

# Sociedad

## Consumo y salud

# El 70% de la fruta consumida en España contiene residuos de plaguicidas

### Los alimentos importados presentan casi el doble de contaminación que los locales

**ANTONIO CERRILLO**  
Barcelona

La población española está sometida a una extensa exposición a plaguicidas a través de la alimentación. El 46% de los alimentos analizados en el programa oficial presentan residuos de al menos un plaguicida, un porcentaje que alcanza el 69,5% en el caso de la fruta y el 38% en las hortalizas. Así lo indica una evaluación a partir de los datos oficiales elaborado por Ecologistas en Acción.

Un ejemplo de esta exposición viene representada por una muestra de uvas, en la que se llegó a detectar 14 plaguicidas diferentes. En total, en la uva de mesa se han detectado 47 plaguicidas diferentes en las 70 muestras bajo control de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria (Aesan). Pero la elevada contaminación múltiple de esa muestra de uva no es un caso aislado.

### En España se han utilizado 127 plaguicidas diferentes y 59 de ellos no están autorizados en la UE

En el ranking de los alimentos con mayor número de plaguicidas destacan, además, pimientos dulces (37 plaguicidas), naranjas (33), tomates (31), melón (25), manzanas y peras (20), mandarinas (19), berenjenas y melocotones (18).

El sector que muestra una mayor presencia de pesticidas son el grupo formado por té, café, infusiones y cacao (77% de las muestras). Y también es destacable en leguminosas secas (10,5%), pes-

cado (14,3%), productos transformados (18%) y cereales (23%). En el caso de las especias, la tasa alcanza el 60% mientras agua, alimentos infantiles y semillas no presentan ningún resto.

En total se analizaron 2.235 muestras, 1.811 realizadas por las comunidades autónomas y el resto en controles en frontera. En España -según estos resultados- se han utilizado 127 plaguicidas diferentes, cuyos restos han que-

dado en los alimentos vendidos en el 2024. Otro dato destacable es que 59 plaguicidas, el 46%, correspondían a sustancias no autorizadas en la UE. Esta circunstancia se produce por la existencia de un mercado negro de plaguicidas no autorizados (frecuentemente se producen decomisos), por una contaminación histórica por tóxicos que aparecen tras años de haberse utilizado, o por entrada por la frontera de pro-

ductos no detectados. Otras veces se deben a las excepciones legales autorizadas (son permitidos excepcionalmente si no se superan determinados límites máximos) o se tolera cuando se trata de alimentos importados si se cumplen un límite máximo de residuos para satisfacer las necesidades del comercio internacional.

Por esta razón, y en cualquiera de los casos, los autores del estu-

dio recomiendan consumir alimentos locales, ya que, según estos datos, están contaminados por plaguicidas, pero afectan a un 39% de las muestras, frente al 72% en los alimentos importados.

“La Unión Europea y las autoridades locales deben mejorar la vigilancia en las fronteras y dentro de ellas para evitar la entrada y uso de plaguicidas prohibidos y no emplear las tolerancias a la importación de plaguicidas”, dice

### Contaminación por pesticidas de los alimentos

Porcentaje de contaminación de las muestras analizadas

Té, café, infusiones, cacao y algarrobas **77,5%**

Frutas **69,5%**

Especias **60,0%**

Media de los productos **46,0%**

Hortalizas **37,7%**

Cereales **25,3%**

Productos alimenticios transformados **18,1%**

Pescado **14,3%**

Leguminosas secas **10,5%**

Animales terrestres **5,0%**

Aguas **0,0%**

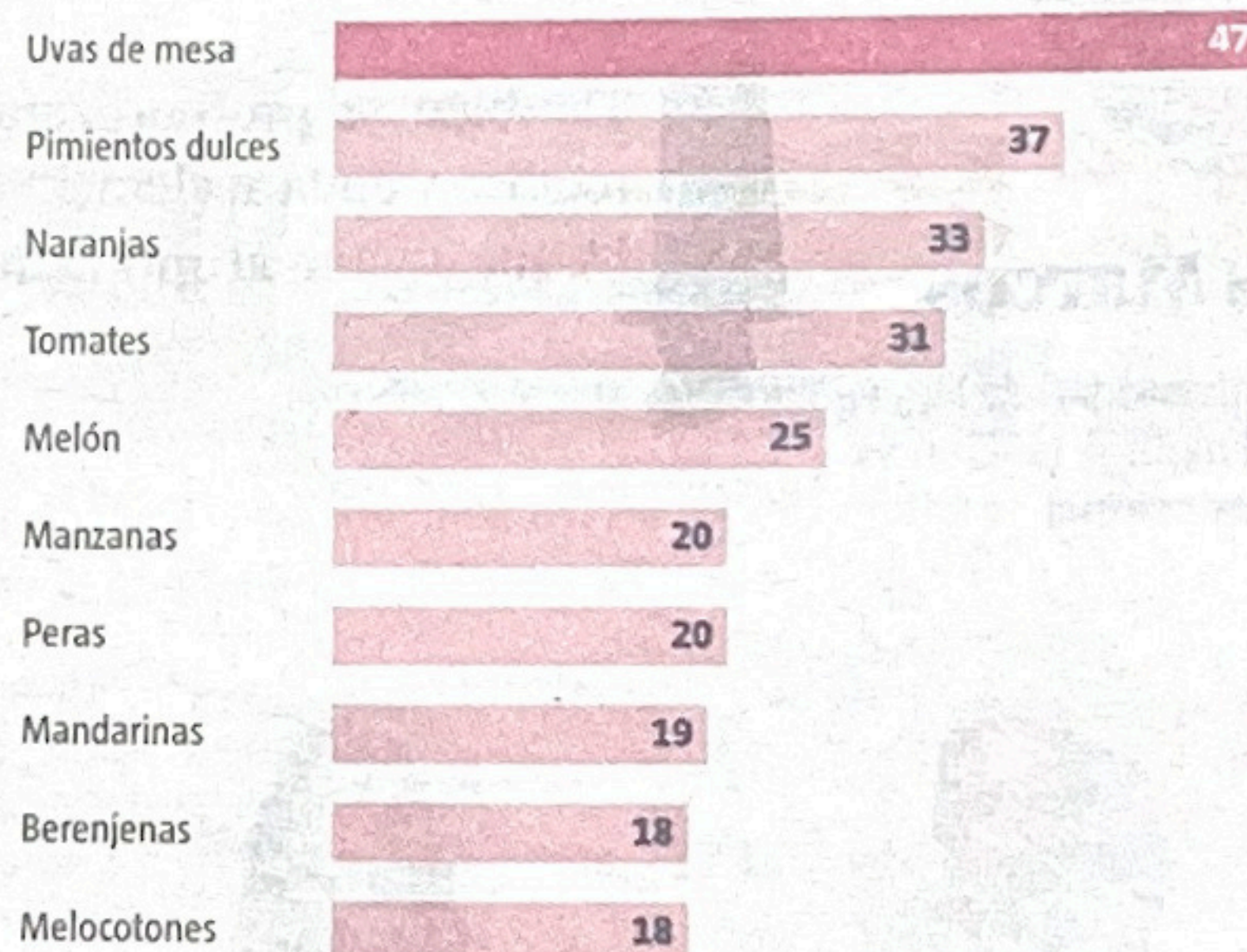
Alimentos infantiles **0,0%**

Semillas y frutos oleaginosos **0,0%**

FUENTE: Aesan y Ecologistas en Acción

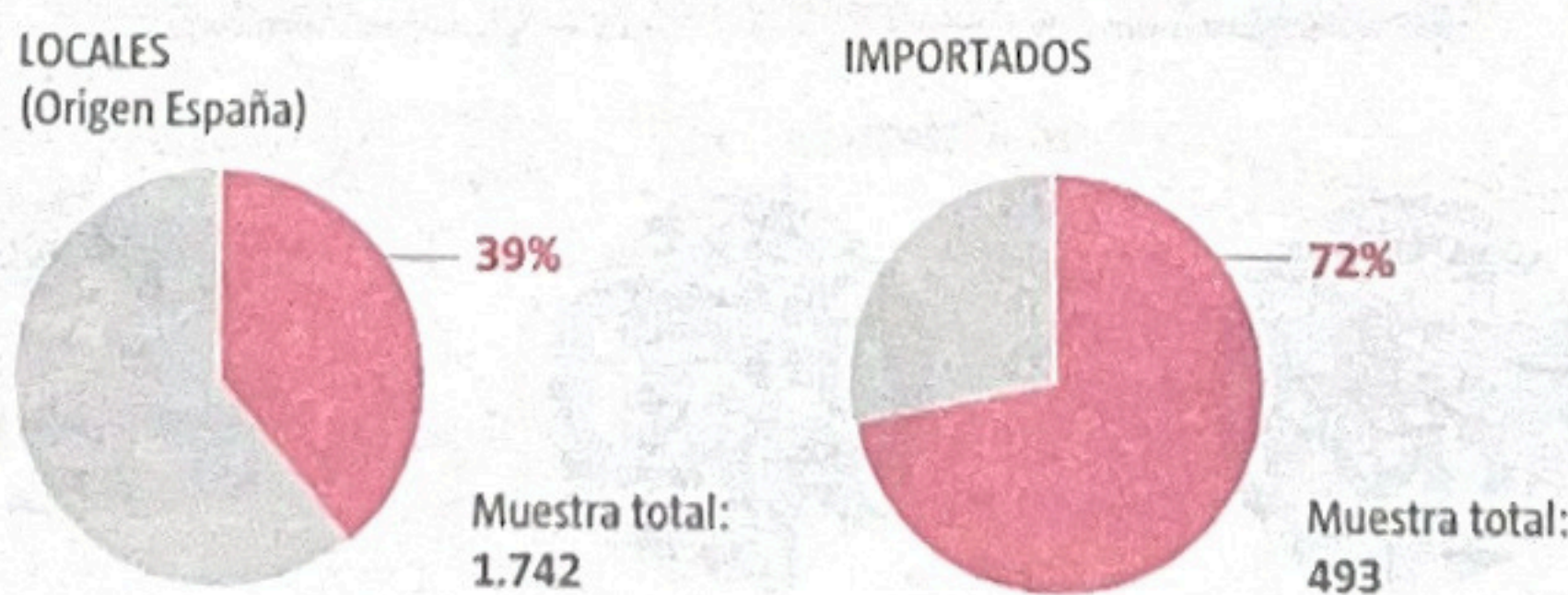
### Los diez alimentos con más residuos de plaguicidas

Número de residuos de plaguicidas detectados



### Alimentos locales e importados con residuos de plaguicidas

En porcentaje de las muestras analizadas



LA VANGUARDIA

### El 99% cumple la normativa: "Hay estricto control"

El 99% de los alimentos muestreados y analizados en el 2004 "están conformes a la normativa", dice un informe del Ministerio de Consumo, que coordina el programa de control. Solo 17 de los 1.811 controles detectaron restos de plaguicidas por encima de lo legal (11 de frutas y verduras). "Hay estrictos controles para asegurar que los alimentos que consumimos cumplen con la normativa sanitaria", dice a este diario el Ministerio de Agricultura. "Hay que diferenciar entre presencia de fitosanitarios y superación de límites máximos de residuos LMR. Un alimento se retira del mercado en función de unos porcentajes de LMR de fitosanitarios fijados, por lo que, si no los superan, pueden comercializarse, según la reglamentación comunitaria".

## Retirar el gluten sin pruebas puede retrasar el diagnóstico de celiaquía

**LORENA FERRO**  
Barcelona

Retirar el gluten de la dieta por la sospecha de ser celíaco pero sin pruebas que lo avalen puede ser incluso contraproducente para un posible diagnóstico de esta enfermedad. Es una de las advertencias que ha hecho el Colegio Ofi-

cial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad Valenciana (CODiNuCoVa), que avisa que hacer una restricción de gluten sin pruebas que avalen su necesidad puede provocar déficits nutricionales y dificultar una correcta valoración del caso. Además, puede acabar empeorando la relación con la comida por hacer restricciones severas.

El mundo de las redes está lleno de supuestos profesionales dando directrices de cómo actuar frente al gluten, advierten los nutricionistas. Se ha popularizado la idea de que es perjudicial para cualquier persona, pero en personas sanas no hay "evidencia científica que justifique eliminarlo", explica Lis Zamora, dietista-nutricionista experta en celiaquía y vocal del

CODiNuCoVa. Además, ante la sospecha de celiaquía no funciona el autodiagnóstico.

Una serología (analítica que mide anticuerpos) y una biopsia son las pruebas que sirven para detectar si nos encontramos frente a un caso de celiaquía. Pero acudir a la consulta habiendo retirado el gluten puede acabar retrasando un posible diagnóstico varios meses. "Si dejo de consumir gluten, la cantidad de anticuerpos que produce el organismo y que detecta la analítica puede ser bajo", avisa la nutricionista. Y esto o una prueba negativa puede originar que se de-

je de indagar ante la falta de indicios. Lo mismo sucede con la biopsia, advierte Zamora, porque la restricción de gluten provocará que el especialista no vea daño en el intestino y descarte la celiaquía. Retirar el gluten antes de acudir al médico puede retrasar el diagnóstico meses e incluso años. El tiempo medio para diagnosticar la celiaquía en adultos en España se encuentra en torno a siete años.

"Nos encontramos especialmente con mujeres adultas preocupadas por su salud, que presentan molestias digestivas inespecíficas y que, influenciadas por