

Allt om sukralos

Frågor och svar om sukralos

Hälsoaspekten

Är sukralos säkert att konsumera?

Sukralos har genomgått omfattande tester - över 100 studier de senaste 20 åren - och bedöms vara en säker ingrediens. Alla kan konsumera sukralos, såväl gravida kvinnor som ammande mammor och barn. Forskning visar att sukralos även fungerar bra för personer med diabetes eftersom sukralos inte påverkar glukosvärdet eller kroppens utsöndring av insulin. Det gäller både på kort och lång sikt.

Idag är sukralos godkänt i mer än 80 länder runt om i världen, bland annat inom EU, Kanada, Australien och USA.

Orsakar inte sukralos ett ökat sug efter andra sötsaker?

Det finns inga vetenskapliga bevis som indikerar att kalorifria sötningsmedel ökar människors sug efter söt mat och dryck.

Påverkar inte sötningsmedel kroppens produktion av insulin?

Sukralos påverkar inte kroppens produktion av insulin. Detta är demonstrerats genom en rad kliniska studier både på människor med diabetes och människor utan diabetes.

Kroppen misstar inte sukralos för att vara socker eller kolhydrater. Det betyder att sukralos inte påverkar glukosvärdet eller insulinproduktionen, varken på lång eller kort sikt.

Sukralos innehåller klor. Är inte det skadligt för kroppen?

Sukralos framställs från socker. Genom en patenterad flerstegsprocess som ersätter tre av sockermolekylens OH-grupper med tre kloratomer får sukralos sin söta smak. Kloratomerna ger ett sötningsmedel som smakar som socker, är 600 gånger sötare än socker, men inte innehåller några kalorier.

Klor är ett av jordens mest vanligt förekommande kemiska ämnen och finns både i organiska och icke-organiska föreningar. Klor finns naturligt både i jord, hav, mineraler, växter och djur. Forskare har identifierat över 2000 organiska klorföreningar som finns naturligt och spelar en avgörande roll i de biologiska systemen. Till exempel finns klor i vanligt bordsalt och i kravatten. Det finns absolut ingen anledning att känna oro för att sukralos innehåller klor.

Varför finns sötningsmedel?

När antalet personer som lider av fetma ökar, ökar också efterfrågan på lågkaloriprodukter. Många matproducenter söker nu vägar för att förse världens konsumenter med ett bredare utbud av smakrika och kalorislåga produkter. Utvecklingen och godkännandet av sötningsmedel och andra ingredienser med låg kaloriehalt hjälper till att möta denna efterfrågan.

Miljöaspekten

Är sukralos ofarligt för miljön?

Sukralos är biologiskt nedbrytbart och ackumuleras inte i naturen. I vatten eller jord bryts det successivt ned till beståndsdelarna salt, vatten och koldioxid.

Vilka vetenskapliga studier har genomförts?

Ett stort antal studier har genomförts för att undersöka möjlig påverkan på växter och vattenlevande djur. Information har skickats in till reglerande myndigheter över hela världen, och alla har kommit fram till att sukralos inte har någon negativ påverkan på växter eller vattendjur. Denna uppfattning delas av Naturvårdsverket.

Frigörs klor i naturen?

Sukralos frigör inte klor direkt i naturen. Vissa bakterier i jorden kan bryta ner sukralos, och då omvandlas kloratomerna i sukralos till natriumklorid – vanligt bordssalt.

Vad säger IVLs studie om sukralos?

Studiens resultat i fråga om mätningar av sukralos i vattenprover från reningsverk stämmer överens med siffror som har skickats in till den europeiska tillsynsmyndigheten som en del av den ursprungliga ansökan om godkännande för sukralos som tillsats i mat. Allt siffrorna visar är att sukralos passerar igenom reningsverket och inte orsakar någon åverkan på miljön eller vattenlevande djur – vilket har varit känt i över 20 år.

Vilken påverkan har sukralos på djurliv?

Vetenskapliga studier visar att sukralos inte har någon påverkan på djurliv. IVLs studie bekräftar detta – sukralos fanns inte i prover av fisk eller musslor som analyserades av IVL. Sukralos ackumuleras inte i levande organismer.

<http://www.sucralose.se>