

El plomo en los alimentos

FUENTE: CONSUMA SEGURIDADPORTAL VETERINARIA
www.consumaseguridad.com

FECHA: 03/05/2010

AUTOR: NATALIA GIMFERRER

Cereales, verduras y agua del grifo son las principales fuentes alimentarias de exposición al plomo

La cantidad de plomo presente en los alimentos es mínima, pero no nula. Las principales fuentes de exposición a este metal son los cereales, las verduras y el agua del grifo, ya que es resistente a la acción de este elemento. Su acumulación en el organismo durante años y sus efectos nocivos para la salud, como la esterilidad, alteraciones en el riñón o gástricas, son los principales problemas que derivan de su consumo.

Los niveles de exposición al plomo procedente de los alimentos representan un riesgo casi nulo. Sin embargo, preocupan los posibles efectos secundarios en el desarrollo neurológico de los niños. Expertos de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) han publicado un dictamen científico sobre los posibles riesgos de la presencia de [plomo](#) en los alimentos. Han realizado pruebas con comestibles y otras fuentes para determinar si la ingesta semanal tolerable (IST) de plomo es apropiada para proteger la salud pública y han concluido que los grupos de alimentos más susceptibles a la presencia de plomo son los cereales, las verduras y el [agua del grifo](#).

Fuentes de plomo

Las fuentes que generan plomo son variadas, como las baterías, el polvo o las cañerías. No es común que los alimentos se contaminen con plomo, ya que el agua se depura durante el proceso de [potabilización](#). Sin embargo, si se emplean aguas contaminadas con residuos de industrias para [regar](#) los campos, entra en contacto con las hortalizas y, a su vez, el plomo puede depositarse en el suelo.

El plomo llega a los alimentos al regar los campos con agua contaminada por residuos de industrias que lo utilizan

Por otro lado, es frecuente que se utilicen fertilizantes con pequeñas cantidades de plomo que se acumulan en los animales y que pueden pasar a la cadena alimentaria. Los animales son los organismos que más plomo acumulan, sobre todo, en los riñones o en el hígado. Por este motivo, todos los productos de origen animal son una fuente de peligro.

De la misma manera, es relevante el uso de platos esmaltados con pinturas que puedan contener trazas de plomo. La exposición que no proviene de los alimentos se considera de menor importancia en el caso de los adultos, pero en niños, el polvo de los hogares y el suelo pueden ser fuentes importantes de exposición, por lo que se debe procurar mantener un ambiente lo más limpio

posible. Una preocupación potencial son los efectos en el desarrollo neurológico de los fetos, bebés y niños. A partir de los resultados del estudio, el comité de asesoramiento científico de la EFSA informará sobre cualquier acción de seguimiento que deberán adoptar la Comisión Europea y los Estados miembros de la UE para evitar posibles efectos nocivos.

Control de plomo en los alimentos

El caso más frecuente de presencia de plomo es el vino, ya que en la uva se pueden concentrar restos procedentes de fertilizantes o insecticidas. Además, una vez embotellado, es posible que los precintos elaborados con estaño, otro contaminante químico, entren en contacto con el ácido acético de los vinos picados, lo que provoca la disolución del plomo, que pasa a la bebida. La precaución se extiende a los recipientes o [utensilios](#) que se utilizan para manipular los alimentos.

No hay riesgo cero. Por ello, es aconsejable seguir una dieta equilibrada, sin comer en exceso un tipo de alimento para evitar acumular restos de materiales nocivos para el organismo.

CONTAMINANTES QUÍMICOS

Cualquier sustancia que no se añade de forma intencionada a los alimentos se considera un [contaminante químico](#). Su adición es posible durante las etapas de producción, fabricación, transformación, preparación, tratamiento, envasado y transporte o bien debido a la contaminación medioambiental. No obstante, el Reglamento número 315/93 establece ciertos criterios que se deben respetar:

- Está prohibido vender productos alimentarios que contengan contaminantes químicos en proporciones inaceptables para la salud humana.
- Los niveles de contaminantes se deben mantener lo más bajos posibles mediante prácticas correctas en todas las fases de manipulación de los alimentos.
- Establecer los límites máximos de los contaminantes químicos en los distintos productos alimentarios. Deben estudiarse mediante detección analítica.

De acuerdo con este último principio, el Reglamento (CE) 1831/2003 establece el contenido máximo de contaminantes químicos. En él se regulan los niveles de:

- Nitratos en lechuga y espinacas.
- Aflatoxinas en cacahuetes, frutos secos, cereales, leche y especies.
- [Metales](#) pesados como el plomo, cadmio y mercurio en diferentes alimentos.
- Dioxinas.
- Ocratoxina A en [cereales](#), café, vino, uvas y productos derivados.

- Patulina en zumo de manzana y productos elaborados con manzana o con su zumo.
- Hidrocarburos aromáticos policíclicos (HAP) en diferentes alimentos.