

--- Auszug / Kurzfassung ---

Enthüllung der Unternehmensagenda hinter der globalen Bewegung für pflanzliche Lebensmittel

Von Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D.

Die Wahrnehmung von pflanzlichen Lebensmitteln als überlegen ist weitgehend durch das Marketing der Unternehmen und nicht durch ausgewogene Beweise geprägt. Dieser Beitrag untersucht den Einfluss der Industrie, Sicherheitsbedenken im Zusammenhang mit pflanzlichen Lebensmitteln und den evolutionären Kontext der menschlichen Ernährung und stellt die weit verbreitete Behauptung in Frage, pflanzliche Ernährung sei von Natur aus gesünder oder nachhaltiger. Er fordert eine rigorose Überprüfung des Narrativs der pflanzlichen Ernährung, um informierte und ausgewogene Verbraucherentscheidungen in einer zunehmend von Unternehmensinteressen dominierten Landschaft zu gewährleisten.

Das moderne Narrativ, das eine pflanzliche gegenüber einer fleischhaltigen Ernährung bevorzugt, ist in erheblichem Maße von Unternehmensinteressen geprägt, wobei umfangreiche Marketingkampagnen und von der Industrie geförderte Forschung die öffentliche Wahrnehmung beeinflussen. Trotz der behaupteten Vorteile für Gesundheit und Sicherheit enthalten pflanzliche Lebensmittel natürlich vorkommende Toxine und sind häufig Schadstoffen wie Pestiziden ausgesetzt. Eine evolutionäre Perspektive legt zudem nahe, dass der Mensch entweder für eine Ernährung mit vielen tierischen Lebensmitteln geschaffen oder von Natur aus daran angepasst ist; eine pflanzlich dominierte Ernährung könnte daher im Widerspruch zu den Ernährungsmustern stehen, die die Entwicklung des Menschen über Millionen von Jahren unterstützt haben. Auch wenn pflanzliche Lebensmittel zu einer ausgewogenen Ernährung beitragen können, sollten sich die Verbraucher über den Einfluss der Unternehmen, die möglichen Gesundheitsrisiken und die ernährungsphysiologischen Einschränkungen im Zusammenhang mit einer ausschließlich pflanzlichen Ernährung im Klaren sein. Ein ausgewogener Ansatz, der ganze, möglichst wenig verarbeitete pflanzliche und tierische Lebensmittel umfasst, kann die menschliche Gesundheit besser unterstützen und steht im Einklang mit der Evolutionsbiologie. Für Angehörige der Gesundheitsberufe wie auch für Verbraucher ist es von entscheidender Bedeutung, alle Quellen für Ernährungsinformationen kritisch zu bewerten und sich bewusst zu machen, dass selbst vertrauenswürdige Institutionen, darunter Aufsichtsbehörden und medizinische Fakultäten, von externen Interessen beeinflusst werden können. Letztlich wird ein ganzheitlicher und evidenzbasierter Ansatz für die Ernährung, der frei von unsachgemäßer unternehmerischer Einflussnahme ist, sowohl den evolutionären Prinzipien als auch den modernen Gesundheitsbedürfnissen besser gerecht.