

آمار نگران‌کننده مصرف شیر در کشور

تهران (پانا) - به‌گفته مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، ضمن آنکه ادعای وجود سم آفلاتوکسین در لبنیات را کذب خواند، مطرح کردن چنین ادعاهایی تنها می‌تواند باعث کاهش مصرف شیر و لبنیات در کشور شود که مقدمه‌ای برای عوارض جبران ناپذیری مانند کمبود کلسیم، نرمی استخوان، شکستگی خود به خودی و... شود.

به‌گزارش ایسنا، زهرا عبداللهی درخصوص حواشی طرح وجود سم آفلاتوکسین در شیر و لبنیات، گفت: به‌گفته‌ی کلی کپک ایجاد شده بر روی هر ماده غذایی می‌تواند منجر به ترشح سم آفلاتوکسین شود. میزان ترشح این سم در هر ماده غذایی میزان مشخصی دارد و در صورتی که بیش از حد استاندارد باشد، می‌تواند در طول زمان مشکلاتی برای انسان ایجاد کند. کپک موجود بر روی رب گوجه فرنگی، آبغوره، آبلیمو، مربا، میوه و... همگی نمونه‌هایی برای وجود سم آفلاتوکسین است.

او با بیان اینکه مهم‌ترین اصل این است که مردم بدانند آفلاتوکسین می‌تواند در هر ماده غذایی وجود داشته باشد و این موضوع تنها شامل حال شیر و لبنیات نیست، اظهار کرد: البته میزان مجاز برای وجود این سم در مواد غذایی کاملاً مشخص است و در صورتیکه بیش از استاندارد موجود در مواد غذایی گزارش نشود، نمی‌تواند ضرری به انسان برساند.

عبداللهی ضمن آنکه فرضیه وجود سم آفلاتوکسین در شیر و لبنیات را کذب محض خواند، تاکید کرد: ادعایی که در روزهای اخیر مطرح شده بدون هیچ مدرک و سند علمی ارائه شده است و فاقد اعتبار و استناد است، از این‌رو مردم نباید نگران باشند. اصلی‌ترین ضرر این دست ادعاها کاهش مصرف شیر و لبنیات در کشور است؛ در حالی که در شرایط عادی نیز سرانه مصرف شیر و لبنیات در کشور بسیار پایین است؛ در حالی که یک برنامه غذایی سالم می‌تواند روزانه حداقل مصرف دو لیوان شیر و یا معادل آن امری ضروری است.

او در خصوص میزان مجاز سم آفلاتوکسین در مواد غذایی طبق استانداردهای کشورمان، افزود: این استاندارد در کشورهای مختلف متفاوت است؛ به‌طور مثال این استاندارد در آمریکا ۵۰۰ نانوگرم در هر لیتر است؛ در حالی که استاندارد مجاز وجود سم در کشور ما بر اساس کدکس موجود ۱۰۰ نانوگرم در هر لیتر است. نکته حائز اهمیت اما این است که بر اساس بازرسی‌های وزارت بهداشت و سازمان دامپزشکی این رقم اکنون به ازای هر لیتر شیر یا لبنیات به طور متوسط ۵۰ نانوگرم گزارش شده است.

عبداللهی در مورد عوارض سم آفلاتوکسین بر بدن انسان، تصریح کرد: در صورتی که این سم بیش از حد استاندارد و بیش از یک بار آنهم به‌صورت مداوم به بدن انسان وارد شود، می‌تواند در بلند مدت منجر به مشکلات کبدی شود که این امر کاملاً دور از انتظار و حتی نادر است. اکنون نیز در کشور هیچ موردی از سرطان کبد به‌دلیل مصرف سم آفلاتوکسین گزارش نشده است. نکته مهم آن است که میزان دوز خطرناک سم آفلاتوکسین برای بدن انسان ۳.۵ میلی‌گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن انسان است که ورود این میزان دوز به بدن انسان از طریق مواد غذایی کاملاً بعید است.

او در خصوص سرانه مصرف لبنیات در کشور، اظهار کرد: سرانه مصرف لبنیات در کشور بر اساس آخرین گزارشات در سال ۲۰۲۰، سالانه ۲۷ لیتر برای هر نفر است؛ در حالی که سرانه مصرف لبنیات به ازای هر نفر در ایرلند ۱۲۵ لیتر در سال و در فنلاند ۱۲۰ لیتر در سال است. این آمار نشان می‌دهد مصرف روزانه شیر به‌طور متوسط در ایران یک استکان

است که بسیار کم‌تر از حد استاندارد است. به تبع پایین بودن سرانه مصرف شیر در کشور، مصرف سایر مواد لبنی نیز با آمار قابل توجهی روبرو نیست؛ به شکلی که سرانه مصرف لبنیات حدود ۷۰ کیلوگرم برای هر نفر در یک سال است؛ در حالی که این رقم در اروپا به ۳۵۰ کیلوگرم و در آمریکا به ۲۵۰ کیلوگرم می‌رسد.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، ادامه داد: دامن زدن به حواشی بی‌اساس سبب ترس مردم از مصرف شیر و لبنیات شده و باعث می‌شود این دست محصولات را از سبد غذایی خود حذف کنند. در این میان البته نمی‌توان از اثرات منفی که این ادعاها بر صنایع تولید لبنیات کشور دارد غافل بود؛ چراکه می‌تواند به این صنایع نیز آسیب برساند.

او در پایان به عوارض مصرف کم لبنیات اشاره کرد و افزود: مصرف شیر و لبنیات برای حفظ سلامت و استحکام استخوان‌ها و پیشگیری از پوکی استخوان و شکستگی‌های خودبخودی امری اجتناب‌ناپذیر است. کم مصرف کردن شیر در کودکان نیز می‌تواند منجر به کمبود کلسیم و در نتیجه کوتاه‌قدی کودکان و نوجوانان شود.