

E-book van de FAO over melk en zuivel
in de voeding van de mens

Maak melk en zuivel toegankelijk voor de allerarmsten



©FAO/Giulio Napolitano

De Food and Agricultural Organization (FAO) presenteerde op 26 november het e-book 'Milk and Dairy Products in Human Nutrition'. Het boek geeft een compleet overzicht van de huidige en potentiële rol van melk en zuivel in de voeding en ontwikkeling van de mens overal ter wereld.

Ellen Muehlhoff, Senior Nutrition Officer van de FAO en co-auteur van het boek: 'Als onderdeel van een gebalanceerd dieet kunnen melk en zuivel een belangrijke bron zijn van energie, eiwitten en vet. Daarnaast is zuivel rijk aan micronutriënten: die zijn cruciaal bij het bestrijden van ondervoeding in landen waar het dieet bestaat uit zetmeel en granen en een gebrek is aan diversiteit.' Muehlhoff benadrukt dat variatie in voeding belangrijk is voor een gezond dieet en dat melk en zuivel niet de enige bron zijn van essentiële nutriënten. Muehlhoff: 'Melk is wel een efficiënt vehikel voor het leveren van essentiële nutriënten en het bevorderen van groei bij jonge kinderen. Met name bij jonge kinderen is goede voeding in de eerste 1000 levensdagen van cruciaal belang.'

Gezondheidsissues

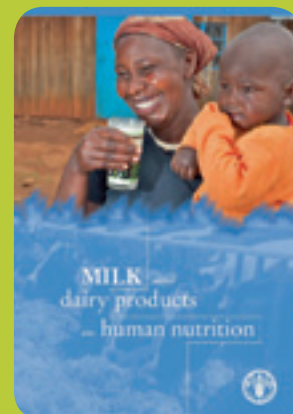
Met het boek wil de FAO inzicht geven in huidige issues rondom zuivel - zowel wat betreft productie als consumptie - en een gebalanceerd en onafhankelijk

overzicht van wetenschappelijk onderzoek naar de rol van melk in de voeding van de mens. Daarbij worden bestaande zorgen over melk in relatie tot duurzaamheid en gezondheid onderzocht. Ellen Muehlhoff: 'Veel gezondheidsissues die spelen in de ontwikkelde landen hebben geen directe relatie met zuivel, maar met de overconsumptie van calorierijk voedsel in het algemeen.' Muehlhoff onderstreepte dat onderzoek laat zien dat zuivel een rol kan spelen bij de preventie van voedingsgerelateerde niet-overdraagbare ziektes zoals diabetes type 2 en darmkanker.

Nutriënten én inkomen voor arme huishoudens

Een ander doel van het boek is om de potentiële rol van melk in kaart te brengen bij het bevorderen van het dieet van arme mensen. Op basis van het e-book roept de FAO overheden op om te investeren in programma's die arme mensen in ontwikkelingslanden toegang bieden tot melk en die families helpen om zelf

melk te produceren. Anthonie Bennet, Livestock Industry Officer bij de FAO, licht dit toe: 'Kleinschalige melkveehouderij is gunstig voor arme huishoudens omdat het behalve voeding en nutriënten ook een regelmatig inkomen levert. Waar het telen van gewassen hooguit twee keer per jaar oogst en dus geld oplevert, kan zuivel dagelijks worden geproduceerd en verkocht. Hiermee hebben families cash geld waarmee voeding, kleding en school betaald kunnen worden. Dit heeft een grote invloed op levens.' (JV)



Het e-book is te downloaden op:
www.fao.org/publications/en/