

# Jó-e, ha a gyerekek bioélelmiszert esznek? A válasz bonyolult!

A Slate Magazin egy érdekes cikket publikált a napokban, amely azt próbálta ecsetelni vajon, jó-e, ha gyermekünk bioélelmiszereket fogyaszt. Egyes megközelítések szerint ez nem több pusztán pénzkidobásnál, míg mások határozottan támogatják a bioélelmiszereket.



## Érvek és ellenérvek

Nem meglepő, hogy a történetből egy keserű, elnyűtt vita kerekedett, ahogy azt a 899 komment is mutatja. Néhány szülő a cikket olvasva, igazolva érzi véleményét, mely szerint: A drága bioélelmiszerek felesleges luxust jelentenek és az olyan embereknek találták ki, akik beugrottak a marketingnek és félnek hagyományosan termesztett almát venni. A másik sarokban az olyan szülők állnak, akik rettegnék attól, hogy gyerekeik olyan gyümölcsöket és zöldségeket egyenek, melyek tele vannak veszélyes mérgekkel és ez megjósolhatatlan hatással lesz majd testi és szellemi fejlődésükre.

A cikk felsorol néhány meggyőző érvet, amelyeket érdemes megfontolni: a bioélelmiszerek is tartalmaznak növényvédő szereket. A gyümölcsök és zöldségek megmosása jelentősen csökkenti a növényvédőszer-terhelést. És ami a legfőbb: a

hagyományosan termesztett gyümölcsök és zöldségek is sokkal jobbak, mint a semmi.

Az egyik fő érv egy olyan tanulmányból származik, mely kiszámította a hagyományosan termesztett zöldségek és gyümölcsök növényvédő szer tartalmát a Természetvédelmi Munkacsoport évente kiadott, hírhedt "piszkos tizenkettő" listáján. A teljes növényvédőszer mennyiség ezekben az élelmiszerekben meg sem közelíti a Természetvédelmi Ügynökség által megadott határértékeket. Bár ezt jó tudni, mégis marad egy nagy kérdés a fejünkben: Mennyit tudunk valójában ezekről a határértékekről? Az ügynökség által kiadott adatok nagy része olyan állatkísérleteken alapszik, melyek súlyos és nyilvánvaló hatásokat vizsgálnak, mint például a sejt elhalás. Ezen adatok alapján állítják be a határértékeket az emberek számára, beleértve a felnőtteket és a gyerekeket is.

## **Valóban ismerjük az ártalmakat?**

Tehát a tudomány nem mondja el nekünk, hogy ezek a növényvédő szerek valójában mit csinálnak a fiatal gyerekek testével és agyával. Talán ilyen alacsony szinteken teljesen ártalmatlanok. De lehetséges, hogy még alacsony szinten is, ezeknek a molekuláknak olyan hatása van, melyek nem mutathatók ki az állatkísérletekből.

Tény, hogy egyes növényvédő szerek - vitatható szinten – az ételeken keresztül bejutnak a gyerekek szervezetébe. Néhány kutatás azt sugallja, hogy a bioélelmiszerek csökkenthetik a növényvédő szerek általi terhelést. A kutatók erre akkor jöttek rá, amikor 23 gyerekkel öt napon keresztül lecseréltették a hagyományosan termesztett ételüket bioélelmiszerekre. Egy 2006-os kutatás 2006-ban arról számol be, hogy amikor a gyerekek kizárólag organikus gyümölcsöket, zöldségeket, gyümölcslevet, tésztát és, gabonaféléket fogyasztottak, szervezetükben számos szerves foszfát tartalmú növényvédő szer szintje drasztikusan csökkent (vizeletminta alapján).

Csupán öt nap bioélelmiszer csökkentette a növényvédő szerek mennyiségét a gyerekek szervezetében. Öt nap, ennyi. „Az ilyen fajta védettség drámai és azonnali”, írták a szerzők.

## **Összegzés**

Szóval igen, a szigorú bioétrend alacsonyabb növényvédőszer-terhelést jelent, javasolja ez a tanulmány. És ha a gyerekek a hagyományos gyümölcsöket és

zöldségeket fogyasztják, ez még mindig jóval alacsonyabb növényvédőszer terhelést jelent, mint a Természetvédelmi Ügynökség által megállapított minimum. De az igazság az, hogy senki sem tudja igazán, hogy ezek a vegyületek hogyan viselkednek a növekvő szervezetben. Ilyen tanulmányokat szinte lehetetlen készíteni. Mint valaki, akinek meg kell etetnie a gyermekét, megteszem a tőlem telhetőt. V baba sok biogyümölcsöt és zöldséget kap. Eszik hagyományosan termesztett élelmiszereket is. Jól megmosom az ételét. És arra is rájöttem, hogy hasonló módon a gyereknevelés más területéhez, nem tudunk tökéletesen informálódni és megpróbálok úgy élni, hogy ez ne zavarjon. Sok mindent nem tudunk.

*Marsi Zoltán írása*

*Forrás: <https://hirmagazin.sulinet.hu/hu/életmod/joe-ha-gyermekunk-bioelelmiszert-eszik-a-valasz-bonyolult>*