

زمان ماندگاری و دمای غذا در ظروف پلاستیکی و

یکبار مصرف مهم است:

مضرات استفاده از ظروف پلاستیکی با افزایش زمان ماندن غذا در این ظروف بیشتر شده و اسیدهای مضر وارد غذا می‌شود. ظروف پلاستیکی از هر نوعی که باشد (از فومی گرفته تا براق و سفید) دارای ترکیباتی است که مضر بوده و در اثر گرمای غذا و تماس با چربی و اسید، مواد تشکیل دهنده‌اش جدا شده و داخل مواد غذایی می‌شود.

ظروف پلاستیکی، در صورت تماس با مایعات و مواد غذایی بالای ۴۰ درجه، ماده‌ای شیمیایی به نام استایرن از خود خارج می‌کنند که موجب تلخی غذا شده و سرطانزا است.

چربی‌هایی که روی مایعات داغ داخل لیوان‌های یکبار مصرف پلاستیکی قرار می‌گیرد را بارها مشاهده کرده‌اید. این چربی همان سم خارج شده از پلاستیک است که روی سیستم‌های عصبی، قلب و گوارش انسان تاثیر منفی می‌گذارد.

ظروف یک بار مصرف پلاستیکی تنها برای سرو غذای سرد مناسب هستند. به طور کلی به هر میزان که غذا درجه حرارت بالاتری داشته باشد و یا محیط اسیدی‌تر باشد، (مانند غذاهایی که آبغوره و آبلیمو دارند)، طبیعتاً نفوذ و حلالیت غذا در ظرف پلاستیکی بیشتر می‌شود.

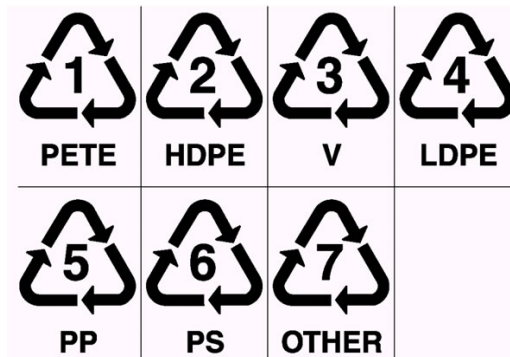
چرا نباید از ظروف پلاستیکی استفاده کرد؟

استفاده از ظروف پلاستیکی به دو دلیل منع می‌شود:

-وابستگی به ترکیبات نفتی از نظر اقتصادی و دور شدن از مصرف مواد طبیعی.

-عدم تجزیه این ظروف در طبیعت که به هر حال بعد از ۲۰۰ تا ۵۰۰ سال مجدداً وارد آب یا خاک شده و دوباره به سیکل مواد غذایی برگشته و اثرات منفی بر سلامت مواد غذایی می‌گذارد.

بنابراین تولید و استفاده این ظروف هم برای سلامتی انسان و هم برای سلامت محیط‌زیست مضرات جبران‌ناپذیری دارد.



انواع پلاستیک (توضیحات تصویر بالا):

۱- PET پلی اتیلن ترفتالات پلی اتیلن ترفتالات: بطری نوشیدنی‌ها، بطری آب، بطری دهان شویه‌ها، ظرف سس‌ها، بطری آبمیوه، بطری روغن‌های مایع.

رتبه خطر: برخی از متخصصین معتقدند که بسته به چگونگی استفاده و درجه حرارتی که برای تهیه این نوع پلاستیک‌ها به کار

می‌رود ممکن است در کار غدد درون ریز ایجاد اختلال کند. پس برای اطمینان بیشتر، فقط یک بار از بطری‌های آب یا نوشیدنی استفاده شده و از قرار دادن آنها در فریزر و یا ریختن مایعات داغ درون آنها خودداری شود.

۲- HDPE پلی اتیلن سنگین: بطری‌های مات شیر، آبمیوه، روغن‌های خوراکی، شیشه‌پاک‌کن، مایع سفیدکننده، محلول‌های ضدعفونی‌کننده و شوینده، شامپو، روغن موتور، کیسه زباله یا خرید، و بسته بندی ماست و کره و...
رتبه خطر: بی خطر

۳- PVC پلی وینیل کلراید پی وی: بطری‌های شیشه پاک‌کن، روغن‌های خوراکی، محلول‌های ضدعفونی‌کننده و شوینده، شامپو، روکش سیم‌ها و کابل‌ها، وسایل پزشکی، لوله کشی، شلنگ‌های آب، پنجره‌ها.

رتبه خطر: خطرناک به دلیل وجود کلرین. از تماس مواد غذایی گرم با این نوع پلاستیک و یا سوزاندن آن جداً خودداری شود.

۴- LDPE پلی اتیلن سبک: بطری‌هایی که باید قابل فشرده شدن و انعطاف‌پذیر باشند، کیسه‌های نان، بسته‌بندی مواد غذایی یخ‌زده، روکش لباس‌ها، کیسه‌های خرید، مبلمان، کیسه جاروبرقی و فرش.

رتبه خطر: بی خطر

۵- PP پلی پروپیلن: بطری‌های حاوی محلول‌های غلیظ، ظرف ماست، بطری سس گوجه فرنگی، درب پلاستیکی بطری‌ها، نی نوشیدنی، و بطری شربت‌های دارویی.

رتبه خطر: بی خطر، بویژه در مجاورت با مواد غذایی داغ

۶- PS پلی استایرن: ظروف یکبار مصرف، شانه تخم مرغ، بسته‌بندی انواع گوشت، بطری‌های حاوی قرص‌ها و کپسول‌ها، و کاور سی‌دی.

رتبه خطر: خطرناک، این نوع پلاستیک در مجاورت با غذای داغ آن را به شدت سمی می‌نماید.

۷- **OTHER** پلاستیک ترکیبی از انواع پلاستیک: بطری‌های آب ۱۰ و ۲۰ لیتری، ابزارهای ضد گلوله، عینک‌های آفتابی، دی‌وی‌ها، قطعات کامپیوتر، علائم ترافیکی، نایلون

رتبه خطر: نتایج برخی از تحقیقات بیانگر احتمال خطرناک بودن این نوع پلاستیک برای سیستم هورمونی بدن می‌باشد.

نکات مفید:

-بطری پلاستیکی آب را در فریزر برای انجماد قرار ندهید، چون این کار باعث آزادسازی سم دیوکسین از ظروف پلاستیکی می‌شود.

-غذاهای فوری (Fast Food) و سوپ‌ها باید از ظرف یک بار مصرف تخلیه و در ظرف دیگری گرم شوند.

-چای‌ساز و ظروف همزن پلاستیکی به دلیل ماهیت پلاستیکی که دارند، در اثر مجاورت با گرما، مواد مصنوعی پلاستیکی‌شان وارد آب یا مواد غذایی شده و آن را سرطان‌زا می‌کند.

-نباید غذاهای خود را در ظروف پلاستیکی در مایکروویو گرم کنید، این موضوع به خصوص در مورد غذاهای حاوی روغن و چربی اهمیت می‌یابد. ترکیب «چربی و حرارت بالا و پلاستیک» باعث آزادسازی دیوکسین به داخل غذا می‌شود.

-از ورقه‌های پلاستیکی برای پوشش غذا در موقع گرم کردن آن در مایکروویو خودداری کنید، زیرا به راحتی مواد شیمیایی موجود آن به داخل غذا راه یافته و سبب آلوده شدن غذا می‌شود.

-در موقع خرید مواد خوراکی سعی کنید از کیسه‌های پلاستیکی استفاده نکنید.

-بطری‌های شیر و آب و پستانک‌های نوزادان که از پلاستیک درست شده‌اند، می‌توانند در مسمومیت کودکان نقش داشته باشد.

-در موقع شستن ظروف پلاستیکی به هیچ عنوان نباید از وسیله یا مواد شیمیایی قوی استفاده کرد، زیرا اگر سطح داخلی یا خارجی این ظروف آسیب ببینند و خراش پیدا کنند، غیرقابل استفاده خواهد شد، چون موجب ترشح مواد شیمیایی درون بدنه پلاستیک به غذا خواهد شد.

توصیه می‌کنیم به این آدرس‌ها هم سری بزنید:

www.sabzbashim.ir

www.bisphenol.blogfa.com

www.pishnahadha1393.blogfa.com

www.hefzemohitzist.blogfa.com

www.internationaldays.blogfa.com

www.daryavacancer.blogfa.com

www.notobacco.blogfa.com

پلاستیک چرا نه؟



www.sabzbashim.ir

ما تلاش می‌کنیم:

سبز باشیم