

الشيبسي (يسبب السرطان)



الثلاثاء 5 أكتوبر 2010 12:10 م

05/10/2010

نافذة مصر / شبكة الإعلام العربية:

أظهر تقرير حديث للوكالة الأوروبية أن شرائح البطاطس المعروفة عالمياً باسم «الشيبسي» تحتوي على مواد تسبب السرطان، إضافة إلى إحتوائها على كميات مهولة من الدهون[]

وقالت صحيفة "ملدا فرونتا" التشيكية التي نشرت التقرير أن الباحثين فحصوا 18 عينة من أكياس البطاطس التي تباع في الأسواق الأوروبية وثبت لهم أن هذه الرقائق تتضمن كمية كبيرة من مادة "اكريلاميد" التي تسبب السرطان[]

وأشارت الدراسة إلى أن مادة "الاكريلاميد" تتكون عند تحمير أو شي المواد الغذائية التي تحتوي على النشويات عند درجات حرارة عالية، وأن الكيلو يحتوي على 418 ملليجراماً من مادة "اكريلاميد".

وتنصح الدراسة بتناول البطاطس التي تحتوي على دهون أقل وبألا يزيد استهلاك البالغين عن كيس واحد منها أسبوعياً، وأما الأطفال فوق عشر سنوات فلا يجب أن يزيد استهلاكهم على كيس واحد كل أسبوعين وأما من هم تحت سن العاشرة فيجب ألا يتناولوا الشيبسي إطلاقاً.

كما أكد تقرير صدر مؤخراً عن وزارة الصحة المصرية أن حرق النشويات حرارياً غير صحي وطالب بالإكثار من المواد الغذائية الطازجة والمسلوقة وعدم تناول مواد غذائية تعرضت لدرجات حرارة عالية أو محروقة وخاصةً النشوية منها[]

وحذر التقرير من زيادة مادة "الأكريلاميد" المسرطنة والموجودة في البطاطس والمواد الغذائية المحتوية على نسبة عالية من النشويات المعاملة حرارياً، حيث أظهرت نتائج التجارب المعملية أن بعض أنواع الشيبس، وكذلك بعض "المقرمشات" تحتوي على نسب أعلى من "الأكريلاميد" مقارنة بالبطاطس المقلية، وذلك لتعرضها إلى درجة حرارة أعلى، أما البطاطس المسلوقة والطازجة فلم يعثر بها على أي نسبة من هذه المادة الضارة[]

ودقت دراسة أعدتها جمعية القلب البريطانية ناقوس الخطر بشأن المخاطر التي يسببها تناول المكثف لرقائق الشيبسي، وقد صدمت نتائجها الملايين من البريطانيين[] ومن جانبه، يقول الدكتور ابراهيم اسماعيل أخصائي التغذية والتثقيف الغذائي تعقيباً على هذه الدراسة إن محتوى أكياس البطاطس المقلية له عواقب صحية وخيمة علي المدى الطويل، فهي تحتوي علي كميات من النشا الموجودة في البطاطس، بالإضافة إلى الزيوت التي تستخدم في القلي في درجات حرارة عالية وهي الأخطر لأنها تحتوي على كميات كبيرة من الدهون المشبعة والتي تترسب في الأوعية الدموية وتتسبب في أمراض تصلب الشرايين وأمراض القلب، هذا إلى جانب الملح والمواد الحافظة التي لها تأثير سلبي على صحة الإنسان[]