

12 maart 2016 19:00

Gevaarlijk BPA nauwelijks te vermijden. Dit kun je wel doen



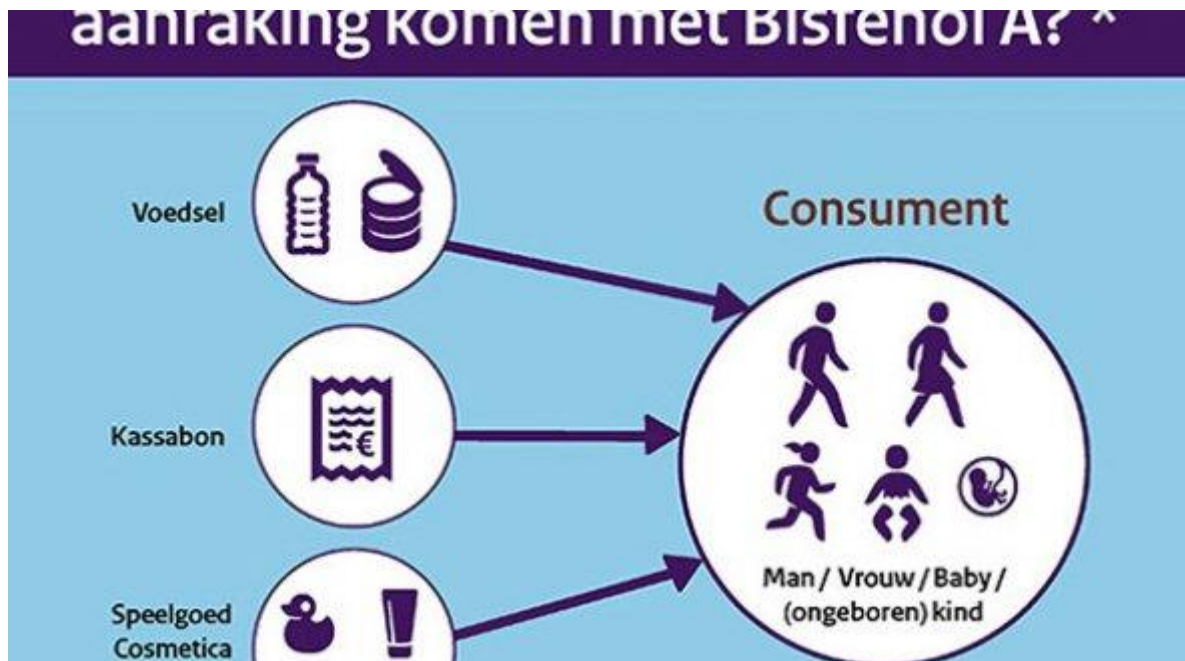
Het Voedingscentrum is duidelijk: borstvoeding blijft de beste aanbeveling

© Thinkstock

BPA, een chemische stof die in allerlei verpakkingen zit, is veel schadelijker voor onze gezondheid dan gedacht. Maar we komen de stof zo veel tegen in het dagelijks leven dat we het nauwelijks kunnen vermijden. Wat nu?

Uit onderzoek van het RIVM blijkt dat Bisfenol A, ook wel BPA genoemd, vooral gevaarlijk is voor ongeboren baby's en jonge kinderen. Zij kunnen later ernstige gevolgen ondervinden van vroege blootstelling aan te hoge concentraties BPA. Maar die stof zit onder andere in verpakkingen van etenswaren, plastic flessen en magnetrondoosjes en kan daardoor [in ons eten en drinken terechtkomen](#).

Moeten zwangere vrouwen en ouders van jonge kinderen nu voorzorgsmaatregelen nemen? Volgens het Voedingscentrum is het niet makkelijk om een duidelijk advies te geven wat nu te doen, omdat er nog veel onduidelijk is over de kunststof. Toch kunnen ze wel alvast een paar tips geven.



Illustratie: RIVM

Tip: borstvoeding blijft beste

Wel durft het Voedingscentrum nu al te zeggen dat borstvoeding voor baby's het beste is. "De voordelen daarvan [wegen op tegen de nadelen](#) van de kleine hoeveelheden BPA die baby's via de moedermelk binnenkrijgen", schrijven ze in hun advies.

Tip: eet gevarieerd

Voor het overige geldt als belangrijkste advies: eet zo gevarieerd mogelijk. Omdat er niet bekend is in welke voedingsmiddelen het schadelijke BPA zit, weet je door gevarieerd te eten in ieder geval zeker dat je nooit heel grote hoeveelheden binnenkrijgt.

Veel meer concrete tips durven het RIVM en het Voedingscentrum nog niet te geven. Zo waarschuwen verschillende toxicologen bijvoorbeeld voor het gevaar van doorschieten. Als BPA in verpakking helemaal verboden wordt, wat weten we dan over de veiligheid van het alternatief? Het meeste eten en drinken zal toch verpakt moeten worden.

De Drentse Verloskundigenpraktijk Hoogeveen geeft jonge ouders wel nog enkele extra tips, maar zegt daar nadrukkelijk bij dat ze [niet tot de standaard-adviezen van het RIVM](#) behoren.

Tip: vers en onverpakt voedsel

Het kan niet met alles, maar koop zo veel mogelijk verse en onverpakte voedingsmiddelen, liefst biologisch. Daar zitten geen residuen van plastic verpakkingen of bestrijdingsmiddelen op.

Tip: pas op met opwarmen

Warm geen eten op in plastic schaaltes, zeker niet in de magnetron.

Tip: ventileer je huis goed

Vervuilende stoffen hopen zich op in je huis, als je niet goed ventileert. Gebruik voor de schoonmaak een allesreiniger met Eco-keurmerk,

Tip: houd mate

Gebruik babyverzorgingsproducten alleen als het nodig is.

Waar zit BPA in?

Maar waar zit het nou in? Niemand die het exact weet, maar het wordt onderzocht.

Onderzoeksinstituut TNO analyseerde onlangs vijf populaire voedselproducten: een blik mais van AH basic, een pakje Goudappel Appelsientje, een blik knakworstjes Unox Knaks, een blik tonijn Princes en een Unox Rookworst. Alleen in de rookworst werd niets gevonden. In de andere vier producten werd BPA gevonden, in hoeveelheden onder de norm.

Het RIVM meldt dat het [in heel veel producten voorkomt](#). BPA wordt gebruikt in plastics die worden toegepast in bijvoorbeeld bouwmaterialen, elektronica, plastic flessen, (voedsel)verpakkingsmateriaal, implantaten, infuusapparatuur en speelgoed.

Daarnaast wordt BPA onder meer gebruikt als basis voor epoxy-verven en -lijmen, in bepaalde tandheelkundige materialen, in inkt en in kassabonnen.

Meer op rtnieuws.nl:

[Verpakkingen moeten veel veiliger, gevaar voor baby's](#)