

40  
URTE / AÑOS / YEARS



UDA IKASTARROAK  
CURSOS  
DE VERANO  
SUMMER COURSES  
www.uik.eus

Ingurumen-kutsadura da pairatzen ditugun gaixotasunen % 25en erantzulea, eta arazo horrek jarraituko du klima-aldaketari buruzko neurri serioerik hartzen ez bada. "Uraren kalitatean eta hondakinen kudeaketan hobera egin dugu, baina planeta ez da batere modu iraunkorrean kudeatzen. Ez du zentzurik Pazifikoko arraina jaten badugu edo Txinan egindako galtzak janzten baditugu. Osasunean zuzenean eragiten duten ingurumen-aldaketak eragiten dituzten kontsumitzeko moduak dira". "Esadazu non bizi zaren, eta esango dizut zeren eraginpean zauden. Ingurumen-faktoreek osasunean dituzten ondorioak" Uda Ikastaroan Jesús Ibarluzeak honi buruz hitz egin zuen. BIODONOSTIA institutuko ikertzailea eta Ikastaroko zuzendaria da.

**Ingurumen-arriskuari buruz dugun pertzepzioa txikia da. Zerbait gertatzen denean bakarrik, COVIDarekin gertatu den moduan, informazioaren lehen plano bihurtzen da.** "Euskadin, ingurumen kutsadura-mota guztietan maila onargarrian bizi gara, baina xehetasunetan sartuz gero, salbuespenak egon daitezke, lur laua falta delako." Orografia dela eta, herriguneetan bizi gara, eta bertan biltzen dira dena, industria, orgak, kutsadura eta gure etxean egunerokotasunean erabiltzen ditugun produktuak: arropa, lurrinak, pinturak edo garbitzeko eta garbitzeko produktuak. Azken batean, milaka substantzia kimiko ditugu gure artean, eta batzuetan partzialki ezagutzen ditugu.

**Uraren kalitatea** asko hobetu da Euskadin, baita ingurumenaren kutsadura ere, altzairuaren industriaren pixkanakako desagerpenari esker, baina ibilbide luzea dugu egiteko. Gaur egungo mailek ondorioak dituzte?

**Kutsadura atmosferikoa nabarmen jaitsi** da azken urteotan. Egindako azterlanetan, gaixotasun asmatikoetan edo esposizio zaharren afekzio tiroideetan duten eragina egiaztatu da.

Eta produktu berrien ingurumen-esposizio berriek arriskuak sortzen dituzte? Jesús Ibarluzeak adibide gisa jarri zuen "A bisfenola" erabiltzea, ohikoa baita eraikuntza-materialetan, plastikoetan edo erretxinetan, baina baita aho-tratamenduetan edo elikagai-laten estalduran ere. Azken horren kasuan, industriak berehala Bisfenol Erekin edo behar denarekin ordezkatu du, administrazioak erreakzionatu aurretik. Beste aldetik, pestiziden adibidea eman zuen, deabruzat jo izan direnak, baina, era berean, munduan ditugun milaka milioi pertsonen elikadura ahalbidetu dutenak.

Etxe bateko kutsatzaileekiko esposizio-iturriak edateko, garbitzeko edo janaria prestatzeko erabiltzen dugun urarekin hasten dira; balkoietatik edo leihoetatik zirkulatzen duen airearekin, eta eraikuntzan erabiltzen ditugun pinturekin eta materialekin, baita erabiltzen ditugun boligrafoekin ere. Kutsatzeko beste bide bat **elikagaiak** (kutsatzaile klasikoak edo berriak) eta **higiene- eta kosmetika- krema edo norberaren garbitasunerako produktuak** dira. "Nerabegaroko bigarren mailako sexu-garapen osoari (sexu-bereizketa) eta ugalketa-gaitasunari (kalitate espermatikoa) eragiten dieten produktu **disruptore endokrinoak** aurki daitezke bertan.

Higiene-produktuetan, **eguzkitako kremetan** eta material plastiko askotan dauden benzofenonak edo **ftalatoek** hormona moduan funtziona dezakete, eta kontaktuan gauden produktuen substantziekin bat gorputzaren barruan metatzen dira maila biologikoan. Kontuan hartu beharko lirakeke, halaber, substantzia askoren eraginpean egotearen ondoriozko efektu metatuak.

Euskadin, haur jaioberrien artean aurkitutako **merkurio-mailak** handiagoak dira arrain-kontsumoagatik, baina ez dio sistema kognitiboari eragiten 4 urte bete arte. Jesús Ibarluzeak eta bere taldeak gomendatzen dute haurdunaldian eta haurtzaroko lehen urteetan arrain urdin handi gutxiago hartzea. Ez dago arazorik kontsumitzen ditugun antxoekin, txitxarroekin edo hegaluzearekin.

"Beldur handia diegu tentsio altuko lineei eta eremu elektromagnetikoei, baina ez telefonoari eta pantaileri, batez ere adingabeen artean. Antenak beldurra ematen digu, baina aparatua ume bati uzten diogu arriskua handiagoa denean. **Zergatik dauka eskutan urtebeteko haur batek mugikor bat edo pantaila bat?**

Pantailen aurreko esposizio luzeak efektu onuragarri baten ikuspegitik hautematen ditugu eta, beraz, eragin dezaketen arriskuaren pertzepzioa ezabatzen dugu.

Konturatu gara, batez ere pandemia honetan, ingurune berde batean bizitzeak ongizate eta osasun

40

URTE / AÑOS / YEARS



**UDA IKASTAROAK**  
CURSOS  
DE VERANO  
SUMMER COURSES  
[www.uik.eus](http://www.uik.eus)

gehiago eskatzen digula. Terraza, balkoi edo naturara ematen duen leiho bat duen etxe batean bizitzea guztiz desberdina da. **Eguzkia, hotza edo beroa sentitzea. Inguru berde edo itsasoaren inguru urdinean bizitzeak gure osasunari mesede egiten dio, besteak beste toxikoak izan daitezkeen beste esposizio batzuk murrizten dituelako. Jakina da, konfinamenduan zehar, antsietatearekin lotutako sintomatologia nabarmen jaisten zela inguru horietan.**