

## Problém je třeba 19 pesticidů v jednom jablku

02.11.2022 Lidové noviny - MARTIN JEŽEK

strana: 12 rubrika: Medicína

**Klíčová slova:** Mikeš; Ondřej; RECETOX

Množství látek, které mohou narušovat fungování našeho endokrinního systému, tedy endokrinních disruptorů, se dá snížit, říká **Ondřej Mikeš**, zabývající se environmentální epidemiologií v centru **RECETOX** PřF MU v Brně.

- LN Můžu nějak zjistit, že jsem vystaven působení endokrinních disruptorů?

Endokrinní disruptory (ED) nejsou stejnorodou skupinou látek, která by měla stejné vlastnosti a zdroje. Pro zjednodušení můžeme potenciální ED rozdělit zhruba do čtyř skupin, a to pesticidy, průmyslové látky, látky pocházející ze spalovacích procesů a změkčovadla plastů, která jsou i v kosmetice. Pokud tedy jíme běžné potraviny, žijeme a dýcháme v současných městech a na vesnicích, používáme plastové výrobky a kosmetiku, do styku s nimi přicházíme denně. Můžete si nechat udělat rozbor krve nebo moči a zjistit, kolik a jakých látek se nachází ve vašem organismu. V mnoha našich studiích sledujeme tyto látky společně s mnoha dalšími včetně jiných faktorů potenciálně ovlivňujících zdraví lidí.

- LN Mohl by člověk nějak přizpůsobit svůj jídelníček a chování, aby například pesticidům nebyl vystaven?

Zbytky současných pesticidů jsou především v rostlinných potravinách, které vyžadují intenzivní ochranu před škůdci. To jsou zejména ovoce a obiloviny. U živočišných výrobků jako mléko a vejce pocházejí stopy pesticidů především z krmení ošetřovaným pícninami. Některé jsou kvůli své migraci prostředím detekovány v podzemních vodách. Legislativní limity pesticidů jsou nastaveny poměrně přísně a všechny země v EU tyto látky pravidelně monitorují. Problémem ovšem je, že víme poměrně málo o tzv. směsné a dlouhodobé expozici. Alarmující jsou například analytické zprávy, které nacházejí třeba devatenáct různých pesticidů v jednom jablku. Pokud byste tedy chtěli snížit svoji možnou expozici pesticidům, tak můžete v rámci možnosti zařazovat organické potraviny, kupovat potraviny s ohledem na danou sezónu a důkladně omývat ovoce a zeleninu vodou, případně se jich můžete částečně zbavit odstraněním vnějších listů.

- LN Dětem se tyto látky taky nevyhýbají...

Na děti je samozřejmě brán největší ohled jako na zranitelnou skupinu. Děti v poměru ke své váze jedí daleko více potravin než dospělí a dýchají více vzduchu, proto jsou limity koncentrací znečišťujících látek nastaveny i s ohledem na ně. Samostatnou kapitolou jsou pak aditiva plastů, především ftaláty a bisfenoly, u kterých může být expozice vyšší u menších dětí, které si například strkají hračky do pusy, což se odrazilo v široce diskutovaném zákazu bisfenolu A v dětských produktech.

- LN Může se člověk produktům s ED ještě nějak vyhnout?

V podstatě ne. Všeobecně se nedoporučuje nadužívání kosmetiky, především té obličejové. Je vhodné snížit užívání tzv. domácí chemie a omezit množství spalovacích procesů v domácnosti. V současnosti se také hodně sledují zpomalovače hoření, které naleznete v elektronice, nábytku, ale třeba i v textilních materiálech. O pesticidech jsme již hovořili, ale u jídla není od věci přemýšlet o obalových materiálech. Opravdu potřebujeme brambory balené po jedné zvlášť v plastu? A je třeba rozumně ohřívat potraviny v plastových obalech, obzvláště pokud k tomu nejsou určeny?

- LN Co když nechám plastovou láhev s minerálkou v autě, na které svítí slunce, nebo když ohřívám jídlo v plastu v mikrovlnné troubě?

Závisí na lahvi, pokud lahev ftaláty obsahuje, budou i ve vodě, většinou ale v koncentracích, které nepřekračují legální limity. Jen pro upozornění, klasické PET lahve ale ftaláty neobsahují. Když se podíváte na lahev s minerálkou, určitě zjistíte, že ponecháním dané lahve v rozpáleném autě na sluníčku jste rozhodně nesplnil skladovací podmínky, a tudíž bych to rozhodně nepil. Co se týče ohřívání v mikrovlnné troubě, tak existují testované typy plastů, které při ohřevu neuvolňují nebo uvolňují minimální, bezpečné množství potenciálně škodlivých látek. U problémů s ohříváním anebo i nošením teplého jídla jde především o plasty, které k tomu nejsou určeny. Na druhou stranu stále poměrně málo víme o dlouhodobé expozici těmto látkám, a to i v množství poměrně malých, legálně povolených a jejich směsných účincích. A to se netýká pouze ED.

- LN Jak ze světa plného plastu uniknout?

To je poměrně obtížná otázka. Plasty nás v mnoha ohledech posunuly hodně kupředu a zjednodušily a zlevnily spoustu procesů a výrobků. Co se týče těch směsí, tak stále přesně nevíme, které látky ještě mohou působit jako ED a jak působí jejich směsi. Vědci se snaží sledovat širokou škálu látek, identifikovat potenciálně nebezpečné a případně prokázat jejich škodlivé účinky. Pokud je informací o možné škodlivosti dostatek, postupují se závěry regulačním orgánům a ty pak rozhodnou o případném zákazu či omezení daných látek. Obecně

je potřeba výrazně snížit množství chemie kolem nás.

Foto:

Název: Problém je třeba 19 pesticidů v jednom jablku

Autor: MARTIN JEŽEK

Zdroj: Lidové noviny

Datum: 02.11.2022

Strana: 12

Číslo: 255

Rubrika: Medicína

ISSN: 0862-5921

Oblast: Celostátní deníky