Kauwgom: meer dan een frisse smaak



Wetenschappers ontdekten dat er microplastics vrijkomen tijdens het kauwen op kauwgom. Kauwgom bevat namelijk een soort plastic, zodat je er lang op kunt kauwen. Maar bij elke beet komen er kleine stukjes los. Je ziet ze niet, maar ze kunnen wel in je lichaam belanden.

We worden er nu niet meteen ziek van, maar niemand weet wat die deeltjes op lange termijn doen. Toch staat dit nergens op de verpakking en dat zou eigenlijk wel mogen.

Mag je dan nog kauwgom eten? Ja hoor, maar beter niet de hele tijd. Microplastics zitten al in veel dingen, zoals in plastic flessen of in de lucht. Gelukkig weten we wat wél gezond is: veel groenten en fruit eten!

© Leesassistent.be

Kauwgom: een frisse smaak met een verborgen kantje

Wetenschappers hebben ontdekt dat er bij het kauwen van kauwgom microplastics vrijkomen. Kauwgom lijkt een gewoon snoepje, maar de basis bevat stoffen die sterk op plastic lijken. Die maken het elastisch en taai, zodat je er eindeloos op kunt kauwen. Maar precies daardoor laten er tijdens het kauwen onzichtbare deeltjes los.

Zo'n stukje kan al honderden microplastics vrijgeven, vooral in de eerste minuten. Verrassend genoeg maakt het weinig uit of je kiest voor een "natuurlijke" kauwgom of een kunstmatige variant: beide laten evenveel deeltjes los. Je merkt er zelf niets van, maar een deel komt wel in je lichaam terecht.

Of dat schadelijk is? Dat weten onderzoekers nog niet. We worden er nu niet ziek van, maar niemand kan zeggen wat die deeltjes op lange termijn doen. En vreemd genoeg staat dit nergens op de verpakking.

Het blijft dus stof tot nadenken. Want hoe vaak kauw jij eigenlijk kauwgom? En is dat altijd nodig, als je weet dat microplastics ook al in water, lucht en andere voeding voorkomen? Gelukkig weten we wat wél gezond is: veel groenten en fruit eten!



© Leesassistent.be

Kauwgom met een plastic nasmaakje

Een kauwgompje lijkt onschuldig: het geeft een frisse adem en je kunt er eindeloos op kauwen. Maar wetenschappers ontdekten dat kauwgom tijdens het kauwen honderden tot zelfs duizenden microplastics kan vrijgeven. Die minuscule deeltjes ontstaan doordat de kauwgombasis uit stoffen bestaat die sterk op plastic lijken. Precies die kunststoffen zorgen voor de elastische structuur, maar laten bij elke beet kleine fragmenten los.



Opvallend is dat dit niet enkel bij “kunstmatige” kauwgom gebeurt. Ook natuurlijke varianten, gemaakt van boomhars, laten evenveel deeltjes los. Het grootste deel komt al vrij in de eerste acht minuten kauwen. Je merkt er niets van, maar sommige microplastics worden ingeslikt en kunnen in je lichaam blijven rondzwerven.

Zijn die deeltjes gevaarlijk? Dat is voorlopig onduidelijk. Wetenschappers vinden microplastics al in bloed, longen en zelfs hersenen, maar de gevolgen op lange termijn zijn nog een raadsel. Er bestaat geen wet die verplicht om te vermelden hoeveel microplastics een product vrijgeeft; ook niet op kauwgomverpakkingen.

De vraag blijft dus: hoeveel kauwgom is verstandig? Af en toe een stukje kan best, maar voortdurend kauwen draagt weinig bij aan je gezondheid. Richt je liever op wat wél bewezen gezond is: veel bewegen en natuurlijk groenten en fruit eten.