

Het laatste nieuws het eerst op NU.nl

By Door: Nu.nl, www.nu.nl
november 12de, 2017

Uit onderzoek bleek afgelopen week dat aardbeien uit de supermarkt vaak meer bestrijdingsmiddelen bevatten dan andere groente- en fruitsoorten. Maar hoe erg is dat? Welke mythen over het bespuiten van groente- en fruit kloppen niet, en welke veelgehoorde beweringen hierover zijn wel waar? NU.nl legde acht stellingen voor aan experts.



1. Bestrijdingsmiddelen zijn slecht voor de gezondheid: *feit*

Wieke van der Vossen, expert voedselveiligheid bij Het Voedingscentrum: "Of een stof giftig is of niet heeft alles te maken met de hoeveelheid. Zelfs water kan giftig zijn als je dit in korte tijd in hele grote hoeveelheden binnenkrijgt. Te veel bestrijdingsmiddelen op een product is slecht voor de gezondheid. Daarom zijn er voor bestrijdingsmiddelen strenge limieten vastgesteld voor de hoeveelheid die nog op een product mag zitten. Jaarlijks worden er duizenden partijen groente en fruit gecontroleerd. Hieruit blijkt dat nagenoeg alle partijen ruim binnen de norm blijven. Het eten van voldoende groente en fruit is juist goed voor de gezondheid."

Martin van den Berg, hoogleraar toxicologie aan de Universiteit van Utrecht: "Alles is giftig, het hangt er alleen van af hoeveel je binnen krijgt, maar dat geldt ook voor inname van te veel zout en peper. Wel is het zo dat als we groente en fruit eten, 99 procent van de bestrijdingsmiddelen al uit het product verdwenen zijn. Er wordt namelijk een bepaalde wachttijd aan producten gegeven voordat ze van boomgaard in de supermarkt belanden. Bestrijdingsmiddelen aan de buitenkant van het product breken onder invloed van licht en zuurstof geleidelijk af en zijn eenmaal in de winkel in zodanige mate verdwenen dat er geen gezondheidsrisico meer is. Wanneer er wel restjes achterblijven zitten deze vaak in de schil en niet in het vruchtvlees."

2. Biologische groente en fruit zijn gezonder: *fabel*

Van der Vossen: "Voor je gezondheid hoef je niet voor biologisch eten te kiezen. Wel kun je voor biologisch kiezen als je wilt dat er minder soorten bestrijdingsmiddelen gebruikt worden. Bij de teelt van biologisch eten wordt gebruik gemaakt van bijvoorbeeld natuurlijke vijanden zoals de sluipwesp, bestrijdingsmiddelen van natuurlijke oorsprong en mechanische bestrijding, zoals wieden van onkruid."

Van den Berg: "Bij de stoffen die tegenwoordig gebruikt worden is al goed getest of ze bijvoorbeeld kankerverwekkend voor de mens kunnen zijn. De stoffen die dat waren, zijn allemaal al uit de handel gehaald. Wat betreft de menselijke risico's maakt het dus niet veel uit of je biologisch gezond of normale vruchten en groente eet. Want beide zouden veilig moeten zijn voor je gezondheid. Het verschil is alleen dat een deel van de middelen in het milieu terecht komt. De ecologische impact van gewone groente en fruit kan daardoor veel groter zijn. Daar kan je als consument wel een bewuste keuze in maken."

3. Op fruit zitten meer bestrijdingsmiddelen dan op groente: *fabel*

Van der Vossen: "Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen groente en fruit. Wel wordt gekeken naar de hoeveelheid van een bestrijdingsmiddel die op producten is toegestaan. Soms worden op kwetsbare gewassen verschillende soorten bestrijdingsmiddelen aangetroffen. Aardbeien zijn kwetsbaar, daarom worden er vaak ook meer verschillende bestrijdingsmiddelen gebruikt dan op andere fruitsoorten. Voor al deze middelen geldt dat ze onder de norm moeten blijven."

Van den Berg: "In producten van buiten Europa worden vaker overtredingen geconstateerd. In warme en tropische streken komen de insecten en schimmels veel meer voor omdat die goed gedijen bij warmte en vocht. Om een fatsoenlijk product af te leveren worden er dan vaak veel bestrijdingsmiddelen op groente en fruit gebruikt. Een schimmellaagje op een avocado verkoopt natuurlijk niet."

4. Als je groente en fruit wast zijn alle bestrijdingsmiddelen verdwenen: *fabel*

Van der Vossen: "De resten bestrijdingsmiddelen die nog over zijn zitten op of in het product. Het wassen van groente en fruit helpt vaak niet om de hoeveelheid bestrijdingsmiddelen te verminderen. Veel gewasbeschermingsmiddelen zijn juist zo gemaakt dat ze ook tegen een regenbui moeten kunnen. Het wassen helpt wel tegen vuil en stof."

Van den Berg: "Je hoeft ze van mij niet te wassen. Maar iedereen wil toch wassen, omdat er altijd nog wel wat aan zit van aarde of bijvoorbeeld een beestje. Maar toxicologisch gezien hoef je het wat betreft de pesticiden niet te doen. Wassen werkt wel als de stoffen aan de buitenkant van het product zitten. Door een stuk groente of fruit af te spoelen verdwijnt een deel. Het is een algehele lijn dat met warm water afspoelen iets effectiever is, maar het is niet zo dat je het honderd procent afspoelt."

5. Voorgewassen groente zijn al vrij van bestrijdingsmiddelen: *fabel*

Van der Vossen: "Er is geen verschil tussen voorgewassen producten of losse groente en fruit. Veel bestrijdingsmiddelen trekken verder het product in dan alleen de schil, dus je kan het niet afwassen."

Van den Berg: "Je wast ze eigenlijk alleen voor je eigen geruststelling om eventuele insecten of zand eruit te halen. Al zal je een worm opeten, er gebeurt dan natuurlijk nog niks."

6. Het is altijd goed om je fruit te schillen: *fabel/feit*

Van der Vossen: "Fabel. Het is niet nodig groente en fruit te schillen of te wassen om de resten van bestrijdingsmiddelen te verwijderen. Er zitten wel goede voedingsstoffen zoals vezels in de schil, die je weggooit als je je fruit schilt. Het is persoonlijke voorkeur, maar veel producten kun je prima met schil eten."

Van den Berg: "Feit. Dat heeft zeker zin, al gebeurt dit vaak uit angst. Wanneer je peren of appels schilt haal je het kleine beetje dat er nog aan bestrijdingsmiddelen kan zitten vrijwel helemaal weg. Dat geldt alleen niet voor de bestrijdingsmiddelen die binnen in de groenten of het fruit zitten."

7. Als je groentes kookt verdwijnen de bestrijdingsmiddelen: *fabel*

Van der Vossen: "Het hangt van het middel af, maar veel zijn hittebestendig. Dus door groente en fruit te koken verdwijnen de bestrijdingsmiddelen niet uit het product."

Van den Berg: "Je moet dat per stof bekijken. In algemene zin zou het mij verbazen als je een bestrijdingsmiddel in of op bijvoorbeeld een spuitje of een aardappel daarmee ook daadwerkelijk afbreekt. Als echt zeker wilt zijn dat de restjes aan de buitenkant van een product nog verder worden verminderd dan kan je het beste wassen en schillen, maar honderd procent zal nooit lukken."

8. Je kunt makkelijk achterhalen welke bestrijdingsmiddelen zijn gebruikt:

fabel

Van der Vossen: "In de wet staat duidelijk welke bestrijdingsmiddelen in welke hoeveelheden gebruikt mogen worden. Er zijn veel stoffen toegelaten, maar deze zijn niet terug te vinden op het etiket. Door de strenge regelgeving en de controles door de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA) kan ervan uit worden gegaan dat dit binnen de gestelde normen ligt."

Van den Berg. "Onmogelijk. Dat zal je als consument nooit weten. Deze gegevens worden niet bekendgemaakt, tenzij toevallig een partij van groente en fruit gemeten is door een instituut als bijvoorbeeld de NVWA. Niet elke aardappel of aardbei kan immers worden doorgemeten."