«Τα παιδιά κινδυνεύουν από τα φυτοφάρμακα» (Ιωάννα Φωτιάδη, Τάνια Γεωργιοπούλου)

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 22 Απριλίου, 2009

Δέκα χρόνια παρακολουθεί βιβλιογραφικά και καταγράφει όσες έρευνες έχουν γίνει στην Ελλάδα και στο εξωτερικό για τις επιδράσεις των φυτοφαρμάκων στην υγεία - ιδιαίτερα των παιδιών. Και τα συμπεράσματα της **Θεοδώτας Λιακοπούλου Τσιτσιπή, διευθύντριας του παιδιατρικού τμήματος της Ευρωκλινικής Παίδων**, είναι μάλλον ανησυχητικά...

Το ΟΙΚΟ του Νοεμβρίου 2008 **είχε δημοσιεύσει τα αποτελέσματα των αναλύσεων για υπολείμματα φυτοφαρμάκων που έγιναν σε σταφύλια αγορασμένα από τις λαϊκές της Αθήνας. Από τα δέκα δείγματα που εξετάστηκαν σε όλα ανιχνεύτηκαν υπολείμματα φυτοφαρμάκων, όμως κάτω από τα ανώτατα επιτρεπτά όρια. Στα περισσότερα ανιχνεύτηκε κοκτέιλ έως και επτά σκευασμάτων. Εφόσον τα υπολείμματα δεν ξεπερνούν τα ανώτατα επιτρεπτά όρια (mrl), μπορούμε να αισθανόμαστε ασφαλείς;**

Δυστυχώς, στις περισσότερες αναλύσεις γεωργικών προϊόντων ανιχνεύονται υπολείμματα περισσοτέρων του ενός φυτοφαρμάκων. Οι επιστημονικές μας γνώσεις περιορίζονται στη δράση κάθε ουσίας ξεχωριστά. Οταν εμπλέκονται όμως περισσότερες, οι ενδεχόμενες επιπλοκές για τον οργανισμό μας είναι άγνωστες. Είναι λάθος, επομένως, να θεωρούμε ότι τα προϊόντα με υπολείμματα κάτω από τα mrl είναι αθώα.

Μέσα στον οργανισμό τα επίπεδα τοξικότητας αυτών των σκευασμάτων δρουν σωρευτικά, κανείς δεν μπορεί, λοιπόν, να προβλέψει τις επιπτώσεις, οι οποίες γίνονται ορατές πολλές δεκαετίες αργότερα και όχι σπάνια εκδηλώνονται ως πολύ σοβαρές ασθένειες. Δεν είναι εφικτό εκ των προτέρων να ποσοτικοποιήσεις τον κίνδυνο και να βάλεις όριο. Αλλωστε, έχει αποδειχθεί ότι τα ανώτατα επιτρεπόμενα όρια είναι ένα μέγεθος που συνεχώς αλλάζει. Η χρήση φυτοπροστατευτικών σκευασμάτων απαγορεύεται πολλές φορές εκ των υστέρων, επειδή κρίνονται επικίνδυνα. Ομως ήδη έχουν μπει στον οργανισμό μας. Ποιος μπορεί να ξεχάσει το περίφημο DTT;

Γιατί οι γνώσεις μας γύρω από τις επιδράσεις των φυτοφαρμάκων στην υγεία είναι τόσο περιορισμένες;

Πριν κυκλοφορήσει ένα φάρμακο στην αγορά, έχουν προηγηθεί όλα τα στάδια δοκιμών σε πειραματόζωα και ανθρώπους. Αυτό όμως δεν είναι δυνατόν να εφαρμοστεί με τις τοξικές ουσίες που συνθέτουν τα φυτοφάρμακα. Οι επιβλαβείς επιδράσεις των φυτοφαρμάκων είναι ένα αδιαμφισβήτητο δεδομένο. Απλώς, οι επιστήμονες δυσκολεύονται να καταλήξουν σε ασφαλή συμπεράσματα για κάθε ουσία ελλείψει μελετών. Οι έρευνες που διεξάγονται, λόγω της τοξικότητας των σκευασμάτων, έχουν ως αντικείμενα πειραματόζωα ή είναι επιδημιολογικές μελέτες που εξετάζουν τις επιπλοκές στην υγεία συγκεκριμένων πληθυσμιακών ομάδων.

Συγκρίνουν, για παράδειγμα, πληθυσμούς που εκτίθενται επαγγελματικά σε φυτοφάρμακα με άλλους που δεν εκτίθενται. Από τέτοιου είδους μελέτες καταλήγουμε σε σημαντικά έμμεσα συμπεράσματα, όπως η κατά μεγάλο ποσοστό μεγαλύτερη εμφάνιση λευχαιμίας, μελανώματος και λεμφώματος σε άτομα που εργάζονταν για πολλά χρόνια με φυτοφάρμακα. Από τις 27 μελέτες οι 23 απέδειξαν άμεση συσχέτιση μεταξύ φυτοφαρμάκων και λεμφώματος non-Hodgkin. Αλλη μελέτη συνέδεσε τη μητρική έκθεση σε φυτοφάρμακα με την εμφάνιση παιδικής λευχαιμίας. Τα περισσότερα στοιχεία προέρχονται από έρευνες που έλαβαν χώρα στις ΗΠΑ και συνέδεαν τη χρήση οργανοφωσφορικών ουσιών με την εκδήλωση ασθενειών.

Ποιοι λόγοι καθιστούν τα παιδιά πιο ευάλωτα στις επιδράσεις των φυτοφαρμάκων;

Κατ' αρχάς, τα παιδιά μέσω της εισπνοής, της κατάποσης και της επαφής με το δέρμα απορροφούν μεγαλύτερες συγκεντρώσεις φυτοφαρμάκων, καθώς έχουν μικρό σωματικό βάρος. Οι τοξικές ουσίες είναι μέχρι και δέκα φορές περισσότερο τοξικές στα παιδιά απ' ό,τι στους ενηλίκους. Παράλληλα, πολλά φυτοφάρμακα είναι βαρύτερα από τον αέρα με αποτέλεσμα στο περιβάλλον εισπνοής των παιδιών να υπάρχουν υψηλότερες συγκεντρώσεις. Τα παιδιά ξεχνούν πολλές φορές να πλύνουν το φρούτο προτού το φάνε ή αμελούν να σαπουνίσουν τα χέρια τους. Στα παιδιά τα αμυντικά συστήματα δεν είναι αρκετά ανεπτυγμένα, επομένως δεν έχουν την ικανότητα να διασπάσουν και να αποβάλουν τις τοξικές ουσίες.

Επιπλέον, καθώς οι επιπτώσεις της τοξικότητας των υπολειμμάτων είναι μακροπρόθεσμες, τα παιδιά αποτελούν ομάδα «υψηλού κινδύνου», αφού έχουν μπροστά τους πολλές δεκαετίες ζωής. Εν ολίγοις, αν ένας ηλικιωμένος και ένα νήπιο προσλάβουν από οποιαδήποτε οδό τοξικές ουσίες, το πιθανότερο είναι ότι το παιδί θα παρουσιάσει συμπτώματα. Ουσιαστικά, τα ανώτατα επιτρεπτά όρια τοξικότητας για τα παιδιά είναι πολύ πιο χαμηλά.

Ποια συστήματα στον παιδικό οργανισμό προσβάλλονται περισσότερο από τις τοξικές ουσίες των φυτοφαρμάκων;

Το ενδοκρινικό σύστημα των παιδιών είναι το πιο ευάλωτο. Κάθε ορμόνη έχει ένα όργανο-στόχο και αντίστοιχα έναν υποδοχέα. Πολλές ουσίες «μπλοκάρουν» αυτούς τους υποδοχείς και δυσχεραίνουν τη λειτουργία αυτού του οργάνου. Αλλες αναπτύσσουν ένα μηχανισμό μίμησης των ορμονών και «αποπροσανατολίζουν» τον οργανισμό. Παράλληλα, παρεμβαίνουν σε πολλούς μεταβολικούς δρόμους. Προσβάλλεται και το αναπαραγωγικό σύστημα, όπου δημιουργούνται επιπλοκές όχι μόνο στον οργανισμό που εκτέθηκε στην τοξικότητα, αλλά και στους απογόνους του.

Ταυτόχρονα, επιπτώσεις εμφανίζονται και στο νευρικό, ανοσοποιητικό και αναπνευστικό σύστημα, καθώς βέβαια και στο δέρμα. Ως γιατροί, συναντούμε συχνά συμπτώματα τα οποία μπορούν να συνδεθούν με αυτή την τοξικότητα, όπως παιδιά που γεννήθηκαν με ανωμαλίες στα άκρα ή με καθυστέρηση. Ωστόσο, αυτά τα συμπτώματα μπορεί να προκύπτουν από διάφορες αιτίες και δεν μπορεί να αποδειχθεί ότι οφείλονται αποκλειστικά στην έκθεση σε φυτοφάρμακα.

Τα αναπαραγωγικά προβλήματα απασχολούν όλο και μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού. Ποια συμπτώματα μπορούν να ερμηνευτούν ως αποτελέσματα της τοξικότητας ουσιών που περιέχονται σε φυτοφάρμακα;

Η μειωμένη γονιμότητα και η διαταραχή του κύκλου των γυναικών συνδέονται άμεσα με την έκθεση στην τοξικότητα. Πληθώρα επιπλοκών κατά την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, όπως οι αυτόματες αποβολές, οι γεννήσεις θνησιγενών βρεφών και η ενδομήτρια καθυστέρηση, είναι πιθανά αποτελέσματα της πρόσληψης τοξικών ουσιών. Το ίδιο ισχύει και για ανωμαλίες που εμφανίζονται σε νεογέννητα, όπως η κρυψορχία, ο υποσπαδίας, οι ανατομικές ανωμαλίες και το λυκόστομα.

Στη διάρκεια της εγκυμοσύνης οι γυναίκες πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικές, γιατί το έμβρυο προσλαμβάνει ό,τι και η μητέρα του.

Ποιες πρακτικές συμβουλές θα δίνατε σε γονείς που ανησυχούν για τον «ύπουλο» αυτό εχθρό;

Οι γονείς σήμερα είναι περισσότερο αφυπνισμένοι. Για να εξασφαλίσουν το αυτονόητο, μια ασφαλή τροφή για τα παιδιά τους, τους προτρέπω να εφοδιάζονται τρόφιμα που είναι πιστοποιημένα. Το ιδανικό είναι, βέβαια, να καταναλώνουμε προϊόντα βιολογικής γεωργίας, τα οποία καλλιεργούνται χωρίς καθόλου χημικά

λιπάσματα και φυτοφάρμακα. Επειδή, ωστόσο, αυτό δεν είναι για όλες τις οικογένειες εφικτό λόγω κόστους, θα συμβούλευα τον κόσμο να αναζητά προϊόντα ελεγχόμενα, φρούτα και λαχανικά που έχουν παραχθεί στο πλαίσιο της ολοκληρωμένης διαχείρισης. Ετσι, θα έχουν τουλάχιστον τη βεβαιότητα ότι το φρούτο που τρώνε δεν βρέθηκε στα χέρια τους την επομένη του ψεκασμού!

Πως αποφεύγουμε τα φυτοφάρμακα σε λαχανικά και φρούτα

Ο κ. Κώστας Ακουμιανάκης, επίκουρος καθηγητής του Εργαστηρίου Κηπευτικών του τμήματος Επιστήμης της Φυτικής Παραγωγής του Γεωπονικού Πανεπιστημίου, και ο **καθηγητής Χημείας Περιβάλλοντος στο ΑΠΘ, κ. Φιτιάν**ος, μας δίνουν χρήσιμες συμβουλές για το πώς να αποφεύγουμε την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών μετά... φυτοφαρμάκων.

• Καταναλώνουμε φρούτα και λαχανικά βιολογικής καλλιέργειας ή, εφόσον κοστίζουν ακριβά, ολοκληρωμένης διαχείρισης.

Τα τελευταία υφίστανται περισσότερους ελέγχους και η παραγωγή τους είναι ελεγχόμενη, ενώ ελέγχονται συχνότερα για υπολείμματα φυτοφαρμάκων, δεδομένου ότι είναι κυρίως προϊόντα που εξάγονται.

• Πλένουμε καλά με νερό -και όχι με σαπούνι όπως πολλοί συνηθίζουν- και ξεφλουδίζουμε όλα τα φρούτα. Μάλιστα, με το πλύσιμο δεν αποφεύγουμε μόνο τα υπολείμματα φυτοφαρμάκων επαφής αλλά και άλλες ασθένειες, όπως το τοξόπλασμα, που μπορούν να μεταφερθούν από τα φρούτα και τα λαχανικά.

• Πλένουμε πολύ καλά τα φυλλώδη λαχανικά (μαρούλια, σπανάκια κ.ά.) και αφαιρούμε τα εξωτερικά φύλλα στα οποία επικάθεται οποιαδήποτε βλαβερή ουσία.

• Από τα κηπευτικά, τα πιο επικίνδυνα -καθώς είναι πιο ευαίσθητα σε εχθρούς και ασθένειες και άρα δέχονται περισσότερα φυτοφάρμακα- είναι: το αγγούρι, το πεπόνι, το καρπούζι, το κολοκύθι. Καθώς ωριμάζουν γρήγορα, ο χρόνος που μεσολαβεί από τον ψεκασμό έως ότου φτάσουν στο πιάτο μας είναι συχνά πολύ μικρός και το φυτοφάρμακο δεν προλαβαίνει να αποδομηθεί.

• Αγοράζουμε φρουτο-λαχανικά εποχής. Εχουμε λιγότερες πιθανότητες αυτά να έχουν υπολείμματα φυτοφαρμάκου, καθώς μέσα στο θερμοκήπιο αναπτύσσονται περισσότερες ασθένειες και κατά συνέπεια είναι πιθανό να χρησιμοποιηθούν περισσότερα φυτοφάρμακα. Το καλοκαίρι που βρίσκονται στην εποχή τους, διαθέτουν καλύτερους μηχανισμούς αντοχής.

• Ψωνίζουμε ανώριμα τα φρούτα και τα λαχανικά και τα αφήνουμε εκτός ψυγείου σε σημείο με φως για 3-4 ημέρες. Κι αυτό γιατί τα περισσότερα «σύγχρονα» φυτοφάρμακα έχουν χρόνο υπολειμματικής δράσης 7 ημέρες. Υπολογίζοντας ότι χρειάζονται περίπου 3 ημέρες το λιγότερο για να φτάσει ένα φρούτο ή λαχανικό από το χωράφι στο σπίτι μας, αυτό είναι μια καλή λύση.

• Αποφεύγουμε φρούτα και λαχανικά από τρίτες χώρες, όπως η Τουρκία, καθώς ενδέχεται να έχουν υπολείμματα φυτοφαρμάκων που έχουν απαγορευτεί στην Ε.Ε. και άρα και στην Ελλάδα. Οι έλεγχοι γι' αυτό το ενδεχόμενο είναι δειγματοληπτικοί, ενώ σε έρευνα του Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης έχουν βρεθεί πολλά δείγματα με ουσίες που νόμιμα δεν χρησιμοποιούνται πια στην Ελλάδα, όπως το μαλαθείο.

(Πηγή: "ΟΙΚΟ" Απρίλιος 2009)