

"Estudios muestran el efecto de los pesticidas de los alimentos en los niños", *EcoPortal*, Buenos Aires, Argentina, 10 de marzo de 2019.

Consultado en:

<https://www.ecoportall.net/paises/pesticidas-de-alimentos-en-ninos/>

Fecha de consulta: 10/09/2019.



Algunos de nosotros pueden no estar muy preocupados por comer orgánico. Demasiado, con el ajetreado estilo de vida de hoy en día, es un desafío simplemente obtener suficientes frutas y verduras en nuestra dieta. Sin embargo, hay un grupo especial de personas que pueden necesitar comer lo más orgánico posible. Según la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés), los bebés y los niños pueden ser especialmente sensibles a los riesgos para la salud que plantean los plaguicidas.(1) Una de las razones de su vulnerabilidad, dice la EPA, es que sus órganos internos todavía están en desarrollo y madurando. Otra razón es que, en relación con su peso corporal, los niños comen y beben más que los adultos, lo que aumenta su exposición a los pesticidas. Además, la exposición de los niños a los pesticidas aumenta debido a su tendencia a ponerse objetos en la boca y a jugar en el césped, en los pisos, etc.

Muchos estudios muestran los efectos de los pesticidas en los niños. En 2010, la revista *Pediatrics* publicó un estudio realizado por la Escuela de Salud Pública de Harvard que encontró que los niños con altos niveles de pesticidas conocidos como organofosfatos

tenían el doble de probabilidades de desarrollar ADHA (Déficit de Atención / Hiperactividad-Desorden) .(2) Los datos encontrados se basaron en la población general de Estados Unidos. Lo que significa que los pesticidas podrían ser dañinos a niveles normalmente expuestos a los niños. Los investigadores están de acuerdo en que esta es una asociación fuerte y que, si es verdad, es una preocupación muy seria ya que estos son pesticidas de uso generalizado. Los organofosforados se desarrollaron originalmente para la guerra química y se sabe que son tóxicos para el sistema nervioso.

Más allá de los bebés y los niños, los nuevos estudios también muestran que los pesticidas en las frutas y verduras también pueden ser dañinos para un feto en desarrollo. Un nuevo estudio de la Universidad de California, Berkeley, relacionó la exposición a pesticidas prenatales con niveles más bajos de CI en niños. El estudio midió la exposición a pesticidas en la orina de mujeres embarazadas en Salinas y encontró un déficit de IQ de 7 puntos en los niños cuyas madres tenían los niveles más altos de pesticidas.(3) Lo alarmante es que las concentraciones de pesticidas en la orina estaban dentro del rango de niveles medios en la población de los EE. UU. En otras palabras, fue una cantidad promedio de exposición. Este fue uno de los tres estudios publicados el 27 de abril de 2011 en la revista Environmental Health Perspectives, que muestra la asociación entre la exposición a pesticidas y el coeficiente intelectual de los niños. Los otros dos estudios, uno en el monte. El Sinai Medical Center, y el otro en la Universidad de Columbia, examinaron las poblaciones del interior de la ciudad de Nueva York. Los investigadores se sorprendieron por el nivel de consistencia entre las poblaciones en los estudios, lo cual es muy inusual.

**¿Qué te llevas a casa de todos estos estudios relacionados con pesticidas y niños? La respuesta es simple. Reducir su exposición tanto como sea posible. ¿Cómo?**

Elija frutas y verduras cultivadas orgánicamente. Esto en sí mismo puede reducir drásticamente la exposición de los niños a los pesticidas y otros productos químicos. Identifique los alimentos que son más tratados con pesticidas, conocidos como la “docena sucia“, que siempre debe tratar de comprar orgánicos, como fresas, manzanas, papas, arándanos, lechuga y otras verduras de hoja verde, melocotones, nectarinas, etc.

Los alimentos que están menos contaminados, conocidos como los “[quince limpios](#)“, generalmente son seguros para comprar convencionales, como aguacates, cebollas, coles, batatas, etc. Siga la recomendación de los investigadores lavando frutas y verduras muy a fondo.

Evite el uso de pesticidas e insecticidas en y alrededor de su casa. La mayoría de las ferreterías tienen formas naturales de pesticidas e insecticidas como una alternativa más segura. Incluso entonces, debe mantener a los niños y sus juguetes lejos de las áreas tratadas. También puede encontrar muchos consejos sobre pesticidas naturales hechos en casa en Internet.

Lave frecuentemente las manos, los juguetes y las botellas de los niños. Mantenga los pisos y las superficies limpias para reducir la exposición a los residuos de pesticidas y otros productos químicos.

Notas al pie:

(1) Sitio web oficial de la Agencia de Protección Ambiental: <https://www.epa.gov/pesticides>

(2) Bouchard MF, Bellinger DC, Wright RO, Weisskopf MG. Trastorno por déficit de atención / hiperactividad y metabolitos urinarios de los pesticidas organofosforados. PEDIATRÍA vol. 125 No. 6 de junio de 2010, pp. E1270-e1277 (doi: 10.1542 / peds.2009-3058). Disponible en línea: <http://pediatrics.aappublications.org/cgi/content/full/125/6/e1270?>

(3) Bouchard MF, Chevrier J, Harley KG, Kogut K, Vedar M, et al. Exposición prenatal 2011 a pesticidas organofosforados y coeficiente intelectual en niños de 7 años. Environ Health Perspect doi: 10.1289 / ehp.1003185. Disponible en línea: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21507776>