

Podem confiar en el que mengem?

Abel Maríné

Departament de Nutrició i Bromatologia, Facultat de Farmàcia, Universitat de Barcelona.

(Traducció autoritzada a partir de l'article publicat al diari LA VANGUARDIA el 10 de desembre de 2000. Revisat i actualitzat per l'autor).

Dades històriques i situació actual

"Com podien imaginar-se que la llet que compraven estava aigualida i adulterada amb formol, que el sucre i la farina estaven tractats químicament i que les confitures estaven acolorides amb anilina?", diu Upton Sinclair en la seva novel·la "La jungla", publicada als Estats Units l'any 1906, que reflexa una situació aleshores relativament estesa a conseqüència de l'elaboració industrial "salvatge" dels aliments. Això no era nou, doncs Frederick Accum, en el seu "Tractat sobre les adulteracions dels aliments i els verins de la cuina", publicat a Gran Bretanya l'any 1820, ja evidenciava que, per exemple, el pa es blanquejava amb alum, s'addicionava àcid sulfúric a la cervesa o s'utilitzaven sals de plom en alguns formatges.

Si retrocedim més podrem trobar múltiples referències sobre adulteració i falta de seguretat dels aliments. Així, a França, al segle XV, els que traficaven amb llard que contenia pedres eren col·locats davant un gran foc amb el greix al cap fins que es fonia, i els que venien ous podrits eren posats a la picota i rebien a la cara aquests ous. És a dir, pel que fa a la seguretat dels aliments abans les coses no anaven pas millor. Casos com aquests avui no passen, entre altres raons perquè l'obra de Sinclair va influir en què als Estats Units es promulguessin normes legislatives i d'inspecció d'aliments, i el mateix va passar a altres països.

En el món desenvolupat actual, tenint en compte els recursos tecnològics, sanitaris i de control disponibles, es pot esperar que el risc d'adulteracions perilloses o accidents deguts a aliments estigui superat. Per aquesta raó, les principals preocupacions s'han desplaçat cap a altres aspectes més preventius de la relació dels aliments amb la salut: el seu contingut calòric, per a controlar el pes, o el seu contingut en greixos, colesterol, fibra o antioxidants, per a contribuir a disminuir el risc de trastorns cardiovas-

culars o càncer. No obstant això, d'aquest "somni" d'una societat confortable ens desperten fets com la presència d'hormones a la carn, els pollastres amb dioxines i la malaltia de les "vaques boges". Aquests casos, que mai haurien d'haver passat, resultat sobretot d'haver volgut forçar en excés la productivitat i la reducció de preus, són l'excepció i no la regla.

Seguretat dels aliments: concepte i aspectes socials

Hauríem d'assumir que en cap activitat humana es pot garantir la seguretat absoluta o "risc zero". Així, el Comitè de Protecció dels Aliments d'Estats Units va definir la seguretat dels aliments com "la pràctica certesa de què no es derivarà cap mal o lesió de l'ús d'una substància en una forma o quantitat proposada". És important el matís "pràctica" certesa, i no certesa "absoluta". El progrés científic i tecnològic millora la qualitat i seguretat dels aliments, però no es pot descartar la possibilitat d'un accident o d'un frau.

És obvi que la nostra societat té assumit, per exemple, que conduir un cotxe representa un risc, però no ho admet en el cas dels aliments. Probablement això es degui a que el ciutadà controla l'automòbil, mentre que no sap molt bé d'on venen i com s'han obtingut els seus aliments, cosa que no passava en altres èpoques. A més a més, els aliments i begudes s'introdueixen en l'organisme, i això en un adult representa a l'any gairebé una tona. Per tant, pot arribar a ingerir amb el temps quantitats significatives de qualsevol contaminant, encara que aquest es trobi en una petita proporció. Paradoxalment, aquest ciutadà a vegades no dubta en prendre sense prescripció facultativa un antibiòtic innecessari o inadequat per a combatre un refredat o una grip o altres malalties, sense pensar en els efectes secundaris dels medicaments. Això es deu a que aquí ell decideix i busca un efecte curatiu (en aquest cas més que dubtós), és a dir, fa una elecció "risc/benefici" i assumeix (o no valora) els riscos de l'ús inadequat de fàrmacs.

Per a molts consumidors no és acceptable estar exposats al que consideren com un risc potencial perquè no tenen confiança en allò que mengen, especialment si està elaborat per la indústria. Aquesta desconfiança es manifesta, per exemple, amb els additius alimentaris (malgrat el rigor amb què s'estudia la seva seguretat abans de la

Correspondència: Dr. Abel Maríné
Departament de Nutrició i Bromatologia,
Facultat de Farmàcia, Universitat de Barcelona.
Edifici B. Av. Joan XXIII, s/n
08028 Barcelona
Tel. 93 402 45 08
Fax 93 403 59 31
Adreça electrònica: marine@farmacia.far.ub.es

seva autorització) i porta a preferir els productes frescos, aparentment sense tecnologia afegida. No obstant això, els casos que han tingut més repercussió ("vaques boges", pollastres amb dioxines, hormones a la carn) afecten els productes del camp i la granja, que han deixat de ser bucòlics, no els industrials.

En efecte, avui els problemes més importants que afecten a la seguretat dels aliments es presenten en productes agrícoles i ramaders; malgrat això, la indústria alimentària segueix tenint la pitjor imatge. Aquesta indústria pot i ha de controlar les seves matèries primeres, processos i productes acabats, mentre que en les explotacions agrícoles i ramaderes això no resulta tant senzill. També aquí es compleix que no és fàcil "posar portes al camp", però s'ha de fer i assumir els costos corresponents, que no només han d'afrontar els agricultors i ramaders, sinó també el conjunt de la societat. Produir aliments segurs i de qualitat té un preu i el consumidor ha de valorar-ho i pagar-ho. No és elitisme afirmar que cal ser conscients de que la cultura de "la ganga i del producte en oferta" a base de voler estalviar unes pessetes en aliments, que segurament no repararem en gastar en altres despeses (fins i tot en restaurants), no promou la qualitat i pot comprometre la seguretat, perquè obliga a productors i transformadors a treballar en condicions de costos límit, que augmenten el risc d'errades o accidents i la temptació dels fraus.

Contaminació dels aliments

La contaminació dels aliments pot ser de dos tipus: abiòtica i biòtica. La contaminació abiòtica es deu a productes químics o als seus residus (dioxines, metalls com plom i mercuri, plaguicides i altres). Els seus efectes sobre l'organisme, que acostumen a manifestar-se a llarg termini, són difícils de verificar i de reflectir en estadístiques. Per aquesta raó desperten, en general, gran inquietud.

La contaminació biòtica es deu a éssers vius: microorganismes -bacteris, virus, fongs- o paràsits. És interessant destacar que aquesta contaminació està molt més assumida pel consumidor, segurament perquè és més coneguda. Per aquesta raó una intoxicació alimentària per una salsa o una nata amb microorganismes patògens no desperta tanta alarma social com una contaminació d'origen químic. A Espanya, el nombre de toxiinfeccions alimentàries (biòtiques) enregistrades és d'unes 12.000 a l'any, i no totes es declaren. Els costos sanitaris i laborals i altres seqüeles són importants i, no obstant això, no són motiu de tant debat com les abiòtiques, la freqüència de les quals és, de lluny, molt menor. El cas relativament recent a Catalunya degut al microorganisme *Escherichia coli* enterohemorràgic pot ser una excepció, però es tracta de fets normalment localitzats que no generen temors generals sostinguts.

Les "vaques boges" també serien un cas de contaminació que es pot considerar biòtica (per prions) que ha

creat gran alarma social, encara que no hi ha constància d'éssers humans afectats al nostre país, mentre que altres intoxicacions i toxiinfeccions alimentàries d'origen microbià (botulisme, salmonel·losi, listeriosi, infeccions per *Shigella*, enterotoxina estafilocòcica...) es produeixen amb certa freqüència, i en ocasions poden ser mortals, i no se'n parla gaire. Sense subvalorar la malaltia de les "vaques boges", també aquí el que és nou i insòlit mereix més atenció que el que, de fet, és més freqüent i sanitàriament més significatiu.

Sobre els nivells d'incidència de malalties i intoxicacions alimentàries d'origen biòtic i abiòtic, les dades recents d'Estat Units són molt il·lustratives: el 90% dels casos són atribuïbles a bacteris, el 7% a virus, l'1% a paràsits i el 2% a productes químics, proporcions que no són molt diferents a les que es donen a Espanya.

Consideracions finals i perspectives

Una altra qüestió a valorar, i una de les lliçons que es poden extreure de la crisi de les "vaques boges" al Regne Unit, és que la seguretat dels aliments és fonamentalment una qüestió sanitària i són, per tant, les administracions sanitàries les que han de marcar els criteris a seguir.

L'opinió de les administracions agràries, que vetllen per la producció i la qualitat, s'ha de tenir en compte, però la decisió última en quant a la seguretat no l'han de prendre els responsables de la producció, sinó els de la salut pública. Un altre problema és la confiança que aquestes administracions mereixin per part dels ciutadans, que hauria de ser alta encara que no sempre és així, probablement perquè a vegades s'ha informat poc, tard i malament per una explicable però mal entesa por de generar alarma.

És tasca de tots superar desconfiances i assumir que els riscos existeixen i que cap societat pot garantir que en qualsevol activitat no hi haurà mai un accident o un frau. Per això no s'ha de baixar mai la guàrdia. En qualsevol cas no hem de parar atenció a les veus apocalíptiques de certs apòstols o vestals dels productes mal anomenats naturals o biològics, que transmeten una visió emocional i no científica de la naturalesa i la producció dels aliments i obliden que l'únic aliment realment natural existent és la llet materna per al nou-nat, ja que els actuals animals o vegetals emprats en agricultura o ramaderia, encara que siguin de les anomenades ecològiques, són l'afortunat resultat de múltiples tècniques de creuaments i millora que des de la més remota antiguitat la humanitat ha practicat, primer empíricament i després amb bases científiques.

L'ésser humà ha modificat des de sempre la naturalesa, entre altres coses per a produir aliments. Un camp de cultiu, encara que sigui dels anomenats biològics o ecològics, no és natural, sinó una sàvia modificació de la naturalesa per al nostre benefici. Evidentment és un objectiu molt desitjable prescindir de plaguicides, i s'ha d'afirmar que per a produir carn no fan falta hormones, però el que és millor pot ésser enemic del que és bo, ja que cal garantir

l'accés de tothom a aliments segurs i de qualitat i no només dels qui poden pagar els preus de certs tipus de productes que no són necessàriament més nutritius que els altres.

Els científics i tecnòlegs d'aliments, els professionals sanitaris i els productors d'aliments han de seguir treballant per tal de millorar-ne la seguretat, aportant certeses i dubtes, que han de ser divulgades amb rigor i claredat, però podem afirmar que, encara que seguim tenint problemes, mai el conjunt dels nostres aliments ha sigut tant segur com en l'actualitat. No oblidem que l'esperança de vida dels països desenvolupats ha augmentat notablement al llarg del segle XX i, en part, això és atribuïble, sens dubte, a l'alimentació.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

1. Mariné A, Vidal MC. Seguridad y riesgo de toxicidad de los alimentos: un debate actual. *Arbor* 2001 Enero; CLXVIII (661): 43-63.
2. Gaudillière JP et al. Los riesgos en la alimentación. Seguridad alimentaria. *Mundo científico / La Recherche* 2001; 222: 11-98.
3. Moreno B. Posibilidades actuales y futuras para el control y la prevención por parte de las industrias de las enfermedades transmitidas por los alimentos. *Alimentaria* 1995; Junio: 41-52.
4. Moreno-García B, García-Armesto MR, López TM. Riesgos sanitarios de la contaminación de alimentos. *Alimentaria* 2000; Enero-Febrero: 19-28.
5. Villalbí JR, Llebaria X, Armengol R, Plasencia A, Armengou JM. La higiene y seguridad de los alimentos dentro del sistema de información sanitaria. *Rev Esp Nutr Comunitaria* 1998; 4 (4): 332-337.