# هشدار درباره مصرف روغن‌های سنتی

16 اردیبهشت 1404

مدیرکل فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو گفت: روغن‌هایی که در واحدهای سنتی و بدون نظارت بهداشتی تهیه می‌شوند، می‌توانند برای سلامت مصرف‌کنندگان بسیار خطرناک باشند.

دکتر عبدالعظیم بهفر با اشاره به تهیه برخی روغن‌ها به‌صورت دستی و خارج از زنجیره کنترل‌شده اظهار کرد: در این فرایندها، احتمال استفاده از دانه‌های مانده، آلوده یا کپک‌زده وجود دارد که ممکن است حاوی سم آفلاتوکسین باشند؛ ترکیبی سرطان‌زا که به‌ویژه برای کبد بسیار مضر است.

وی افزود: روغن‌های سنتی که مقابل چشم مشتری تولید می‌شوند، معمولا تصفیه نشده‌اند و ممکن است حاوی ذرات جامد، فلزات سنگین یا سایر ناخالصی‌ها باشند. در حالی‌که روغن‌های دارای نشان سیب سلامت، از مواد اولیه کنترل‌شده تهیه شده و مراحل فیلتراسیون، تصفیه و کنترل کیفی را طی می‌کنند.

او با اشاره به وضعیت بهداشتی دستگاه‌های سنتی روغن‌گیری گفت: این دستگاه‌ها اغلب به‌درستی شست‌وشو نمی‌شوند و ممکن است باعث آلودگی ثانویه در محصول نهایی شوند. اما در واحدهای صنعتی مجاز، همه مراحل زیر نظر متخصصان علوم و صنایع غذایی انجام شده و مطابق با ضوابط بهداشتی است.

به گفته بهفر، روغن‌های فاقد سیب سلامت به‌دلیل تصفیه‌نشدن، زودتر اکسید می‌شوند و این فرآیند منجر به تولید رادیکال‌های آزاد می‌شود؛ ترکیباتی که با افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی، عروقی و سرطان در ارتباط هستند.

وی در ادامه افزود: روغن‌های صنعتی معمولاً دارای آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی یا افزودنی‌های مجاز هستند که از اکسیداسیون جلوگیری کرده و ماندگاری محصول را افزایش می‌دهند؛ موضوعی که در روغن‌های سنتی و تصفیه‌نشده دیده نمی‌شود.

بنابر اعلام سازمان غذا و دارو، او همچنین با تأکید بر نقش آگاهی مصرف‌کننده اظهار داشت: شناسایی نشان سیب سلامت، توجه به نام واحد تولیدکننده و بررسی شماره پروانه ساخت، از جمله اقدامات مهم برای خرید ایمن روغن خوراکی است.

مدیرکل فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی در پایان گفت: انتخاب محصول تأییدشده و استاندارد، گامی مؤثر در پیشگیری از بیماری‌های مزمن و حفظ سلامت خانواده است.