

17 dec 2018 -12:42

Arseen in voeding voor baby's en peuters

De Hoge Gezondheidsraad geeft een risicobeoordeling van arseen in voeding voor baby's en peuters en formuleert praktische aanbevelingen voor ouders en gezondheidswerkers.

Wat is arseen?

Arseen is één van de meest voorkomende metalloïden en kan de menselijke gezondheid ernstig schaden, zowel na acute als na chronische blootstelling. Acute blootstelling aan arseen is voornamelijk te wijten aan professionele activiteiten (zoals mijnbouw), terwijl chronische blootstelling aan arseen voornamelijk het gevolg is van natuurlijk gecontamineerd drinkwater en natuurlijk gecontamineerde voedselbronnen.

Arseen in voedsel

Arseen is een natuurlijke contaminant in ons voedsel, waardoor blootstelling via de voeding niet kan worden vermeden. Van de anorganische (minerale) arseenspecies is bekend dat ze giftig zijn, wat minder het geval is voor de organische species. Voor de Belgische consument kan rijst een belangrijke bron van blootstelling aan arseen via de voeding vormen. Dat is ook het geval voor algen. (cf. advies HGR 9149)

Arseeninname bij kinderen

Hoewel nog onzeker is wat de toxische gevolgen zijn van arseen voor baby's en peuters, heeft de Hoge Gezondheidsraad verschillende aanbevelingen geformuleerd aangezien:

- baby's en peuters zich nog volop in de ontwikkelingsfase bevinden wat fysiologie, dieet en microbiom betreft;
- de risicofactoren m.b.t. arseeninname gebaseerd zijn op de dagelijkse inname per eenheid lichaamsgewicht, waardoor peuters de toegelaten blootstellingsniveaus mogelijk sneller bereiken of overschrijden;
- er verschillende specifieke scenario's zijn – lactose-intolerantie, allergie voor melkeiwitten of een veganistisch dieet – waarin ouders soms kiezen voor voedingsmiddelen met rijst, die mogelijk arseen bevatten.

Aanbevelingen voor ouders van baby's en peuters

De HGR raadt aan om:

- ervoor te zorgen dat baby's een gevarieerde en evenwichtige voeding krijgen en zetmeelbronnen dus niet enkel te vervangen door vaste voedingsmiddelen op basis van rijst;
- rijst te koken in een voldoende grote hoeveelheid water (6 keer zoveel water als rijst) en het kookwater

weg te gieten alvorens de rijst op te dienen;

- niet regelmatig rijstkoeken als snack te geven;
- borstvoeding, flesvoeding of koemelk niet te vervangen door rijstdranken;
- een arts of diëtist te raadplegen over geschikte alternatieven voor koemelk voor kinderen met een allergie of intolerantie.

Aanbevelingen voor zwangere vrouwen en jonge moeders

De HGR raadt aan om:

- de consumptie van rijst, voeding op basis van rijst en andere voedingsmiddelen met een hoog gehalte aan anorganisch arseen, zoals algen (zie HGR advies nr. 9149), tijdens de zwangerschap te beperken om overdracht via de placenta op de foetus te vermijden;
- de voorkeur te geven aan borstvoeding om de inname van anorganisch arseen zoveel mogelijk te beperken tijdens de eerste levensmaanden.

Het volledige advies nr. 9252 is te vinden op de website van de Hoge Gezondheidsraad:

<https://www.health.belgium.be/nl/advies-9252-arseen> .

Het advies nr. 9149 (2015): <https://www.health.belgium.be/nl/advies-9149-arseen> .

Voor meer informatie kunt u zich wenden tot:

De experten:

- Tom Van de Wiele: GSM: 0477/60.54.55, tel.: 09/264.59.12, e-mail: tom.vandewiele@ugent.be

- Luc Pussemier: GSM: 0476/08.19.95, tel.: 010/45.03.40, e-mail: lucpussemier@gmail.com

De website van de Hoge Gezondheidsraad: www.hgr-css.be .

Hoge Gezondheidsraad
Victor Hortaplein 40/10
1060 Brussel
België
+32 2 524 97 97
<http://www.hgr-css.be>

Fabrice Péters
Algemeen Coördinator
+32 486 31 47 59
+32 2 524 91 74
fabrice.peters@health.fgov.be