

KDYŽ SI CHCI KOUPIŤ OVOCE

Pondělí, 30 květen 2022

No, nejspíše bychom si měli pořídit a rozmyslet, co a kde přesně koupíme, a co s tím uděláme, než se odhodláme. Analýza vzorků našeho populárního evropského ovoce zjistila za uplynulých devět let 53% nárůst kontaminace těmi nejnebezpečnějšími pesticidy. Některé z nich jsou spojeny se zdravotními obtížemi, nemocemi včetně rakoviny, srdečních onemocnění nebo vrozených deformací. A to navzdor oficiálnímu tvrzení, se od používání toxických pesticidů upouští.

Ačkoli

vždy varují před rostoucími dávkami, ať už takovéto chemické koktejly zvykají dopady na lidské zdraví, ať už to jsou kombinace neposuzujících tak, jak to vyžaduje zákon. Na trhu jsou stovky pesticidů nebo pesticidů v různých barev a pachů, které si dokážeme představit, všechny podléhají úpravám a evropským předpisům a ty, které se dávají používat, nezpůsobí problémy, pokud jsou používány v malém množství, například kuliček v nádobě.

Na

jednu plodinu se mnohdy používají až 30 různých druhů insekticidů, pesticidů, herbicidů a podobně. Mezi hlavními fungicidy současnosti jsou zvláště zdůrazněny následující: iprodion, boscalid, dithiokarbamidy a tebukonazol. A ty právě jsou v centru pozornosti, protože se jedná o chemickou sloučeninu, která je velmi znepokojující pro lidské zdraví, jsou totiž endokrinními disruptory. Jen pro objasnění, co tato dvě slova znamenají:-

Endokrinní

disruptory jsou odpovědné za změny lidského zdraví v posledních desetiletích. Patří k nim pokles počtu spermií, zvláště u poloviny narozených s malformacemi pohlavních orgánů a zvláště u některých typů rakoviny, u nichž je známa citlivost vůči hormonům, dále teorie nazývající souvislost s narušením nervového systému a sexuálních chování. Rovněž působí na ledviny, játra a nervový systém a mohou dokonce ovlivnit vývoj mozku plodu. Dále mi dají sledky je riziko nadýchání, alergií a nesnášenlivosti.

Mj.

Úprava úpravy přední přední v seznamu evropských zemí, které ve svých plodinách používají nejvíce chemických látek, a dokonce jich hromadí předními těmi ve stejné plodině. Jáme všechny ten jed, másto abychom se rozhodli pro udržení ekologičtější zemědělství. V současné době je nejvíce kontaminováno toto ovoce a zelenina: jahody, špenát, nektarinky, jablka, hrozny, třešně, broskve, hrušky, papriky, celer a všechny rajčata.

Existují

řada způsobů, jak stopu těžkých chemikálií odstranit, ale především kájm, které je zbytečné ovoce namočit nebo na několik sekund nechat pod tekoucí vodou; pokud to jde, ovoce a zeleninu oloupeme. Ale stejně neexistuje žádná zraňující chemikálie, která by zajistila, že v potravinách nebude žádná minimální stopa těžkých chemikálií.

První

zároveň, kterou musíte udělat, je umýt si ruce mýdlem, vzít ovoce nebo zeleninu a zkusit povrch ovoce okartovat. Tato metoda funguje pouze u pevných potravin, jako jsou cukety, melouny, brambory, jablka, meloun, hrášky, papriky atd.

Další

prokazatelně spolehlivou metodou, je dát ovoce a zeleninu do a mísa s jedlou sodou a vodou. Tato metoda je jednou z nejpopulárnějších, zvláště je vhodná pro mák, jádla nebo pouze s listy, jako je mangold, hlávková šalát, špenát, rajčata, chřest, broskve, fíky atd.

ANDREA

(a to jsem chtěla být vegetáři)