

ADI: voor een veilig gebruik

www.ZOETSTOFFEN.eu

Aanvaardbare Dagelijkse Inname (ADI) van zoetstoffen staat garant voor een veilig gebruik

Onder welke voorwaarden kan een zoetstof op de markt worden gebracht?

- **Laagcalorische zoetstoffen worden door tal van organisaties geëvalueerd, waaronder:**
 - de Europese Autoriteit voor Voedselveiligheid (EFSA)
 - het Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives (JECFA)
 - de Amerikaanse Food and Drug Administration (FDA)



- Ze moeten aan tal van criteria voldoen (toekenning van een E-nummer):

ASPARTAAM
= E951



- als veilig worden beschouwd
- een technologisch nut hebben (zoete smaak)
- voordeel bieden voor de consument

- In Europa bepaalt de EFSA de ADI voor elke zoetstof

ADI = de hoeveelheid van een stof die men levenslang dagelijks kan consumeren zonder enig risico op gezondheidsproblemen.



- Voor elke zoetstof bepaalt de Europese Commissie de aard van de voedingswaren en dranken die de zoetstof mogen bevatten, alsook de maximale hoeveelheden.

Hoe wordt de ADI bepaald?

1

De veiligheid van zoetstoffen wordt geëvalueerd met behulp van een reeks **studies in vitro** en **in vivo** bij dieren, en op basis van gegevens bij de mens.



2

Men bepaalt de **dosis zonder enig schadelijk effect** bij dieren.



3

Deze dosis zonder schadelijk effect bij dieren **deelt men door 100** (veiligheidsfactor), om te komen tot de veilige dosis voor de hele menselijke bevolking.

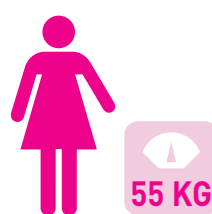


ADI van de voornaamste zoetstoffen

De Aanvaardbare Dagelijkse Inname wordt uitgedrukt in milligram per kilogram lichaamsgewicht en per dag (mg/kg/dag).

Aspartaam:	40 mg
Acesulfaam-K:	9 mg
Cyclamaat:	7 mg
Sacharine:	5 mg
Sucralose:	15 mg
Steviolglycosiden (stevia):	4 mg

VOORBEELD:



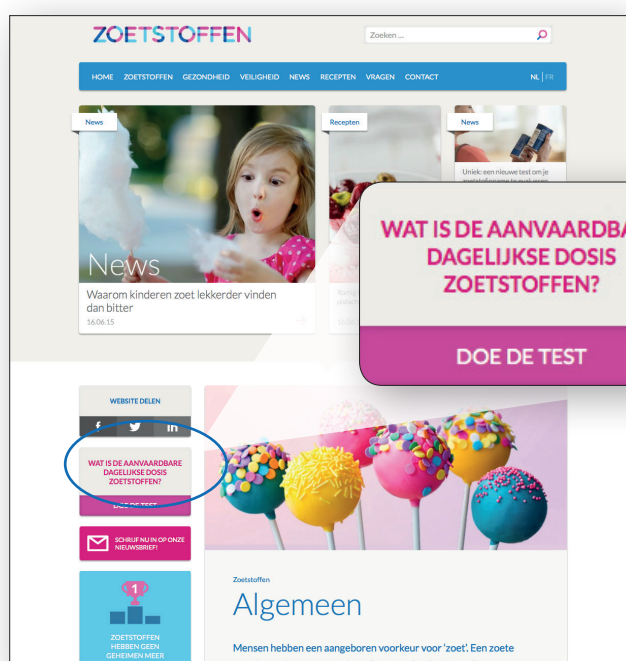
De hoeveelheid steviolglycosiden die een vrouw van 55 kg **in alle veiligheid dagelijks kan consumeren**, bedraagt:
maximaal 55 kg x 4 mg = 220 mg,
het equivalent van **11 suikerklontjes**.



Gebruiken we te veel zoetstoffen?

De Europese Commissie verzoekt de lidstaten de zoetstoffenconsumptie van hun inwoners te meten. Volgens het recentste onderzoek uitgevoerd in 2011 door het **Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid (WIV-ISP)** is de blootstelling van de Belgische volwassen consumenten, diabetici en veelgebruikers van lightproducten **ruim onder de ADI**.

Check zelf je zoetstofconsumptie met behulp van de **ZOETSTOFFENTEST**.



Deze test integreert het werkelijke zoetstoffen-gehalte van tal van producten, op basis van de gegevens van de vzw Nubel, de beheerder van de Belgische Voedingsmiddelentabel.