Duurzame Zuivelketen per doel, waarvan de resultaten zijn te vinden op www.duurzamezuivelketen.nl.

Literatuur

1. Sustainable Diets and Biodiversity - Directions and solutions for policy, research and action, FAO, 2012.
2. Milk and dairy products in human nutrition, FAO, 2013.
3. A balance of healthy and Sustainable food choices for France, Spain and Sweden, Report Summary, LiveWell for LIFE.
4. Fossiel energiegebruik en broeikasgassen in de zuivelketen, 1990-2012, februari 2014, BlonkConsultants.
5. Tackling Climate Change through Livestock, a global assessment of emissions and mitigation opportunities, FAO, 2013.