

## Waar komen verschillen in alcoholrichtlijnen tussen landen vandaan?

**Te veel alcohol is niet goed voor je, maar wat is het effect van matige alcoholconsumptie? Hoe verantwoorde alcoholconsumptie is gedefinieerd, kan verschillen van land tot land. Nederland heeft bijvoorbeeld sinds vorig jaar de strengste alcoholrichtlijn van Europa. Kennisinstituut Bier legt uit waar deze verschillen vandaan komen en wat de effecten zijn van verantwoorde alcoholconsumptie op de gezondheid.**

### Nederland versus de rest van Europa

Nederland heeft sinds vorig jaar de strengste alcoholrichtlijn van Europa. De Gezondheidsraad zegt: 'drink geen alcohol of in ieder geval niet meer dan één glas per dag'. Op zijn [website](#) legt de raad uit dat dit niet betekent dat iedereen zou moeten stoppen met drinken. Met deze richtlijn wordt bedoeld: als je drinkt, beperk dit dan tot één glas per dag en ga niet drinken voor je gezondheid. Kennisinstituut Bier legt uit waarom het in Nederland één glas is en in andere landen over het algemeen wat meer. Dit komt vooral door een verschil in uitgangspunt.

[Bekijk de uitleg van Kennisinstituut Bier over verantwoorde alcoholconsumptie](#)  
[Of bekijk het filmpje waarin het wordt uitgelegd](#)

### Wetenschap op een rij

Ook heeft Kennisinstituut Bier alle wetenschappelijke onderzoeken over matige alcohol- en bierconsumptie en gezondheid op een rij gezet en samengevat in het boekje Bier en gezondheid – matige consumptie als onderdeel van een gezonde levensstijl. Voor diegenen die vooral geïnteresseerd zijn in de conclusies zijn er zes beeldende samenvattingen gemaakt in de vorm van infographics over bier en gezondheid en het effect op veelvoorkomende ziektes zoals hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en kanker. Het boekje met infographics is goedgekeurd door een wetenschappelijke commissie bestaande uit zeven Europese wetenschappers op het gebied van alcohol en gezondheid.

[Bekijk het boekje Bier en gezondheid inclusief infographics](#)

### Van labels naar feiten

Dr. ir. Aafje Sierksma, directeur Kennisinstituut Bier, legt uit waarom dit initiatief genomen is. "Het belangrijkste doel van Kennisinstituut Bier is labels van feiten scheiden als het gaat over verantwoorde bierconsumptie en gezondheid. We vonden het tijd om een overzichtelijke samenvatting te maken van alle wetenschappelijke literatuur op dat gebied. Na het verschijnen van de Richtlijnen goede voeding, 2015 van de Gezondheidsraad merkten we dat er over de nieuwe alcoholrichtlijn vragen waren. Of je nog wel mocht drinken en hoe de richtlijn zich verhoudt tot andere landen? Een verschil in uitgangspunt verklaart de strengere alcoholrichtlijn in

## PERSBERICHT

Nederland vergeleken met de landen om ons heen. Waar Nederland gaat voor maximale gezondheidswinst, kijken andere landen vaak naar netto gezondheidswinst, oftewel tot aan welke hoeveelheid het positieve gezondheidseffect nog duidelijk aanwezig is.”

*Kennisinstituut Bier is het wetenschappelijke instituut op het gebied van verantwoorde bierconsumptie in relatie tot gezondheid. Kennisinstituut Bier doet onderzoek naar de biomedische, psychosociale en voedingskundige aspecten van verantwoorde bierconsumptie. Daarnaast vertaalt Kennisinstituut Bier wetenschappelijke kennis naar praktisch toepasbare hulpmiddelen voor met name professionals.*



Voor meer informatie (niet voor publicatie)

Ir. Ivonne Sleutels, communicatieadviseur Kennisinstituut Bier

Telefoon: 0317-750 620/06-42609914

E-mail: [sleutels@kennisinstituutbier.nl](mailto:sleutels@kennisinstituutbier.nl)