

# Presentació

Els estudis sobre dieta total tenen la finalitat de determinar la quantitat de contaminants que ingereix una persona que faci una dieta tipus. Les dades obtingudes es poden comparar, així, amb les ingestes diàries admissibles (IDA) fixades pels organismes internacionals, que són les quantitats que poden ser ingerides diàriament, al llarg de tota una vida, sense riscos apreciables per a la salut. Però la interpretació d'aquestes dades s'ha de fer amb prudència, i prendre-les, més que en termes absoluts, com a indicadores de tendències o orientadores perquè administracions públiques i ciutadans puguin prendre decisions.

A l'estudi Contaminants químics, estudi de dieta total a Catalunya (2000-2002) es va palesar que el peix i el marisc són els aliments que contribueixen de forma més significativa a l'aportació de contaminants a través de la dieta. Aquest és un fet comú en els estudis de dieta total realitzats arreu del món. Les raons són diverses: el sistema d'alimentació, l'edat dels animals, el contingut en greixos, la situació al final de la cadena tròfica, etc. Les dades de l'estudi es van obtenir a partir de solament quatre espècies. Per poder reflectir millor la situació real s'havia d'ampliar el nombre d'espècies estudiades i ponderar-ne el pes d'acord amb les dades sobre el consum a Catalunya. Aquesta és la motivació d'aquest estudi que ara us presentem. S'han estudiat les catorze espècies més consumides al nostre país i s'ha tingut en compte la seva participació en el consum global de peix i marisc. Els resultats obtinguts, lleugerament diferents dels del primer estudi, són sens dubte, més propers a la realitat. De totes les maneres, la situació que ens descriu aquest nou estudi no és alarmant, i corroboren les tendències del primer estudi: en general, les ingestes de contaminants químics de les persones que fan una dieta tipus, a Catalunya estan per sota de les ingestes admissibles i no es detecten productes pesquers que ultrapassin els límits màxims establerts legalment.

Alhora, s'ha de tenir en compte que hi ha una sòlida evidència científica sobre els beneficis del consum de peix, ja que, al marge d'altres beneficis nutricionals, aporten a la dieta àcids grassos omega-3 que redueixen el risc de patir malalties cardiovasculars. Hi ha un ampli consens a la comunitat científica que els beneficis del consum de com a mínim dues racions de peix a la setmana per a la població general superen a bastament els riscos potencials. Aquesta recomanació general, però, ha de ser matisada per a col·lectius concrets respecte al consum d'algunes espècies de peix. Així també hi ha consens que les dones embarassades o alletants i els nens, en els primers anys de desenvolupament, han de limitar el consum de grans peixos depredadors a una sola vegada a la setmana.

En tot cas, a banda aquestes recomanacions generals, amb les dades obtingudes en aquest estudi el consell que es pot donar és que és convenient diversificar les espècies de peix i marisc consumides, amb la finalitat d'assegurar un equilibri raonable entre els beneficis i els riscos.

Aquest document s'inscriu en un conjunt d'estudis, ja realitzats i en projecte, que, impulsats des del Departament de Salut, tenen com a finalitat millorar el coneixement sobre els riscos per a la salut associats a la contaminació química dels aliments a Catalunya. Les dades aportades serveixen, sens dubte, per ajudar a prendre decisions, d'una banda a les administracions públiques que gestionen el risc i, de l'altra, als ciutadans del nostre país en els seus hàbits de consum.

**Antoni Plasència Taradach**  
Director general de Salut Pública

**Eduard Mata Albert**  
Director de l'Agència Catalana  
de Seguretat Alimentària

# 1

## Introducció

A fi d'avaluar el possible risc per a la salut de la població derivat de la presència de contaminants químics en els aliments, en el període 2000-2002 el Departament de Salut va endegar el primer estudi de contaminants químics en dieta total a Catalunya amb la Universitat Rovira i Virgili i la Universitat de Barcelona.<sup>1</sup>

L'avaluació dels resultats d'aquest estudi va posar de manifest que el peix i el marisc són els aliments que contribueixen de forma més significativa a la ingesta de contaminants a través de la dieta. La resta d'aliments, malgrat la importància puntual pel que fa a la concentració d'algun contaminant, no representaven aportacions tan substancials a la dieta global.

Atesa la gran varietat d'espècies de peix que es consumeixen a Catalunya, l'Agència Catalana de Seguretat Alimentària va considerar important caracteritzar amb més precisió la ingesta de contaminants derivada del consum de peix i marisc, un estudi que ha estat realitzat pel Laboratori de Toxicologia i Salut Mediambiental de la Universitat Rovira i Virgili i el Grup de Recerca en Toxicologia ( GRET-CERETOX UB-PCB) de la Universitat de Barcelona.

<sup>1</sup> Contaminants químics, estudi de dieta total a Catalunya, publicat per l'Agència Catalana de Seguretat Alimentària. Barcelona, 2005.

# 2 Objectius

- Caracteritzar amb detall la ingesta d'arsènic, cadmi, mercuri, plom, dioxines i furans, bifenils policlorats, hidrocarburs aromàtics policíclics, hexaclorobenzè, èters difenílics polibromats, èters difenílics policlorats i naftalens policlorats que representa el consum de peix i marisc en la dieta dels habitants de Catalunya.
- Detectar, d'entre les espècies de peix més consumides, les que contribueixen amb més quantitat de contaminants a la dieta total.
- Avaluat el risc per a la salut que suposa aquesta contribució.
- Disposar d'informació més detallada que la que es va generar en l'estudi de l'any 2000 respecte al peix, que permeti fer un seguiment dels nivells de contaminació dels aliments i de la seva seguretat.