

PESTICIDI

i njihov utjecaj na zdravlje



Što su to pesticidi?

kemijske ili biološke tvari namijenjene sprječavanju ili ograničenju djelovanja ili za uništavanje raznolikih vrsta štetočina, korova i bolesti koji ugrožavaju zdravlje čovjeka i uništavaju njegova dobra.

PROCJENA OPASNOSTI ZA ZDRAVLJE-> čak i niske količine pesticida u hrani mogu djelovati štetno na ljudski organizam kroz godine, odnosno kroz redovitu konzumaciju takvih namirnica.

UTJECAJ NA ZDRAVLJE

MOGU UZROKOVATI :

**ASTMU,
ALERGIJE,
HIPEROSJETLJIVOST,
HORMONALNE PROBLEME,
BOLESTI REPRODUKTIVNOG I PROBAVNOG SUSTAVA.
KARCINOME
NEPLODNOST
URODENE MANE
DIJABETES**

NAJVIŠE PESTICIDA NALAZI SE (TIM REDOSLIJEDOM) U:

jagodama, špinatu, breskvama, jabukama, kruškama, trešnjama, grožđu, celeru, rajčicama, paprikama, krumpiru, krastavcima, zelenoj salati, grašku

KAKO IZBJEĆI UNOS PESTICIDA KROZ HRANU? ODSTRANITI KORU

Pažljivo oprati prije uporabe

Izbjegavajte koristiti limunovu ili narančinu koru kao dodatak kolačima i drugim slasticama.

Veću količinu voća i povrća možete natopiti u mješavini octa i vode u omjeru 1:3 na nekoliko minuta, a nakon toga isprati toplom vodom.

Namirnice također možete isprati u vodi u kojoj ste rastopili dvije žlice sode bikarbone koja također može ukloniti dio pesticida.

Termička obrada

pravilna uporaba pesticida

*Tijekom uzgoja poneke namirnice se tretiraju pesticidima čak više od 20 puta, a nakon toga i s drugim kemijskim sredstvima kako bi što duže ostale svježije tijekom skladištenja.

