

ΤΑ ΦΥΤΟΦΑΡΜΑΚΑ

- Τα φυτοφάρμακα είναι δηλητήρια και επομένως επικίνδυνα για τον άνθρωπο και το περιβάλλον του, ιδίως όταν δεν χρησιμοποιούνται σωστά.

- Οι επιπτώσεις προκαλούνται από τα ίδια τα φυτοφάρμακα ή από τοξικά προϊόντα μεταβολισμού τους ή από προϊόντα δευτερογενών αντιδράσεων τους και εκδηλώνονται είτε άμεσα, οπότε έχουμε επιπτώσεις οξείας τοξικότητας με συμπτώματα δηλητηρίασης, είτε έμμεσα οπότε έχουμε τις έμμεσες – μακροπρόθεσμες επιπτώσεις που είναι βλάβες, κυρίως στο νευρικό σύστημα, ανοσοποιητικό, αναπαραγωγικό και άλλα συστήματα, επηρεασμός της ανάπτυξης, αλλοιώσεις του γενετικού υλικού και πρόκληση ανιάτων ασθενειών.



ΥΠΟΛΕΙΜΜΑΤΑ ΦΥΤΟΦΑΡΜΑΚΩΝ ΚΑΙ ΑΠΟΔΕΚΤΑ ΟΡΙΑ

Εκτός από την άμεση επαγγελματική έκθεση των γεωργών – ψεκαστών στα φυτοφάρμακα, ο άνθρωπος κατά τη διάρκεια της ζωής του εκτίθεται κατ’ επανάληψη στην επίδραση των φυτοφαρμάκων, κυρίως μέσω της τροφής, του νερού και του αέρα. Ιδιαίτερα σημαντική είναι η διατροφική δίοδος ως αποτέλεσμα της ύπαρξης μικροποσοτήτων φυτοφαρμάκων που παραμένουν για κάποιο χρόνο στα τρόφιμα και το περιβάλλον και ονομάζονται “υπολείμματα”.

Με σκοπό τη διασφάλιση της υγείας, για κάθε φυτοφάρμακο καθορίζονται **“τα μέγιστα αποδεκτά όρια”** υπολειμμάτων στα τρόφιμα και στο περιβάλλον. Όταν τα όρια αυτά δεν ξεπερνιούνται, η υγεία προστατεύεται ικανοποιητικά. Στον τόπο μας γίνεται συστηματικός έλεγχος των τροφίμων, για να διασφαλίζεται η τήρηση των αποδεκτών ορίων. Η Ε.Ε. έχει θεσπίσει αυστηρά όρια και σε ότι αφορά τις παιδικές τροφές η τιμή των αποδεκτών ορίων είναι **μηδέν**.

ΑΠΟ ΤΙ ΕΞΑΡΤΑΤΑΙ Η ΒΛΑΒΕΡΗ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΦΥΤΟΦΑΡΜΑΚΩΝ

Η επίδραση αυτή εξαρτάται από:

- Την τοξικότητα των φυτοφαρμάκων.
- Το βαθμό έκθεσης, δηλ. για πόσο χρόνο, σε ποια ποσότητα και πόσο συχνά εκτίθεται ο άνθρωπος.
- Την ευαισθησία του οργανισμού. Οι κίνδυνοι είναι μεγαλύτεροι για τα παιδιά και τις εγκύους.

Η ΕΚΘΕΣΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ:

ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΗ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΕΚΘΕΣΗ ΣΤΑ ΦΥΤΟΦΑΡΜΑΚΑ

- Έκθεση των παιδιών στα φυτοφάρμακα γίνεται μέσω της τροφής, του νερού, του αέρα που αναπνέουν ή από την επαφή τους με το χώμα και άλλες ψεκασμένες επιφάνειες ή αντικείμενα στο σπίτι, στο σχολείο, σε πάρκα, στην ύπαιθρο και άλλους δημόσιους χώρους.



ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΙΝΔΥΝΕΥΟΥΝ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΚΘΕΣΗ ΣΤΑ ΦΥΤΟΦΑΡΜΑΚΑ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΕΝΗΛΙΚΕΣ

Έχει αποδειχθεί επιστημονικά ότι το έμβρυο και το παιδί μέχρι και την εφηβεία του, κινδυνεύουν περισσότερο από τους ενήλικες από συγκεκριμένους περιβαλλοντικούς παράγοντες και βεβαίως από τα φυτοφάρμακα. Η έκθεση στα φυτοφάρμακα μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία τους. Οι επιπτώσεις μπορεί να είναι άμεσες αλλά και μακροπρόθεσμες (να εκδηλωθούν δηλαδή αργότερα στην ενήλικη ζωή του παιδιού), όπως π.χ. νευρολογικές ή αναπτυξιακές ανωμαλίες, διαταραχές του ανοσοποιητικού, του ενδοκρινικού και του αναπαραγωγικού συστήματος, πνευματική υστέρηση και καρκίνος.

Γιατί, όμως, το έμβρυο και το παιδί είναι πιο ευάλωτα από τον ενήλικα στις επιδράσεις των χημικών ουσιών;

- Ο οργανισμός του παιδιού αναπτύσσεται συνεχώς. Γι’ αυτό και έχει **πολλαπλάσιες ανάγκες** σε τροφή, αέρα και νερό ανά κιλό βάρους του σε σχέση με τον ενήλικα. Αυτό οδηγεί σε διπλάσια μέχρι και πενταπλάσια λήψη τοξικών ουσιών που μπορεί να υπάρχουν στον αέρα, το νερό και τα τρόφιμα. Ακριβώς, επειδή ο οργανισμός του αναπτύσσεται, απορροφά σε μεγαλύτερο ποσοστό τα τοξικά συστατικά, όπως ακριβώς και τα ωφέλιμα. Επιπρόσθετα, το παιδί είναι αθώο και περίεργο, αγνοεί τους κινδύνους και συχνά βάζει το καθετί στο στόμα του.
- Οι μηχανισμοί άμυνας του οργανισμού του όπως και οι μηχανισμοί αποβολής των τοξικών ουσιών είναι ασθενείς ή ατελείς.
- Υπάρχουν χρονικές περίοδοι, που είναι σταθμοί στην ανάπτυξη του εμβρύου και του παιδιού, τα λεγόμενα «παράθυρα ευπάθειας». Για παράδειγμα την 2η-10η εβδομάδα της κύησης που αρχίζει η δημιουργία των οργάνων, η έκθεση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές λειτουργικές ανωμαλίες και ανεπάρκειες. Τα πρώτα 3-4 χρόνια του παιδιού είναι καθοριστικά στην ανάπτυξη της νοημοσύνης, της προσωπικότητας και της συμπεριφοράς. Η ανάπτυξη του εγκεφάλου είναι ταχύτατη και πολύ ευάλωτη στις χημικές ουσίες. Εάν επιδράσουν χημικές ουσίες, ιδίως αυτές που μπορούν να

αποδιοργανώσουν το ενδοκρινικό σύστημα, σ’ αυτές ή και άλλες περιόδους «ευπάθειας», μπορεί ν’ ανατραπεί η φυσιολογική πορεία της ανάπτυξης και το παιδί να υποστεί σοβαρές βλάβες στην πνευματική και σωματική ανάπτυξη, στην αναπαραγωγική και στη μαθησιακή ικανότητα. Αρκετά εντομοκτόνα έχουν τέτοιες ιδιότητες.

- Το παιδί έχει μπροστά του μια ολόκληρη ζωή και έτσι μακρόχρονες στην εξέλιξη τους ασθένειες, όπως ο καρκίνος, νευρολογικές ή αναπτυξιακές ανωμαλίες, έχουν το χρόνο να αναπτυχθούν και να εκδηλωθούν.

Τα παιδιά αγνοούν τους κινδύνους, εξαρτώνται από σας και σας εμπιστεύονται. Προφυλάξτε τα.

Η προφύλαξη πρέπει ν’ αρχίζει νωρίς, πριν τη σύλληψη του εμβρύου και να συνεχίζεται κατά την εγκυμοσύνη μέχρι και την ενηλικίωση του παιδιού



Η υγεία των γονιών πριν τη σύλληψη μπορεί να είναι καθοριστική για το έμβρυο αλλά και στη μετέπειτα ζωή του παιδιού, καθώς πολλές τοξικές ουσίες συσσωρεύονται στον ανθρώπινο οργανισμό ή μπορεί να επιδράσουν στο σπέρμα και στα ωάρια. Αν η μητέρα έχει εκτεθεί σε φυτοφάρμακα, είναι δυνατόν να τα μεταφέρει μέσω του πλακούντα στο έμβρυο, σε μια ιδιαίτερα κρίσιμη και ευαίσθητη περίοδο της ανάπτυξής του. Ο εγκέφαλος του εμβρύου και πολλά άλλα συστήματα, όπως το αναπαραγωγικό, αρχίζουν ν’ αναπτύσσονται κατά τη διάρκεια της κύησης, π.χ. το απόθεμα των ωαρίων της γυναίκας, που θα απελευθερωθούν στη διάρκεια της ζωής της, δημιουργείται όταν αυτή είναι ακόμη έμβρυο.

Η έκθεση σε φυτοφάρμακα πριν τη σύλληψη και κατά την κύηση δημιουργεί αυξημένους κινδύνους για:

- μειωμένη γονιμότητα των ενηλίκων,
- θάνατο του εμβρύου, αποβολή,
- πρόωγη γέννηση, υστέρηση της ανάπτυξης του εμβρύου,
- συγγενείς ανωμαλίες, καρκίνους της πρώιμης παιδικής ηλικίας.

Ο πλακούντας δεν μπορεί να προστατέψει το έμβρυο γιατί πολλές τοξικές ουσίες, όπως τα φυτοφάρμακα, τον διαπερνούν και μεταφέρονται στο έμβρυο.

Αν η θηλάζουσα εκτεθεί στα φυτοφάρμακα, αυτά μπορούν να μεταφερθούν στο μητρικό γάλα. Ο θηλασμός είναι δώρο ζωής για το παιδί. Προετοιμάστε το σώμα σας ώστε να του δώσετε ό,τι καλύτερο.

- Καταναλώνετε φρούτα και λαχανικά σε αφθονία και ποικιλία, αυξάνοντας έτσι την άμυνα του οργανισμού σας και μειώνοντας τον κίνδυνο συσσώρευσης επικίνδυνων ουσιών από την ίδια πηγή. Επιλέξτε, όπου είναι δυνατόν, τρόφιμα βιολογικής καλλιέργειας, αξιόπιστης προέλευσης.
- Η έγκυος και η θηλάζουσα ΠΟΤΕ δεν πρέπει να ασχολείται με φυτοφάρμακα ούτε να πλησιάζει σε φρεσκοψεκασμένους χώρους, χωράφια και υποστατικά. Ο κίνδυνος είναι μεγάλος, ιδιαίτερα τους πρώτους μήνες της εγκυμοσύνης.

Γονείς, εμποδίστε την έκθεση των παιδιών στα φυτοφάρμακα στο σπίτι, στο σχολείο και αλλού – Μπορείτε!

Ο βαθμός έκθεσης μειώνεται, κυρίως, με τη σωστή χρήση από τους γεωργούς. Όμως, η νοικοκυρά και η μητέρα μπορούν να συμβάλουν στη μείωση του βαθμού έκθεσης της οικογένειας, μειώνοντας έτσι τους σχετικούς κινδύνους.

Μητέρες – νοικοκυρές:

- Εμποδίζετε την επαφή των παιδιών με άπλυτα φρούτα ή λαχανικά, γιατί μπορεί να έχουν φυτοφάρμακα. Εξηγήστε τους τον κίνδυνο και προστατέψτε τα. Μάθετέ τα να πλένουν τα χέρια τους προτού φάνε.
- Κρατείστε τα παιδιά μακριά από χώρους αποθήκευσης ή χρήσης φυτοφαρμάκων ή σε χωράφια πρόσφατα ψεκασμένα.
- Αποφύγετε τη χρήση φυτοφαρμάκων στον κήπο σας, ιδίως αν υπάρχουν μικρά παιδιά, γιατί δεν μπορείτε να τα προφυλάξετε πάντα αποτελεσματικά.
- Προτού ψεκάσετε, διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες. Καλύψτε τρόφιμα, οικιακά σκεύη και πάγκους εργασίας στην κουζίνα και απομακρύνετε τα παιδιά και τα κατοικίδια ζώα.
- Μην τρώτε και μην μαγειρεύετε άπλυτα λαχανικά, όσπρια και φρούτα. Ακόμα και αν δεν έχετε άμεσα συμπτώματα δηλητηρίασης, υπάρχει ο κίνδυνος των έμμεσων επιπτώσεων, που μπορεί να είναι σοβαρές. Μην τα φυλάγετε άπλυτα στο ψυγείο. Μπορεί να επηρεαστούν άλλα τρόφιμα ή να φαγωθούν άπλυτα από τα παιδιά
- Προτιμείστε προϊόντα εποχής και βιολογικής καλλιέργειας, ιδιαίτερα για τη διατροφή βρεφών και παιδιών.
- Πλένετε και αφαιρείτε τη φλούδα από τα εσπεριδοειδή, πριν τα χυμοποιήσετε.
- Κρατείστε τα φρούτα και τα λαχανικά εκτός ψυγείου για όσο το δυνατό μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Υποβοηθείτε έτσι τη διάσπαση του φυτοφαρμάκου.

- Πλένετε τα φρούτα και λαχανικά με αραιή σαπουνάδα και αμέσως ξεβγάζετε τα καλά με άφθονο τρεχούμενο νερό. Παρόλο που και το πιο καλό ξέπλυμα δεν μπορεί να διώξει τα φυτοφάρμακα, που έχουν εσωτερικά τα φρούτα και λαχανικά, απομακρύνει, όμως, τα “επιφανειακά” υπολείμματα και την ακαθαρσία.
- Αφαιρείτε τα εξωτερικά φύλλα από τα φυλλώδη λαχανικά ή και τα φρούτα όσο είναι δυνατό, ιδίως αν υπάρχουν εμφανή υπολείμματα φυτοφαρμάκου. Σε τέτοια περίπτωση, αν θα τα βράσετε, μετά τον πρώτο βρασμό αλλάξτε το νερό και συνεχίστε το ψήσιμο.
- Αφαιρείτε το λίπος από το κρέας και το ζωμό, γιατί υπάρχουν φυτοφάρμακα που συσσωρεύονται εκλεκτικά στα λίπη.
- Τοποθετείστε τις συσκευές με τις εντομοκτόνες πλακέτες ή τα σπιράλ κατά προτίμηση κοντά σε ανοικτά παράθυρα. Έτσι εμποδίζονται τα έντομα να μπουν στο χώρο, ενώ μειώνεται και ο βαθμός έκθεσης του ανθρώπου. Υιοθετήστε τη λύση μιας ασφαλούς κουνουπιέρας για την προστασία των βρεφών.

Γονείς

- Αν ασχολείστε επαγγελματικά με φυτοφάρμακα, **ποτέ μην επιστρέψετε στο σπίτι φορώντας τα ρούχα εργασίας.** Αν είναι δυνατόν μην τα μεταφέρετε στο σπίτι ή στην ανάγκη, μεταφέρετέ τα σε καλά κλειστές σακούλες και πλύνετε τα ξεχωριστά.
- Εάν υπάρχουν πληγές ή αμυχές στο δέρμα σας, καλύψτε τις πριν έρθετε σε επαφή με τα φυτοφάρμακα.
- Ακολουθείτε αυστηρά τις οδηγίες χρήσης/ αποθήκευσης και ασφαλούς απόρριψης των παρασκευασμάτων αυτών. Διατηρήστε τα σε ασφαλείς, καλά αεριζόμενους και μη προσιτούς στα παιδιά χώρους.
- Διαβάστε προσεκτικά τις ετικέτες για να γνωρίζετε τους κινδύνους και υιοθετήστε όλα τα μέτρα πρόληψης και ασφάλειας που προτείνονται.

Προσέξτε τα παιδιά, είναι πολύ περίεργα και αγνοούν τους κινδύνους!!

**Η προστασία των παιδιών είναι συλλογική ευθύνη όλων μας.
Ας μειώσουμε την έκθεση των παιδιών μας στα φυτοφάρμακα.**

Επιμέλεια ύλης και Πληροφορίες:
Δρ Στ. Κάννα-Μιχαηλίδου, Δρ Π. Ζίγκλερ, Δ. Λουκά,
**Γενικό Χημείο του Κράτους, Υπουργείο Υγείας και
Εθνική Επιτροπή «Περιβάλλον και Υγεία του Παιδιού»**
email: stellacm@spidernet.com.cy, τηλ. 357 22809110, 22809140/143



Γ.Τ.Π. 268/2009 — 5.000
Εκδόθηκε από το Γραφείο Τύπου και Πληροφοριών
Εκτύπωση: Imprinta Ltd



Τυπώθηκε σε ανακυκλώσιμο χαρτί

Τα παιδιά μας, ό,τι πολυτιμότερο έχουμε, είναι πολύ ευάλωτα στις επιδράσεις των φυτοφαρμάκων



**Προφυλάξτε τα παιδιά σας.
Μπορείτε, ΜΟΝΟ αν γνωρίσετε και
κατανοήσετε εκείνους τους κινδύνους που
εσείς αποκλειστικά μπορείτε
να περιορίσετε.
Η προστασία τους από
τις επιδράσεις των φυτοφαρμάκων
είναι γι' αυτά δώρο ζωής.**



**Γενικό Χημείο του Κράτους και
Εθνική Επιτροπή “Περιβάλλον και
Υγεία του Παιδιού”**

**Στον οδηγό αυτό
θα βρείτε χρήσιμες
πληροφορίες
που θα σας
βοηθήσουν,
με δικές σας ενέργειες
να προστατέψετε
τα παιδιά σας.**