

Zijn kunstmatige zoetstoffen kankerverwekkend?

Kunstmatige zoetstoffen zijn of synthetische, of natuurlijke stoffen die ongeveer evenveel calorieën hebben als gewone suiker, maar stukken zoeter zijn. Daarom is lightfrisdrank al zoet na toevoeging van een klein beetje zoetstof. In 1996 zei de Amerikaanse neuroloog John Olney dat aspartaam kankerverwekkend is. Het argument luidde dat het aantal gevallen van hersenkanker sinds de goedkeuring van de kunstmatige zoetstof in 1981 was gestegen.



Foto: Leef Puur Natuur

Een hevig debat barstte los, maar door bijna alle onderzoeken is aspartaam daarna vrijgepleit, en zeker 100 zorgautoriteiten staan de stof nu toe in voedingsmiddelen.

Toch zijn veel wetenschappers het erover eens dat de langetermijneffecten van kunstmatige zoetstoffen op de gezondheid nog onderbelicht zijn.

Op basis van al het onderzoek schatten de twee grootste voedselveiligheidsorganisaties in de westerse wereld, EFSA in Europa en de FDA in de VS, dat aspartaam onschadelijk is binnen de grenswaarden: de aanvaardbare dagelijkse inname (ADI), die wordt vastgesteld door toxicologen.

De EU hanteert een ADI van 40 mg per kilo lichaamsgewicht. Iemand die 70 kilo weegt, mag dus hooguit 2800 mg aspartaam per dag innemen.

(Bron en volledig artikel Wetenschap in Beeld)