هر گردی گردو نیست

بسیاری از محصولاتی که با نام ارگانیک عرضه می‌شوند، ارگانیک نیستند

معصومه متین‌نژاد | **کمتر از یک دهه است محصولات ارگانیک جایگاه خودشان را در سبد غذایی مردم ایران پیدا کرده‌اند و با اینکه قیمت آن‌ها بسیار بیشتر از محصولات مشابه است، خیلی‌ها ترجیح می‌دهند این هزینه را بپردازند و احساس امنیت غذایی بیشتری داشته باشند. ناگفته نماند پرداخت هزینه بیشتر تنها مسئله‌ای نیست که طرف‌داران محصولات ارگانیک با آن روبه‌رو هستند. برای نمونه تشخیص این محصولات از انواع مشابه آن بسیار سخت است و حتی برخی تعریف درستی از ارگانیک بودن یک محصول ندارند و آن را با طبیعی بودن یک محصول اشتباه می‌گیرند و همین موضوع زمینه سوءاستفاده برخی فروشندگان یا تولیدکنندگان را فراهم می‌کند. مسئله‌ای که موضوع گزارش امروز ما نیز هست.**

محصول ارگانیک

ارگانیک به هر ماده غذایی می‌گویند که فرایند کاشت، داشت، برداشت و بسته‌بندی یا عرضه آن بدون استفاده از مواد شیمیایی انجام شده باشد یا تولید آن‌ها بر پایه دست‌کاری‌های ژنتیکی نباشد. علت آن هم ارتباط کشف شده بین بیماری‌های جدید با این مواد شیمیایی یا روش‌های به اصطلاح «اصلاح ژنتیک» است که هنوز خیلی از آن‌ها در هاله‌ای از ابهام قرار دارند.
برای نمونه مصرف آفت‌کش‌های شیمیایی با ابتلا به انواع بیماری‌ها مانند سرطان‌ها، اختلالات عملکردی در هضم غذا، سردرد، بیش‌فعالی، نقایص هنگام تولد، ضعف سیستم ایمنی بدن و حتی مرگ زودرس در ارتباط است یا دست‌کاری ژنتیکی عامل اصلی رشد کُند مغز در دوره جنینی، آسیب به اندام‌های داخلی و بروز اختلالات دستگاه گوارش است.
محصولات ارگانیک را هم می‌توان در بین میوه‌ها، سبزیجات، غلات، گیاهان دارویی و عسل و محصولات لبنی و گوشتی جست‌وجو کرد.

چرا محصول ارگانیک؟

استفاده از محصولات ارگانیک به جز برطرف کردن احتمال خطر ابتلا به انواع بیماری‌های نوظهور فواید بسیار دیگری هم دارد.

- تضمین سلامت خاک و محیط زیست
- استفاده کمتر از هورمون‌ها و آنتی بیوتیک‌ها در پرورش طیور و دام‌ها
- حفظ حیات وحش و تنوع زیستی بیشتر
- غنای بیشتر مواد غذایی از نظر تغذیه‌ای*
- کاهش بروز حساسیت
- تازگی و خوش‌طعم بودن مواد غذایی
- کاهش چشمگیر مواد مضر مانند فلزات سمی در مواد غذایی

***برای نمونه لبنیات و گوشت ارگانیک، حدود ۵۰ درصد اسیدهای چرب امگا ۳ بیشتری دارند.**

تشخیص محصولات ارگانیک

از آنجایی که نمی‌توان براساس ظاهر یک ماده غذایی ارگانیک بودن یا نبودن آن را تشخیص داد، از برچسب‌هایی خاص برای معرفی این محصولات استفاده می‌شود.

USDA

برچسب USDA به معنای آن است که این محصول صد درصد یا دست‌کم ۹۵ درصد ارگانیک است. این برچسب اشاره به تأییدیه سازمان کشاورزی آمریکا دارد و در ایران استفاده نمی‌شود.

صددرصد ارگانیک

این برچسب برای مواد غذایی استفاده می‌شود که صددرصد آلی و ارگانیک هستند.

ارگانیک

برچسب ارگانیک به معنای آن است که ۹۵ درصد مواد تشکیل‌دهنده این غذاها ارگانیک هستند.

ساخته‌شده از ارگانیک

برچسب ساخته‌شده از ارگانیک یعنی در این محصول دست‌کم ۷۰ درصد مواد تشکیل‌دهنده ارگانیک هستند.

۳۰ تا ۵۰ درصد
محصولات واقعی ارگانیک در گران‌ترین حالت فقط بین ۳۰ تا ۵۰ درصد بیشتر از انواع غیرارگانیک خود قیمت دارند.

۵۰ درصد
برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهد نیمی از همان حجم محصولات غذایی ارگانیک، مقدار بیشتری از مواد مورد نیاز بدن مانند ویتامین‌ها، مواد معدنی و آنتی‌اکسیدان‌ها را تأمین می‌کنند.

۱۰ تا ۳۰ درصد
میزان عملکرد و تولید در مزارع ارگانیک حدود ۱۰ تا ۳۰ درصد کمتر از مزارع غیرارگانیک است.

۷۹
ایران در بین ۲۸۰ کشور دنیا رتبه ۷۹ تولید محصولات ارگانیک جهان را دارد.

۳۰۰ ترکیب
در کشاورزی تجاری و متعارف، بیش از ۳۰۰ ترکیب شیمیایی خطرناک و مصنوعی مانند آفت‌کش‌ها، علف‌کش‌ها و کودهای شیمیایی به منظور کنترل آفات و حشرات و حاصل خیزسازی خاک استفاده می‌شود.

۲۰ تا ۲۵ درصد
میزان مصرف محصولات ارگانیک در دنیا بین ۲۰ تا ۲۵ درصد است.

۴ برابر
احتمال یافتن بقایای چند آفت‌کش به طور هم‌زمان در محصولات غیرارگانیک چهار برابر بیشتر است.

مقایسه محصولات ارگانیک و غیرارگانیک

محصولات گیاهی ارگانیک	محصولات گیاهی غیرارگانیک
با کودهای طبیعی مانند کمپوست رشد می‌کنند.	با کودهای مصنوعی یا شیمیایی رشد می‌کنند.
علف‌های هرز دستی چیده می‌شوند.	علف‌های هرز با علف‌کش‌های شیمیایی کنترل می‌شوند.
آفات با استفاده از روش‌های طبیعی مانند پرندگان و حشرات از بین می‌روند.	آفات با آفت‌کش‌های مصنوعی از بین می‌روند.
محصولات لبنی و پروتئینی ارگانیک	**محصولات لبنی و پروتئینی غیرارگانیک**
به دام‌ها خوراک ارگانیک و بدون هورمون می‌دهند.	برای رشد سریع‌تر دام‌ها به آن‌ها هورمون رشد می‌دهند.
دام‌ها به فضای باز و علوفه طبیعی دسترسی دارند.	دام‌ها در فضایی بسته نگهداری و با علوفه تجاری تغذیه می‌شوند.
برای درمان آن‌ها از روش‌های طبیعی مانند مسکن‌های ایمن و رژیم غذایی سالم استفاده می‌شود.	برای درمان آن‌ها از آنتی بیوتیک‌ها و داروهای شیمیایی استفاده می‌شود.

تفاوت محصولات ارگانیک با طبیعی

خیلی‌ها محصولات دست‌پرورده باغی یا دامی را که با نام طبیعی می‌شناسیم مانند تخم‌مرغ و کره محلی، سبزیجات کاشت شده در باغچه خانه و لواشک خانگی را با محصولات ارگانیک اشتباه می‌گیرند. درحالی‌که در تعریف محصولات ارگانیک یک محصول از مرحله بذر تا بسته‌بندی به دور از هرگونه ماده شیمیایی پرورش داده و نگه‌داری می‌شود. این موضوع درباره محصولات دامی هم صدق می‌کند. البته این به معنای استفاده نکردن از روش‌های نوین کشاورزی یا دامپروری نیست، بلکه فقط دوری از کاربرد مواد شیمیایی و روش‌های دست‌کاری ژنتیکی است.

مشکلات محصولات ارگانیک

- گران‌تر بودن
- طولانی‌تر بودن زمان کاشت یا پرورش
- عمر کوتاه محصولات برای نگهداری
- دسترسی محدود به منابع تولید مانند مواد مغذی و معدنی مورد نیاز خاک

ممنوعه‌ها در محصولات ارگانیک

- استفاده از همه کودها و آفت‌کش‌های شیمیایی
- به‌کاربردن ارگانیسم‌های اصلاح‌شده ژنتیکی (محصولات تراریخته)
- استفاده از روش پرتودهی برای طولانی‌کردن عمر محصولات
- به‌کاربردن افزودنی‌های مصنوعی در فراوری محصولات غذایی مانند نگهدارنده‌ها، رنگ‌ها و طعم‌دهنده‌های مصنوعی
- استفاده از هورمون‌های رشد و آنتی بیوتیک‌های معمول در پرورش دام

مهم‌ترین فایده محصولات ارگانیک

کمک به حفظ سلامت محیط زیست یکی از مهم‌ترین فواید پرورش محصولات ارگانیک است. روش‌های کشاورزی ارگانیک با تمرکز بر سلامت خاک (کمک به ذخیره کربن)، کاهش مصرف مواد شیمیایی (کمک به حفظ کیفیت آب و خاک)، افزایش تنوع زیستی (حمایت از گرده‌افشان‌ها و حیات وحش) و کاهش مصرف انرژی، به طور کل فشار کمتری را بر محیط زیست وارد می‌کند.

ایده‌پردازی: علی معصوم‌بیگی شهرآرا
اینفوگرافیک: حامد خاکپور شهرآرا