



Erabateko dietaren azterketak oso tresna erabilgarria dira pertsonen elikagaien kutsatzaile kimikoak direla-eta bizi dituzten osasun-arriskuak ebaluatzeko.

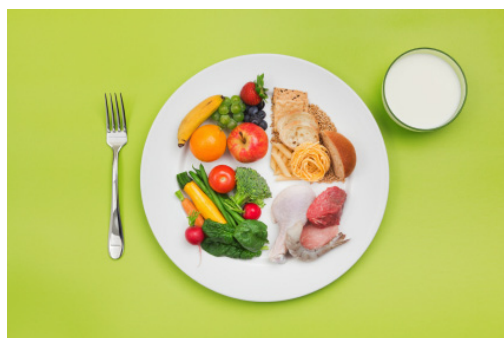
Azterketa horien emaitzen bidez, edozein arrisku-egoerari aurrea hartu eta elikadura-katean kudeaketa-eredu egokia lehenesteko aukera ematen dute, egon daitezkeen arriskuak saihesteko.

Zer dira Erabateko Dietaren Azterketak?

Erabateko Dietaren Azterketak (EDA) metodo egokia dira dietaren balioespen globala egiteko eta kutsatzaile kimiko nagusien eragin-maila aztertzeke.

Elikagaietan dauden substantzia kimikoen eta elikagai horien kontsumoari buruzko datuen informazio fidagarria eta xehatua izatea ezinbestekoa da substantzia kimiko horien eragin-maila ebaluatzeko; ebaluazio hori elikaduraren segurtasunerako aholkularitza zientifiko egokia emateko oinarri izango da.

Elikagaien ikuskaritza- eta kontrol-jardueretan elikagai kutsatu zehatzak antzematen dituzte; EDAek, aldiz, dietan substantzia kimikoen batez besteko eragin-mailen kontzentrazioak ematen dituzte; beraz, bi metodologia horiek elkarren osagarri dira eta dieta osoan banakako kutsadura-iturrien garrantzia identifikatzeko aukera ematen dute.



OMEren datuen arabera, azterketa horiek modurik eraginkorrenetariakoak dira ziurtatzeko personak ez daudela elikagaien bidez substantzia toxiko kimikoen eraginpean, maila arriskutsuan.

EDAen helburuak

Erabateko Dietaren Azterketen bidez, zenbait helburu betetzen dira, besteak beste:

- ✓ Kontsumitzen ditugun elikagaien kutsadura kimikoaren maila eta horiek denborarekin duten bilakaera ezagutzea.
- ✓ Dietan kutsatzaile batzuen eraginpean ote gauden balioestea eta, kasuren batean, azterketa xehatuagorik behar ote den antzematea.
- ✓ Kutsatzaile zehatz bat duten elikagaien talde nagusiak identifikatzea.
- ✓ Biztanleria taldeak zer kutsatzailearen eraginpean dauden aztertzea.
- ✓ Emaitzak erkatzea denboran zehar, kutsatzaileen eraginpean egoteko joerak aztertu ahal izateko.
- ✓ Dietetan kutsatzaile kimikoen eraginpean zer arrisku-mailarekin gauden ebaluatzea eta, horretarako, ezarritako segurtasun-balio toxikologikoekin erkatzea.

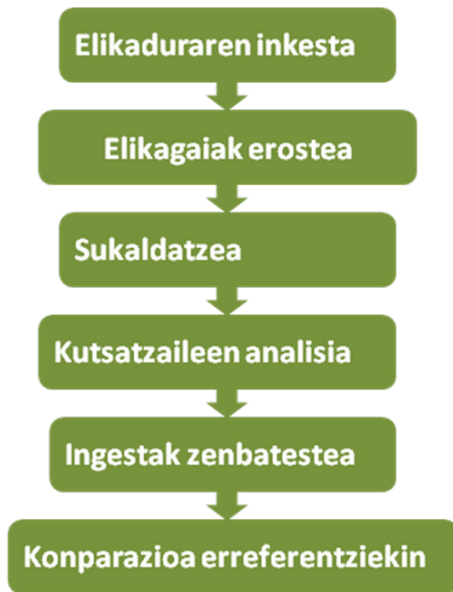
EDAen metodologia

EDAk aztertzen den biztanleria bakoitzaren elikadura-ohituretan oinarritzen dira, eta xede dute kontsumitzaileen ohiko praktikak erakustea. Horretarako, biztanleriaren kontsumo-ereduak ezagutu behar dira, eta, horretarako, normalean, nutrizio-inkestak egiten dira.

EDAREN modalitateetako batean ez da beharrezkoa aztertuko den biztanleriaren kontsumo-eredua ezagutzea. Modalitate horri, *anoen bikoizketa* deritzen. Ikerketa horiek eguneko anoen baliokideak jaten dituzten boluntarioekin egiten dira; hori dela eta, ezinbestekoa da parte-hartzaileen inplikazio osoa. Gainera, ikerketa horiek ezin dira erreproduzitu eta ezin dira denbora luzez egin; horregatik, metodologia hau ez da askotan erabiltzen.

Hala, nutrizioari buruzko inkestak egin ondoren eta aztertuko den biztanleriaren kontsumo-eredua ezagutzen dugunean, jakin behar dugu hurrengo gauza dieta horretan dagoen kutsatzaile kopurua dela; era horretan, kutsatzaile horietatik zenbat kontsumitzen dituzten jakingo dugulako eta erreferentzia toxikologikoekin alderatu ahal izango ditugulako.

EDA batean jarraitutako metodologia



Aztertuko dugun biztanleriaren dieta ezagutzen dugunean, elikagaien zerrenda osatuko dugu, eta bertan sartzen saiatuko gara nutrizio-inkestetan aipatu dituzten ahalik eta elikagai gehien.

Orokorrean, elikagaiak aztertuko dugun biztanleria bizi den tokiko saltoki txikietan erosten dituzte, eta ohiko moduan prestatzen dituzte, baita kozinatu ere, hala

dagokionean. Elikagaiak banaka azter daitezke, baina hori lan handia da, eta ikerketaren kostua handituko du; bestela, taldean azter daitezke. Bigarren hori da gehien erabiltzen den metodoa; izan ere, ikerketaren helburua elikagaietan dauden kutsatzaile kimikoen batez besteko kontzentrazioa ezagutzea da.

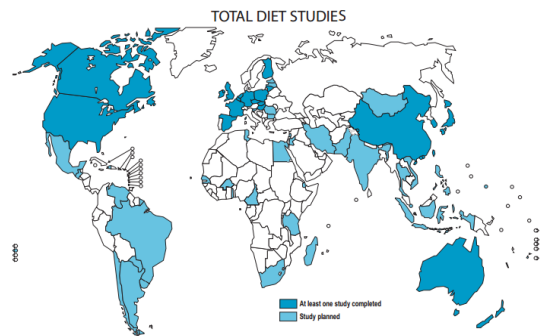
Bigarren metodo horri *“erosketa-saskia”* deritzen, eta egin behar diren azterketa kopurua nabarmen murrizten du; gainera, elikagaietan dauden kutsatzaileei buruzko informazio asko ematen digu, eta dietaren bidezko eragin-maila nolakoa den erakusten digu. Hala ere, kontuan hartu behar da substantzien diluzio-efektua elikagaien nahasteak, aztertzen ditugunean. Faktore horrek erabiltzen ditugun analisi-tekniken detekzio- eta kuantifikazio-mugak egokitzera behartuko gaitu.

Elikagai talde bakoitzean dauden kutsatzaileei buruzko emaitzekin, biztanleria talde bakoitzak egunero kutsatzaile horietatik zenbat ahoratzen duen kalkulatu da, gutxi gorabehera. Horretarako, kontuan hartuko dira nutrizio-inkestetan bildutako datuak.

Dietarekin hartutako kutsatzaileen kontzentrazioa erreferentzia maila toxikologikoekin alderatzen da, kutsatzaile horien eraginpean jartzeko dagoen arriskua ebaluatu ahal izateko.

Harmonizazio beharra

Herrialde asko ari dira EDAK egiten, batzuk hainbat hamarkadatan zehar; horri esker, gaur egun informazio asko dago nazioarte mailan. Hala ere, emaitzak alderatu ahal izateko, ezinbestekoa da herrialde guztietan erabiltako metodologia ahalik eta antzekoena izatea.



Iturria: OMS/GEMS Food brochure on Total Diet Study

Europar. EFSA ikerketa mota hau abian jartzen saiatzen ari da, Arrisku Kimikoen Ebaluazioen kalitatea hobetzeko asmoz; horretarako, Europar Batasun osorako metodologia bateratua garatzen ari da, eta arrisku-kudeatzaileentzat oso erabilgarriak izango diren datu-base batzuk ere sortuko ditu.

2010. urtean lantalde bat abiatu zen **EFSA**, **FAO** eta **OME**ekin. Lantalde horrek gida bateratu bat prestatu behar zuen, eta, bertan, metodologia honen nazioarteko harmonizazioa egiteko oinarritzko printzipioak azaltzen ziren. Besteak beste, hauek hartzen zituen barne: planifikazio-fasea, emaitzak biltzea, eragin-maila ebaluatzea eta emaitzak jakinaraztea.

Metodologia hori aplikatzen bada, gai izango gara herrialde ezberdinetako emaitzak konparatzeko. Era berean, 2012. urtean, Europa mailako proiektu bat abiatu zen. Proiektu hori 7. programa-markoaren barruan zegoen ([TDS Exposure](#)), eta, bertan, 19 herrialdetako 26 parte-hartzailek elkarrekin lan egin zuten, EDAk Europa mailan estandarizatzeko, ebaluatzaileentzako eta arrisku kudeatzaileentzako EDT datu-base bat sortzeko, eta EDAen europar sarea osatzeko.

Proiektu horren bitartez, ikuspuntu homogeen bat ezartzen da eta, horri esker, aztertu den biztanleria bakoitzean hartu diren nutrienteak eta jaso den kontaminatzaileen eragin-maila zein diren jakin ahalko da.

ONDORIOAK

- **Erabateko Dietaren Azterketak (EDA) metodo egokia dira** dietaren balioespen globala egiteko eta **kutsatzaile kimiko nagusien eragin-maila aztertzeko**. Ikerketa horiek primeran osatzen dituzte elikagaien zaintza- eta kontrol-programak.
- Herrialde askotan ari dira EDAk egiten; horregatik, **beharrezkoa da metodologia harmonizatzea**, emaitzak alderatu ahal izateko.
- Nazioartean ahalegin handiak egiten ari dira **metodologia komun bat diseinatzeko eta EDAk horren arabera egiteko**, baita **EDAen datu-baseak sortzeko ere**; izan ere, datu-base horiek oso erabilgarriak dira arriskuak ebaluatzeko eta kudeatzeko.



BIBLIOGRAFIA

- [TDS-Exposure](#). 7. Programa Markoaren barneko Europar Proiektuaren webgunea.
- [EFSA, FAO, OMS](#). Erabateko Dietaren Azterketaren ikuspuntu harmonizatua lortzeko gida bateratua.
- [OMS-GEMS/food](#) — Global Environment Monitoring System. Erabateko Dietaren Azterketa.
- [ILSI](#). Dietaren bidezko eragin-maila ebaluatzeko gida.
- [AINIA](#). Zergatik dira beharrezkoak Erabateko Dietaren Azterketak elikagaien segurtasuna bermatzeko?
- [FSA](#). Erresuma Batuko Erabateko Dietaren Azterketak.
- [AECOSAN](#). Erabateko Dietaren Azterketak.
- [ACSA](#). Kataluniako Erabateko Dietaren Azterketak.