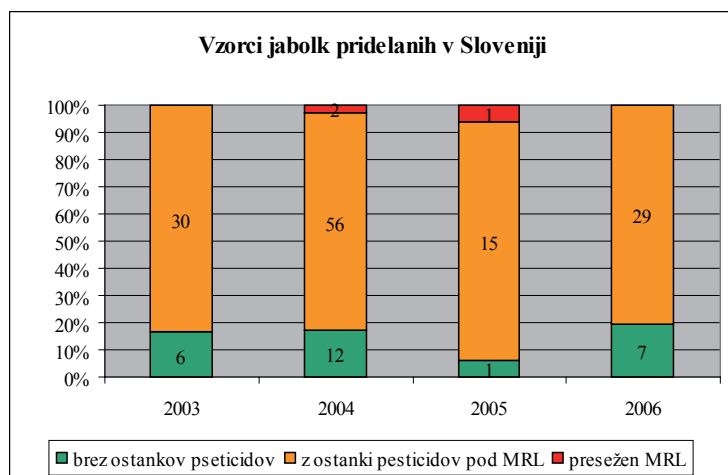


Jabolko velja za enega izmed najbolj zdravih sadežev, saj daje človeku vitalnost in mladost, znižuje povišan holesterol in uravnava maščobe in sladkor v krvi. Je antioksidant in poskrbi, da človek ne »zarjavi«, je bogat z borom za čvrste kosti in kajpak poteši še tako hudo lakoto. Nekatere snovi v jabolkih imajo večjo antioksidativno sposobnost kot vitamin C v citrusih, poleg tega pa je jabolko s svojim razmerjem med vitamini, minerali, balasti in vodo ravno pravnije za človekove vsakdanje potrebe. Hkrati so jabolka ena izmed prvih živil, ki jih ponudimo najmlajšim, ko začnejo okušati trdno hrano.

Eno jabolko na dan torej drži zdravnika stran, pravi star pregovor, statistika pa dokazuje, da 45 odstotkov potrošnikov zaužije do tri, 47 odstotkov pa štiri ali več jabolk na teden.

Le 16,35% vzorcev jabolk ne vsebuje ostankov pesticidov...in s tem se nad slavospevom jabolku pojavi črn oblak.



V okviru poročila o spremljanju ostankov pesticidov v živilih, ki jih je za leta 2003, 2004, 2005 in 2006 pripravil Kmetijski inštitut Slovenije so preverjali ostanke različnih pesticidov. V letu 2003 so vzeli 36 vzorcev jabolk, v letu 2004 70 vzorcev, v letu 2005 17 vzorcev ter v letu 2006

ponovno 36 vzorcev. Rezultati so razvidni iz grafikona.



Čeprav so bile zakonsko dovoljene meje vsebnosti ostankov pesticidov (MRL) v zadnjih 4-ih letih presežene le v treh vzorcih, je zaskrbljujoče dejstvo, da je le 16% jabolk, ki so na voljo kupcem, »čistih« oz. ni obremenjenih z ostanki pesticidov. Poleg tega je bila v mnogih vzorcih zaznana prisotnost ostankov več kot enega pesticida. Pri tem je potrebno poudariti, da ni znano in raziskano, kako vpliva na naše zdravje kombinacija različnih pesticidov.

V vzorcih, kjer so bile vrednosti MRL presežene, se je največkrat pojavila aktivna snov toliifluanid. Toliifluanid v ZDA ni registriran kot dovoljen, medtem ko je v Evropski uniji sestavina številnih fungicidov za zatiranje bolezni na jabolkih ter tudi na grozdju, krompirju ter hmelju. Sodi v skupino »verjetno rakotvornih«, pri čemer najbolj prizadene kosti in zobe, jetra ter ščitnico.

Kaj lahko naredimo sami?

Poskrbimo za svoje zdravje in za zdravje naših otrok! Če se želimo izogniti pesticidom in njihovim ostankom v živilih, pridelajmo jabolka na lastnem vrtu in ne uporabljajmo pesticidov. Pri lastni pridelavi uporabljajmo stare, odporne sorte. Če te možnosti nimamo, obiščemo babičin sadovnjak poberemo jabolka, ki jih nihče drug noče. Sicer zelo verjetno ne bodo tako lepa, kot če bi jih kupili v supermarketu, vendar bodo takšna, kot jih opeva star slovenski pregovor: zdrava!

Če pa jabolka kupujemo, pokažimo ponudnikom, da želimo uživati zdravo hrano in posegajmo po ekološko pridelanih. V ekološko pridelanem sadju zagotovo ne bomo našli ostankov sintetičnih pesticidov. Pri nakupu bodimo pozorni na bio oznake! V Sloveniji večino ekološko pridelanih živil najdemo pod blagovno znamko Biodar, biološko-dinamično pridelana pa pod znamko Demeter. Na splošno pa se držimo pravila, da jabolka jemo takrat, ko je zanje sezona, saj so takrat manj obremenjene s pesticidi. Oziroma si pripravimo ozimnico in uživamo jabolka tako dolgo, dokler zdržijo v hladni in suhi kleti.

Viri:

- Poročilo o strokovnih nalogah s področja fitofarmaceutskih sredstev za leta 2003, 2004, 2005 (Kmetijski inštitut Slovenije),
- Določanje ostankov fitofarmaceutskih sredstev in ostalih kontaminantov v kmetijskih pridelkih 2006 (Kmetijski inštitut Slovenije)
- <http://www.kmetija-jerala.com/jabolka.htm> (videno: 11.3.2007)
- Pihlar Tatjana, Eno jabolko na dan drži zdravnika stran. Dnevnik, 27.2.2006
- EPA, Pesticide Fact Sheet, september 2002