

‘Vis eten? Nergens voor nodig’

Hoe (on)gezond is visconsumptie? De discussie over die vraag is de laatste tijd weer behoorlijk opgelaaid. De voorlopige conclusie luidde dat de voordelen van vis eten uiteindelijk groter zijn dan de nadelen. Maar dat ziet Dos Winkel, in zijn boek ‘Wat is er mis met vis?’, heel anders.

“De consument wordt gehersenspoeld over de gezondheidsaspecten van vis. De meeste claims zijn onzin en volstrekt niet bewezen.” Aan het woord is onderwaterfotograaf Dos Winkel. Net terug van een van zijn talloze diepzeeduikreizen, geeft hij een toelichting op zijn in december verschenen, ruim 240 pagina’s tellende en uiteraard met prachtige foto’s geïllustreerde boek ‘Wat is er mis met vis?’ Zijn antwoord is eenduidig: alles.

Pancreaskanker

Vissen hebben wel degelijk gevoel en de visvangst is uiterst pijnlijk. De zeeën raken volledig leeg en het milieu verwoest. Vis zit vol contaminanten en het eten ervan is dus zeer ongezond. Zie hier de drie drijfveren voor de kruistocht van Dos Winkel tegen visconsumptie. Wat de gezondheidsaspecten betreft benadrukt Winkel dat het niet alleen gaat om de bekende dioxines en pcb’s. “Er zijn zoveel gifstoffen bijgekomen! En uiteindelijk belanden die allemaal in zee, en dus in vis. Ik kom net van Bonaire,

waar de hele Caraïbische Zee vol kwik zit. Levensgevaarlijk om daar vis te eten. Dat geldt ook voor het typisch visetende Japan. Daar is het aantal gevallen van pancreaskanker enorm toegenomen.”

Radicaal stoppen

Hoewel eigennuttig in zijn optreden en compromisloos in zijn doelstellingen, staat de ‘ambassadeur van de zee’ zeker niet alleen in zijn vermaningen. De Vlaamse wetenschappers Maaïke van Bilau en Isabella Sioen waarschuwen eveneens voor het eten van te veel (vooral vette) vis. Toxicoloog Tinka Murk van de Universiteit Wageningen, onlangs te zien bij het consumentenprogramma Kassa, raadt aan om bovendien goed op te letten welke vissoort op het bord belandt en waar ie is gevangen. Zij adviseerde maximaal tweemaal per week vis te eten, waarvan hooguit eenmaal vette vis. Het Voedingscentrum heeft sindsdien zijn richtlijn aangepast en daarmee stilzwijgend de vorige ingetrokken. In september vorig jaar konden we immers

nog op de website van de voorlichtingsorganisatie lezen dat het verstandig was om niet meer dan vier porties vette (!) vis per week te eten. Er lijkt dus beweging gaande. Nog lang niet genoeg, wat Winkel betreft. “We moeten radicaal stoppen. Niet per se met het eten, maar wél met het vangen van vis.”

Algen

Dat de voordelen van vis eten zouden opwegen tegen de nadelen vindt Winkel “ongelofelijke lariekoek”. En al die gezonde omega-3-vetzuren dan? “Die maken vissen niet zelf aan. Die zijn afkomstig van algen. Een goed alternatief is dan ook kweekvis, en dan zoetwatervis, zoals Tilapia, want die is vegetarisch. “Het is krankzinnig dat wereldwijd miljarden per jaar aan visserijsubsidies worden verleend, en geen cent naar algenkwekerijen gaat. Ik wil hierover graag in discussie met Klink en Verburg, want die zijn echt onverantwoord bezig. Maar Klink heeft al nee gezegd. En Verburg kan me sowieso wel schieten”, moppert de ‘enfant terrible’ van het visdebat, die al enige malen bakzeil in Den Haag heeft gehaald.

“Maar we kunnen de visschakel natuurlijk ook gewoon overslaan en zelf algen eten, en voor het alfaalinoleenzuur een handje walnoten nemen en/of een lepel-tje lijnzaadolie. Vitamine D haal je uit de buitenlucht en dierlijke eiwitten krijgt de Westerse mens toch al te veel binnen. Dus die vis is nergens voor nodig.”

Wereldramp

Volgens het Productschap Vis eet de Nederlander gemiddeld eenmaal per drie weken vis. Als het aan het Voedingscentrum ligt (en voor de Gezondheidsraad geldt hetzelfde) dan moet dat dus zes keer zoveel worden. “Ja, is dat niet bespottelijk? Daarmee stevenen we af op een totale vernietiging van het zeemilieu en een regelrechte wereldramp.” Dos Winkel vertelt geen ‘blijde boodschap’, dat realiseert hij zich heel goed. “Ik krijg zelfs dreigmails, onder andere van vissers. Maar het onderwerp is te belangrijk om me daardoor van de wijs te laten brengen. Ik ga door tot ik erbij neerval.”

Cathri van de Haar

Foto: Dos Winkel