

ارگانیک یا غیر ارگانیک؛ مسئله این است

زندگی مدرن نوع تغذیه آدمی را دگرگون کرده است. امروز دیگر ما به طور مستقیم با حیوانات اهلی در مزرعه مواجه نیستیم تا بتوانیم محصولات طبیعی را از آن‌ها به دست آوریم. با رشد صنعت و تکنولوژی غذا نیز به صنایع بزرگ پیوسته و تولید آن به صورت انبوه و در اختیار کارخانجات بزرگ تولید مواد غذایی



است. در این میان سالم و ناسالم بودن غذا همواره دغدغه مردم بوده و در مورد آن نگرانی‌های خاص خود را دارند. محققان و پزشکان نیز با توصیه‌های دائم خود مردم را از مصرف غذاهای ناسالم منع می‌کنند و از آن‌ها می‌خواهند تا در انتخاب غذایی که می‌خورند دقت داشته باشند. امروزه مبحث غذای ارگانیک و غیرارگانیک بین مردم دنیا مهم و قابل توجه تلقی می‌شود. از آنجا که در تولید غذاهای صنعتی مواد افزودنی زیادی استفاده می‌شود تا از فاسد شدن مواد غذایی جلوگیری شود، درجه سالم بودن این مواد زیر سؤال رفته و مورد بحث است. اهمیت این موضوع از آن جهت است که افزودنی‌ها در بیشتر موارد جزو عناصری هستند که برای انسان مضر بوده و زمینه ابتلا به بیماری‌های گوناگون را ایجاد می‌کند.

■ محصولات غیرارگانیک

افزایش جمعیت جهان و ناکافی بودن میزان غذا باعث شده که تولید مواد از غذایی از شکل سنتی خارج شود و به صورت صنعتی درآید. در شیوه تولید سنتی برای رسیدن یک محصول زمان کافی، آب، خاک و هوای مناسب نیاز است، اما در جامعه صنعتی با جمعیت انبوه، فرصت این نیست تا منتظر رویدن سبزیجات تازه و میوه‌ها بمانیم. از همین رو روش تولید صنعتی کم‌کم جای شیوه قبلی را گرفت. برای به عمل آوردن محصول در زمان کم افزودنی‌ها، کودهای مصنوعی، کودهای ساخت دست بشر و شرایط گلخانه‌ای مورد استفاده قرار گرفت. در نتیجه این کار محصولات در سطح انبوه و خیلی زود به بازار می‌رسند، اما نه تنها خاصیت چندانی ندارند، بلکه مضر و آسیب‌زننده هم هستند. این نوع تولید عادت‌های زندگی مردم را نیز تغییر داد. در گذشته امکان برخورداری از مواد غذایی در خارج از فصل کشت آن‌ها وجود نداشت. چیزی که امروز تقریباً از بین رفته و در هر فصلی دسترسی به هر نوع محصولی ممکن شده است. حکیمان قدیمی و کسانی که در نبود علم پزشکی بدن انسان را با عناصر طبیعی درمان می‌کردند، اعتقاد دارند که استفاده از محصولات غیرفصل برای بدن مضر است، چون بدن انسان در طول قرن‌هایتمادی با طبیعت خو گرفته و هر آنچه را طبیعت در زمان خاصی ارائه دهد نیاز دارد. اما این حرف در زندگی امروز معنایی ندارد. نگاهی به آمار مصرف و چگونگی آن نشان می‌دهد که بشر به حد زیادی از طبیعت فاصله گرفته و روش دیگری از زیستن را در پیش گرفته است. حتی اگر بروز بیش از حد سرطان‌های مختلف و بیماری‌های گوناگون نتیجه این نوع مصرف باشد، اما زندگی صنعتی مجراهای زیست طبیعی را خشکانده است. بحث دیگری که امروز بسیار اهمیت دارد، بحث هزینه محصولات غذایی است. هم‌اکنون به دلیل در دسترس نبودن شرایط طبیعی و گران بودن مواد اولیه، تولید محصول ارگانیک بسیار پرهزینه است و همه مردم توان خرید آن را ندارند. همین موضوع سبب می‌شود تا استفاده از محصولات غیرارگانیک با آگاهی از ضررهای آن زیاد باشد. برای حل این مشکل باید تغییر در الگوهای مصرف را مورد بازبینی قرار داد تا از این طریق بتوان سهم بیشتری از غذای ارگانیک را در اختیار گرفت.

■ محصولات ارگانیک

ارگانیک‌ها محصولاتی هستند که در شرایط طبیعی مانند خاک خوب بدون اضافه کردن آفت‌ها و سموم مختلف و آب سالم تهیه شده‌اند. این محصولات غذایی طبیعی سرشار از عناصری همچون آهن، کلسیم، فسفر، پتاسیم، روی و... هستند. چیزهایی که بدن انسان برای رشد و بقای خود به آن‌ها نیاز دارد. در تولید این مواد از اصلاحات ژنتیکی و گازها برای تولید استفاده نمی‌شود. ارگانیک‌ها سهم نیتراک کمتری دارند. به طور کلی در تولید این محصولات استانداردهای شرایط طبیعی رعایت می‌شود. محصولات در محیط طبیعی با خاک و آب سالم و نور خورشید رشد می‌کنند. تشخیص مواد ارگانیک شرایطی دارد که باید به آن‌ها توجه کرد. مواد غذایی ارگانیک رنگ طبیعی دارند و رنگ‌های مصنوعی و جدید در آن‌ها به کار نمی‌رود. مواد ارگانیک نه خیلی نرم هستند و نه خیلی سفت؛ در واقع شرایط خود محصول را دارند و چیزی در آن‌ها تغییر پیدا نکرده است. بو و طعم و اندازه این محصولات به تشخیص آن‌ها کمک می‌کند. بو و طعم این مواد طبیعی و به دور از طعم‌های اسانسی و مصنوعی است.

در گذشته با شکلی که تهیه مواد غذایی داشت، این عناصر از طریق مواد غذایی سالم و ارگانیک به بدن انسان می‌رسید و مشکلات مربوط به بیماری‌ها و کمبود عناصر طبیعی در بدن کمتر بود. در کشاورزی سنتی غذا در اشل محدود تولید می‌شد و هر خانواده محصول خود را برداشت می‌کرد. به دلیل حجم کم و آلودگی‌های کمتر محیطی سموم و آفت‌کش‌ها نیز با استفاده نمی‌شدند یا به صورت اندک مورد مصرف قرار می‌گرفتند.

در مقابل آلودگی‌های زیست محیطی و آسیب زدن به طبیعت هم کمتر بود. درجه آلودگی خاک و آب وجود نداشت چون هنوز صنعت به این ابعاد عظیم و شگفت‌آور رشد نکرده بود.