

Jan osasuntsuago burdinazko zartaginekin

Ikerketa batek baino gehiagok dio ez genukeela ohiko zartaginez gehiegi fidatu behar, gure osasuna estimuan badugu. Haiekin alderatuta, abantaila ugari eskaintzen dituzte burdinaz egindakoek.

UNAI BREA

Argazkia: Iñigo Azkona

POLITETRAFLUOROETILENOA. Barkatu horrelako hitz batekin hastea artikulua, seguruenik irensteko errazagoa –eta ezagunagoa– egingo zaizue haren izen komertziala, tefloia. Eta irentsi, nahi eta nahi ez irentsiko duzue, ohiko zartaginekin erabiltzen badituzue behintzat.

Tefloia erabiltzeko bat itsaskortasun eza da, horregatik erabiltzen da zartaginekin. Beroa oso ondo jasaten duela ere bai. Wikipediak dio oso konposatu geldoa dela, hau da, nekez erreakzionatzen duela beste batzuekin. Ia batere toxikotasunik ez duela ere esaten du Wikipediak, baina hori oso zalantzazkoa da.

Angel Merino Bilboko Bio-bio dendaren ugazaba da. Produktu naturalak saltzen ditu bertan, koloragarri eta kontserbatzailerik gabekoak, eta halakoak. Tefloirik gabeko zartaginekin ere bai. “Tefloia, erabilpenaren erabilpenaz, joan egiten da zartaginekin, eta azkenean berria erosi behar da”, azaldu digu, “baina bitartean geuk jan dugu tefloia, eta ez da inola ere giza-kontsumorako produktu egokia”.

Merinok ez du jakin tefloia kalteez argibide zehatzagorik ematen, baina hemerrotek bai: hainbat ikerketaren arabera, 370 graduko tenperatura gaindituz gero tefloiak hamabost gas toxiko askatzen ditu; horietatik bi, minbizi-eragileak. Tenperatura hori ez da erraz lortzen sukalde arrunt batean, baina baxuagoetan ere behatu izan dira ondorioak. Tefloia merkaturatzen duen enpresak berak onartu du 260 gradutan isurtzen diren gasek kalte larriak egin diezazkiotela txori bati. Zenbait ikerlarik diote tenperatura jakin batekin gora tefloiak sukarra, arnasa hartzeko zailtasunak, hotzikarak... eragin ahal dizkiola gizakiari. Fabrikatzaileen aholkuari ez zaio



Zartaginekin ez ezik, era guztietako sukalde-tresnak egiten dira burdinaz.

logikarik falta, lotsa bai ordea: su apalarekin prestatzea janaria.

Hona beste aukera bat: tefloirik gabeko zartaginekin erabiltzea. Ohiko materialen ordez –altzairua edo aluminioa–, burdinez egindakoak dira, eta olio naturalezko estalkia dute, janaria itsastea eragozten duena. Abantaila nabarmena dute ohikoekin alderatuta, osasunari inolako kalterik ez egiteaz gain: iraupena. Ezer arrarorik gertatu ezean, bizitza osorako dira.

Desabantaila batzuk ere badituzte zartaginekin. Garbitu ondoren berehala sikatu behar dira, eta ezin da janaririk luzaroan utzi bertan, edo urak burdina oxidatuko du. Ohikoekin baino askoz pisu handiagoa daukate gainera. Tortilla egin behar baduzu, ez egin oso handia, edo lanak izango dituzu buelta emateko. Eta noski, dezente garestiagoak dira ohikoekin baino: tamaina ertainekoa 45 euro ingurutan dauka salgai Angel Merinok. Tefloia hiruzpalau aldiz merkeagoak dira. Zenbat bider aldatu duzu zeurea azken urteotan? ■