

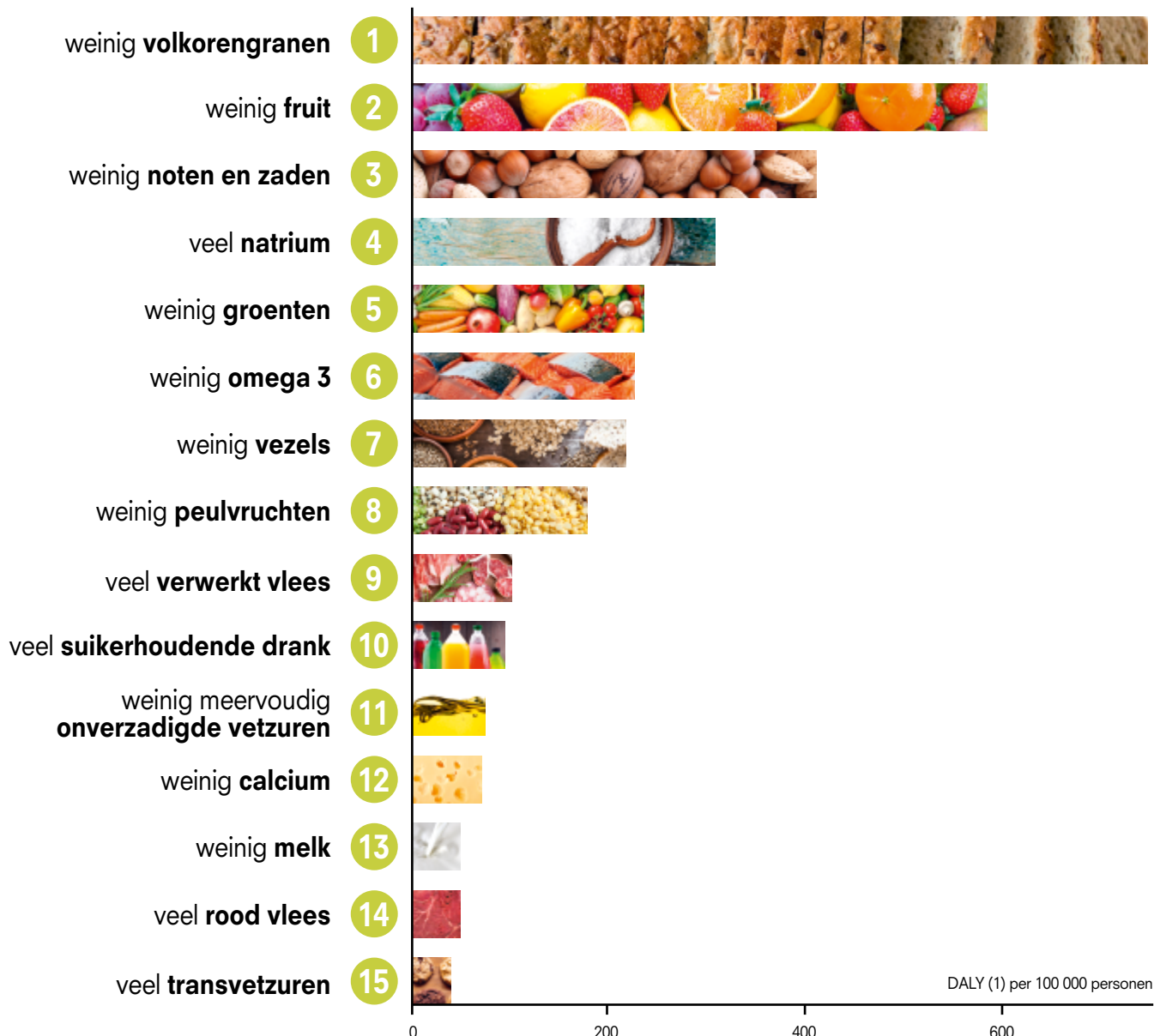
Beter eten

de 15 werkpunten van de Belg

Je weet welke voeding gezond is, maar waar moeten je prioriteiten liggen als je je eetpatroon wilt verbeteren? Hieronder de 15 belangrijkste factoren die gelinkt zijn met een verlies aan gezonde levensjaren bij de Belgische bevolking. De veel te geringe consumptie van volkorengranen heeft bijvoorbeeld een grotere impact dan een te geringe calciumconsumptie.

Stéphanie Bonnewyn

Verlies aan gezonde levensjaren door voedingsgerelateerde factoren



België - mannen en vrouwen - alle leeftijden

Bronnen: Global Burden of Disease 2017, Institute for Health Metrics and Evaluation, University of Washington / Food in Action 2019 (www.foodinaction.com)

(1) DALY: Disability Adjusted Life Years = levensjaren gecorrigeerd voor ziekte en vroegtijdige sterfte