



Foto Shutterstock

Hoeveelheid plastic in je lijf valt mee

Een volwassene krijgt dagelijks gemiddeld 880 deeltjes microplastic binnen, blijkt uit modelstudie.

Bij iets simpels als het openen van een plastic flesje komen al microplastics vrij: plastic deeltjes tussen 1 en 5.000 micrometer groot. We krijgen ze binnen via eten en drinken, maar ook via de lucht. De gevolgen voor de gezondheid zijn nog onduidelijk.

Je poept meer dan de helft van de microplastics uit

Nur Hazimah Mohamed Nor, onderzoeker bij Aquatische Ecologie en Waterbeheer, zocht uit hoeveel we er precies van binnenkrijgen en ophopen. Per week zou een mens gemiddeld een bankpas (5 gram) aan plastic binnenkrijgen. Dat was de conclusie van een onderzoek van University of Newcastle in opdracht van WWF Singapore in 2019. Slikken we echt zoveel plastic? Mohamed Nor bouwde een model om te berekenen hoeveel microplastics je binnenkrijgt via inademing en acht etenswaren waarvan de concentratie microplastics bekend is (vis, schelpdier, schaaldier, kraanwater, fleswater,

zout, bier en melk).

Volgens haar model krijgt een volwassene dagelijks gemiddeld 880 plasticdeeltjes binnen, een kind tot achttien jaar 510 deeltjes. Zowel kind als volwassene poepen ongeveer een gelijke hoeveelheid microplastics uit, namelijk 480 of 490 deeltjes per dag. Dat een kind net zoveel verliest als een volwassen mens kan komen door de snellere stofwisseling.

Zandkorrel

Het model rekende ook uit hoeveel microplastics iemand tot het zeventigste levensjaar ophoopt in het lichaam: iets meer dan vijftigduizend deeltjes. Dat klinkt als veel, maar is slechts 0,04 microgram, een fractie van een zandkorrel. De bankpas per week kun je dus met een korreltje zout nemen. Een belangrijke kanttekening: de etenswaren in Mohamed Nors model beslaan slechts een vijfde van de hoeveelheid voedsel die je dagelijks eet. Van veel producten, zoals graan, rijst, groenten, fruit, vlees en bewerkte voedingsmiddelen is nog onbekend hoeveel microplastics erin zitten. ss