

Alimentos que suelen estar genéticamente modificados

Cada vez se habla más de los alimentos modificados genéticamente, ahora que sabemos que los científicos son capaces de aislar genes específicos y que pueden insertarlos en los organismos, especialmente en los cultivos de alimentos. Las razones aducidas para estas prácticas van desde el aumento de las cosechas, la consecución de cultivos más resistentes a las infecciones y plagas, o incluso la inyección de nutrientes adicionales y vitaminas. Sin embargo, la práctica de la ingeniería genética en los cultivos es un arma de doble filo al tratarse de una interferencia en la naturaleza que daña los ecosistemas, ya que además de eliminar las amenazas objetivo también acaba con otros eslabones en la cadena de la biodiversidad. Aunque ya hay estudios que prueban que el consumo de alimentos GM a largo plazo reduce la fertilidad en ratones, el efecto sobre la salud humana sigue siendo tema de controversia que requiere más tiempo para demostrar su existencia. Un riesgo que, queramos o no, si no nos alimentamos exclusivamente de comida ecológica, estamos obligados a correr porque los ingredientes modificados están por todas partes y no necesariamente aparecen en las etiquetas.



Maíz

El maíz está por todas partes y España es un gran productor de este cereal genéticamente modificado. El destino del maíz es tan variado como las palomitas y quicos para los niños, cerveza, alimento para ganado, harina, margarinas, aderezos de ensalada y cualquier producto que contenga jarabe de maíz. Y si bien buena parte del maíz transgénico no tiene como destino directo el consumo humano, a lo largo de la cadena producción-elaboración-consumo resulta muy difícil establecer un coto y saber con certeza cuándo y cómo entra en nuestro organismo. En primer lugar, porque mediante la polinización aérea el maíz GM corrompe los cultivos cercanos no



modificados (fuente: Quist and Chapela) y porque consumimos los productos derivados de animales alimentados con él.

El maíz transgénico Bt, desarrollado para producir un veneno que aleja el barrenador, también mata insectos que sirven de alimento a otras especies y larvas de mariposa que se alimentan de su polen, con lo que se rompe el equilibrio del ecosistema, según un estudio de Cornell University.

Soja

De todos los cultivos, el de soja es el más modificado. En 2007, más de la mitad de la soja del mundo procedía de cepas modificadas genéticamente. La soja se modifica con varios propósitos. Principalmente para mejorar su resistencia a insectos y hongos, y también para enriquecer sus vitaminas, materia grasa y proteínas y utilizarla después en la alimentación animal. La soja es también esencial para la creación de sustancias químicas de uso farmacéutico.

Dado que la soja es uno de los cultivos más fuertemente modificados (y uno de los más utilizados en aditivos alimentarios) es probable que cuando la etiqueta incluye la soja, ésta proceda de material genéticamente modificado. No nos referimos sólo al tofu y la leche de soja, sino a todos los alimentos que incluyen ingredientes derivados de soja. Alimentos tan básicos y comunes como el pan, cereales, helados y chocolate.

Leche

Uno de los alimentos GM más controvertidos es la hormona de crecimiento bovino rBGH, que se sintetiza a partir de bacterias modificadas genéticamente. Produce mayores rendimientos de leche al mantener las células productoras vivas de la vaca durante más tiempo de lo normal. Aunque no existe una diferencia oficial entre la leche rBGH y la leche normal, los críticos señalan que las vacas rBGH son más propensas a la enfermedad, lo que implica mayores concentraciones de antibióticos bovinos que se filtran a la leche (fuente: Epstein).

Hay divisiones sobre la seguridad de la leche procedente de vacas a las que se les han inyectado hormonas de crecimiento rBGH que, en principio, son ilegales en la Unión Europea y Australia, aunque sí están permitidas en los Estados Unidos. Con todo, la opción de leche ecológica es la más segura, porque es garantía de que el ganado tampoco ha sido alimentado con pienso GM.

Aceite de colza

El aceite de colza, también conocido como aceite de canola (nombre derivado de "Canadian oil, lowacid"), es uno de los cultivos en los que más se utiliza la ingeniería genética. En el oeste de Canadá, el 80 por ciento de los cultivos de canola son de origen transgénico (Canola Council). Utilizada para alimento animal, la colza se modifica para que sea más resistente a ciertos herbicidas. Sin embargo, la colza GM puede transferir su resistencia a su alrededor y convertir en inútiles a los plaguicidas.

Un aspecto preocupante de la colza genéticamente modificada es que produce uno de los principales pólenes utilizados por las abejas para fabricar la miel. Científicos alemanes comprobaron que un tercio del polen en la miel canadiense procedía de

colza GM, lo que significa que toda la miel que sale de Canadá (a menos que la etiqueta especifique lo contrario) podría calificarse como GM (fuente: GMO Compass).

El aspartamo

El aspartamo es un edulcorante artificial 200 veces más potente que el azúcar. A pesar de que técnicamente es una sustancia artificial y no se produce en la naturaleza, el aspartame es el resultado de una combinación de dos aminoácidos naturales. Dos especies diferentes de bacterias producen estos ácidos, y en algunos casos, una de las bacterias se modifica a fin de impulsar el rendimiento.

¿Es por tanto peligroso el aspartamo? El aspartamo en sí no contiene material genético, pero el debate sobre su seguridad sigue abierto. En algunos países está prohibida su utilización para el consumo humano. De momento, las ratas de laboratorio alimentadas con aspartamo tienen tasas más altas de linfomas y leucemias, que las que no lo consumen (fuente: Associated Press) y es un edulcorante habitual en refrescos y en postres bajos en calorías.

