

FACTCHECKER

Door Stefanie Van den Broeck, illustratie Steve Michiels

‘Borsten kunnen tijdens het lopen dezelfde G-kracht ondervinden als een F1-coureur’

Flair

→ONWAAR
→EERDER ONWAAR
→GEEN BEWIJS
→EERDER WAAR
→WAAR

In een advertorial van Adidas in *Flair* lezen we het volgende: ‘Wist je dat je borsten tijdens het lopen dezelfde G-kracht kunnen ondervinden als een F1-piloot tijdens een race?’ Niet toevallig wordt vervolgens een nieuw gamma sportbeha’s aangeprezen. In een persbericht van Adidas wordt verwezen naar onderzoek van professor Joanna Wakefield-Scurr van de universiteit van Portsmouth, en wordt aangehaald dat ‘als borsten niet goed ondersteund worden tijdens het lopen, ze tot 19 centimeter kunnen bewegen en dezelfde G-kracht kunnen ondervinden als een F1-coureur’. We proberen professor Wakefield-Scurr te bereiken voor meer uitleg, maar zonder resultaat.

Professor Benedicte Vanwanseele, hoofd

van de onderzoeksgroep biomechanica van de menselijke beweging (KU Leuven), gaat voor ons op zoek en komt uit bij een onderzoek van professor Wakefield-Scurr uit 2011. ‘Hiervoor liepen 21 vrouwelijke proefpersonen met een D-cup op een loopband, op vier manieren: zonder beha, met

met twee types sportbeha’s. Wanneer ze met de hoogste snelheid liepen (15 kilometer per uur) zonder beha, bleken hun borsten in totaal – zowel verticaal, horizontaal als van voren naar achteren – tot 15,8 centimeter te bewegen, met een foutmarge van 4 centimeter, met zeer hoge snelheden.’

Dat brengt ons bij de zogenaamde gravitatiekracht (G-kracht), legt Vanwanseele uit. ‘Dat is de versnelling veroorzaakt door de zwaartekracht. In

F1-coureur gaat het vaak om 5G, zo blijkt uit verschillende publicaties. ‘Als je erg grote borsten hebt – een D-cup – zullen die ook een veel grotere impact ondervinden wanneer je snel loopt zonder ondersteuning, en dus veel sneller en verder heen en weer bewegen. In stilstand zijn ze enkel onderhevig aan de normale zwaartekracht, bij hoge snelheden wordt die kracht enorm versterkt. Uit dit onderzoek blijkt dat die kan verviervoudigen. Dat kan leiden tot

het lopen tot 9,9 centimeter omhoog en omlaag kan bewegen. In een van de studies die zij citeert, wordt de versnelling van borsten tijdens het lopen berekend. Hoe groter de borsten, hoe sneller ze bewegen in alle richtingen. Bij een D-cup kan de G-kracht inderdaad opleven tot 5G en meer, bij een B- of C-cup is dat eerder 2 of 3G. Bij mensen met grote borsten kan dat ernstige klachten opleveren. De gewone zwaartekracht zorgt vaak al voor rugklachten, maar als die kracht nog versterkt wordt, verhoogt ook de pijn. Een sportbeha kan die bewegingen tot wel 60 procent verminderen.’



CONCLUSIE

Als grote borsten tijdens het hardlopen niet ondersteund worden, kunnen ze onderhevig zijn aan eenzelfde G-kracht als bij F1-coureurs, zo blijkt uit verschillende onderzoeken. We beoordelen de stelling dus als waar.

normale omstandigheden is dat 9,81 meter/ seconde². Dat wil zeggen dat wanneer iets naar beneden valt, die snelheid met 9,81 meter per seconde toeneemt. We spreken dan over een G-kracht van 1. Maar door heel sterk te versnellen, nemen de krachten toe, waardoor een bewegend voorwerp nog meer gaat versnellen.’ Bij een

een heel oncomfortabel gevoel en zelfs pijn.’

Professor biomechanica Veerle Segers (UGent, vakgroep bewegings- en sportwetenschappen) beaamt de stelling ook.

‘De Australische professor Julie Steele publiceerde in 2020 een zeer goede reviewstudie, waaruit blijkt dat een niet-ondersteunde borst tijdens

• Op [Knack.be/Factchecker](https://knack.be/factchecker) vindt u links naar de onderzoeken en andere bronnen die voor dit artikel zijn gebruikt.

• Krasse uitspraak, straf cijfer of dito feit in de actualiteit gezien? Stuur uw vraag met exacte bronvermelding van het citaat naar factchecker@knack.be