

با اسم دوست

آلینامه‌های زیست‌محیطی در مواد غذایی

الهام عماری

ماره ۳۰ خرداد ۱۳۸۵ : ۵۶۶۶۷.۶



آلاینده‌های زیست‌محیطی در مواد غذایی

نویسنده: الہام عماری

ناشر: انتشارات قلم مہر

شایک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۹۴-۱۵-۱

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: پیشگام

قیمت: ۲۰۰۰ تومان

چکیده

زمانی بود که دغدغهی مردم فقط غذا خوردن بود اما با پیشرفت علم و بالا رفتن سطح سواد و زندگی مردم کم کم توجه ها به این موضوع جلب شد که تنها خوردن مهم نیست. امروزه واژه ی غذای سالم دیگر جایگزین لغت غذا شده است و هیچ دولتی قبول نمی کند با موادغذایی آلوده شکم مردم خود را سیر کند. اما همیشه متقلبانی نیز هستند که برای سودجویی حاضرند هر چیزی را دست مردم بدهند. یکی از راهبردهای مهم توسعه ی کشاورزی در کشور، ارتقای سطح سلامت جامعه و تحقق شعار پیشگیری مقدم بر درمان است. امروزه اثبات شده است غذای ناسالم زمینه ساز بسیاری از بیماری ها است. همچنین احتمال دارد بروز انواع سرطان ها به دلیل آلودگی های شیمیایی و بیولوژیک موادغذایی باشد. تغذیه نامتعادل گیاهان منجر به سوءتغذیه در انسان می شود. پزشکان معتقدند ریزش مو، بداخلاقی، سرماخوردگی های مزمن، افسردگی، کم خونی، ایمنی پایین بدن و سرطان از علائم تغذیه با مواد آلوده است. مطالعاتی که طی سال های مختلف در زمینه آلودگی های میکروبی و شیمیایی مواد غذایی در کشور انجام شده، بیانگر چالش های جدی در وضع سلامت موادغذایی است. البته به این عوامل باید فلزات سنگین را نیز افزود.

کلیدواژه: غذای سالم، آلاینده های زیست محیطی، سلامت مواد غذایی، فلزات سنگین.

فهرست مطالب

۱	فصل نخست: ضرورت تحقیق
۲	۱-۱ بیان مسئله و سوالات تحقیق
۳	۲-۱ ضرورت تحقیق
۴	۳-۱ هدف از تحقیق
۵	فصل دوم: غذا
۶	۱-۲ غذا
۹	۲-۲ اهمیت غذا
۱۰	۳-۲ چگونگی ودگی موادغذایی در طبیعت
۱۰	۱-۳-۲ آلودگی آبهای گیاهان
۱۱	۲-۳-۲ آلودگی موادغذایی توسط حیوانات
۱۲	۳-۳-۲ آلودگیهای موادغذایی بر روی آبهای آلوده و مواددفعی
۱۳	۴-۳-۲ آلودگی موادغذایی بوسیله خاک
۱۳	۵-۳-۲ آلودگی موادغذایی بوسیله هوا
۱۳	۴-۲ فساد و آلودگی موادغذایی
۱۵	۵-۲ عوامل آلودگی و فساد موادغذایی
۱۶	۱-۵-۲ عوامل بیولوژیک
۲۳	۲-۵-۲ عوامل فیزیکی
۲۴	۳-۵-۲ عوامل مکانیکی
۲۵	۴-۵-۲ عوامل شیمیایی و بیوشیمیایی
۲۷	۶-۲ آلودگیهای شیمیایی موادغذایی
۲۷	۱-۶-۲ مواد مغذی
۲۷	۲-۶-۲ موادی که مانع اثر آنزیمهای گوارشی می شوند
۲۷	۳-۶-۲ ترکیباتی که مانع جذب برخی موادمغذی می شوند
۲۸	۴-۶-۲ گیاهان سمی یا سموم طبیعی موجود در موادغذایی

۳۴	۷-۲ بیماری‌های ناشی از غذا
۳۴	۱-۷-۲ مسمومیت‌های غذایی
۳۵	۲-۷-۲ عفونت‌های غذایی
۳۵	۳-۷-۲ حساسیت‌های غذایی
۳۵	۴-۷-۲ عدم تحمل غذایی
۳۷	۸-۱ مراقب بهداشتی وجود آلاینده‌های مواد غذایی
۳۸	۲-۱ مسمومیت با مواد شیمیایی
۳۹	۱-۹-۲ مومت با نیترات‌ها و نیتريت‌ها
۳۹	۲-۲ مسمومیت با سموم دفع آفات گیاهی
۴۰	۳-۹-۲ مسمومیت با فلزات سنگین
۴۲	۱۰-۲ تفاوت میان افزودنی‌های غذایی و آلاینده‌های فلزی
۴۳	۱۱-۲ اصول کلی نگهداری مواد غذایی
۴۳	۱-۱۱-۲ استفاده از سردخانه
۴۴	۲-۱۱-۲ کنسرواسیون
۴۵	۳-۱۱-۲ خشک کردن
۴۵	۴-۱۱-۲ تغلیظ و افزایش فشار اسمزی
۴۶	۵-۱۱-۲ استفاده از نمک
۴۶	۶-۱۱-۲ روش‌های دیگر
۴۶	۱۲-۲ اصول و روش‌های نگهداری مواد غذایی
۴۹	بحث و نتیجه‌گیری
۵۱	مراجع مورد استفاده در کار حاضر