

## El 100 % de estos productos de avena tenía glifosato

Análisis escrito por [Dr. Joseph Mercola](#)

✓ Datos comprobados

### HISTORIA EN BREVE

- › En las pruebas realizadas por la organización Amigos de la Tierra (FOE, por sus siglas en inglés), se encontró que el 100 % de las muestras de cereales de avena analizadas contenían residuos de glifosato, el ingrediente activo del herbicida 'Roundup'
- › El promedio de las concentraciones de glifosato en las muestras de cereales fue de 360 partes por mil millones (ppb), que según la FOE es más del doble del límite de seguridad establecido por los científicos del Grupo de Trabajo Ambiental (EWG, por sus siglas en inglés) para evitar el riesgo de cáncer de por vida en los niños
- › El EWG probó otras 28 muestras de cereales y alimentos a base de avena que se comercializan para ser consumidos por los niños y descubrió que había glifosato en todas las muestras analizadas, entre las cuales 26 estaban por encima del límite saludable de referencia del EWG que es de 160 ppb
- › La razón principal por la cual los residuos de glifosato existen en la avena es porque los agricultores rocían las plantas con glifosato poco antes de su cosecha, lo cual termina con el cultivo y acelera su proceso de desecación

Los alimentos a base de avena, como la avena instantánea, cereales y pan, son considerados por muchos como una adición saludable a su alimentación, pero si va a consumir tales alimentos debe saber que lo más seguro es que también esté consumiendo residuos de herbicida.

En las pruebas realizadas por la organización Amigos de la Tierra (FOE, por sus siglas en inglés), se encontró que el 100 % de las muestras analizadas de cereales de avena

contenían residuos de glifosato, el ingrediente activo del [herbicida 'Roundup'](#).

Si bien hay múltiples razones para reconsiderar el valor que la avena aporta a la salud, como su [contenido de lectina](#), el uso desenfrenado de glifosato en este cultivo como agente desecante previo a su cosecha debe tomarse muy en serio ya que provoca contaminación por glifosato.

## **Todos los cereales de avena contenían glifosato**

La FOE, en un esfuerzo por descubrir cuántos pesticidas y residuos de herbicidas se encuentran en los alimentos de consumo cotidiano, analizó los cereales, frijoles y otros productos de marca propia de los cuatro principales minoristas de alimentos en los Estados Unidos: Walmart, Kroger, Costco y Albertsons/Safeway.

En total, se analizaron 132 muestras de productos de marca propia de más de 30 tiendas ubicadas en 15 estados de los Estados Unidos. En los resultados, descubrieron residuos de glifosato y pesticidas (neonicotinoides y [organofosfatos](#)), y al final se encontró que en el 100 % de las muestras analizadas de cereales de avena y frijol pinto había glifosato.

El promedio de las concentraciones de glifosato en las muestras de cereales fue de 360 partes por mil millones (ppb), que según la FOE es más del doble del límite de seguridad establecido por los científicos del Grupo de Trabajo Ambiental (EWG, por sus siglas en inglés) para evitar el riesgo de cáncer de por vida en los niños.

Incluso algunas de las muestras de cereales contenían concentraciones de residuos que llegaban hasta los 931 ppb.

En cuanto al frijol pinto, se encontraron concentraciones de hasta 1 128 ppb, aunque en promedio la concentración de glifosato fue de 509 ppb, es decir, 4.5 veces más altos que el límite de referencia del

EWG para evitar el riesgo de cáncer de por vida en los niños. Según la FOE:

*"El EWG determinó que el consumo de 0.01 miligramos de glifosato por día constituye un riesgo de cáncer de 1 en un millón.*

*Para alcanzar esta dosis máxima, uno tendría que comer una porción de 60 gramos de cereal de avena con una concentración de glifosato de 160 ppb o una porción de 90 gramos de frijol pinto con una concentración de glifosato de 110 ppb".*

## **Los alimentos a base de avena para niños que contienen glifosato**

El EWG también solicitó que se realizaran pruebas con laboratorios independientes para determinar cuánto glifosato está al acecho en el suministro de alimentos de los Estados Unidos.

En total, 43 de los 45 productos alimenticios elaborados con avena cultivada de manera convencional contenían glifosato, de los cuales 31 contenían concentraciones mucho más elevadas de las que los científicos del EWG consideran como seguras para la salud de los niños.

Algunos ejemplos de alimentos con concentraciones detectables de glifosato incluyen la avena instantánea de Quaker Dinosaur Eggs, los [cereales Cheerios](#), las barras de granola de Nature Valley, la avena cortada al acero de Quaker y la granola de Back to Nature.

Además, de 16 productos de avena orgánicos, 5 contenían glifosato, aunque en concentraciones menores al límite saludable de referencia del EWG que es de 160 ppb.

Se realizaron pruebas de seguimiento con otras 28 muestras de cereales y otros alimentos a base de avena comercializados para ser consumidos por los niños y se encontraron con que había glifosato en todas las muestras analizadas, de las cuales 26 tenían concentraciones superiores al límite saludable de referencia del EWG.

El glifosato fue detectado en productos como los cereales Cheerios de la marca General Mills y en una enorme cantidad de productos de la marca Quaker, como su avena instantánea, cereal para el desayuno y barras de snack. La concentración más alta de glifosato (2837 ppb) se encontró en el cereal de Quaker Oatmeal Squares. Según el EWG:

*"Estos resultados de las pruebas van en contra de las afirmaciones de las dos compañías, Quaker y General Mills, que han dicho que no hay razón para preocuparse. Estas afirmaciones se deben a que, según ellos, sus productos cumplen con los estándares legales.*

*Sin embargo, casi todas las muestras analizadas por el EWG tenían residuos de glifosato en concentraciones superiores a las que los científicos del EWG consideran seguras para la salud de los niños dentro de un margen adecuado".*

## **¿Por qué la avena tiene residuos de glifosato?**

En los Estados Unidos, cada año se usan casi 136 millones de kilos de glifosato, sobre todo en la región del medio oeste debido a la producción masiva de soya y **maíz transgénicos**. De hecho, más del 90 % de los cultivos de maíz y soya en los Estados Unidos son transgénicos, lo cual es preocupante ya que es común encontrar estos ingredientes en los alimentos procesados.

Tal vez la avena no sea transgénica, pero sí es una fuente común de residuos de glifosato precisamente porque este producto químico se usa como agente desecante en muchos cultivos que no son transgénicos. En las regiones más frías del norte, los agricultores de trigo, avena y cebada deben esperar a que sus cultivos se sequen antes de poder cosecharlos.

En lugar de esperar un par de semanas para que esto ocurra de manera natural, los agricultores se dieron cuenta de que podían rociar las plantas con glifosato para así terminar con las cosechas y acelerar su proceso de desecación.

En algunos casos, puede haber una mayor contaminación de glifosato en alimentos que no son transgénicos en comparación con los cultivos que sí lo son, ya que son rociados con este químico poco antes de convertirlos en cereal, pan, galletas y más.

Investigadores de la Facultad de Medicina de la Universidad de California en San Diego escribieron en el *Journal of the American Medical Association* que el 'Roundup' "se aplica como agente desecante a la mayoría de los cereales sin modificaciones genéticas".

Por lo tanto, sin importar su origen, el glifosato "se encuentra en los cultivos una vez que llega el momento de la cosecha", y esto aplica tanto para los cultivos transgénicos como para los cereales que no han sido genéticamente modificados.

Por otro lado, los frijoles también se desecan por medio del glifosato, lo cual explicaría por qué las pruebas de la FOE encontraron dichos residuos en todas las muestras analizadas de frijol pinto.

El glifosato es el único herbicida sistémico que ha sido registrado por su uso previo a la cosecha de frijoles secos.

Cuando se aplica antes de la cosecha, el glifosato se desplaza a través de las plantas, tanto a sus áreas de crecimiento como a sus estructuras de almacenamiento (incluyendo las raíces y las semillas), para inhibir a la enzima conocida como EPSP sintasa, lo cual evita la producción de ciertos aminoácidos y desvía la energía de los procesos esenciales de la planta.

Este proceso afecta a toda la planta causando la muerte y necrosis de la materia verde. De hecho, a pesar de no ser un verdadero agente desecante, de acuerdo con un artículo publicado por la Alliance of Crop, Soil, and Environmental Science Societies, el glifosato es el "*producto preferido de muchos productores de frijoles secos*".

Sin embargo, este artículo enfatiza que el momento de la aplicación es crucial para prevenir el exceso de residuos de herbicida en el producto final y declara que:

*"Ya sea que este herbicida se aplique solo o con otros desecantes, el tiempo de aplicación debería retrasarse para limitar la acumulación de glifosato en la*

*semilla de frijol... No obstante, la desecación es una ciencia que requiere de delicadeza.*

*Sin importar qué productos sean usados, los agrónomos y productores deben garantizar una aplicación adecuada para maximizar la eficacia del desecante en tanto que limiten los impactos negativos en la calidad, incluyendo las inaceptables concentraciones de residuos de herbicidas".*

## **El glifosato y sus riesgos para el embarazo**

El uso de herbicidas está aumentando en el medio oeste de los Estados Unidos, donde los cultivos de maíz y soya son abundantes, y los investigadores están preocupados debido a que esta exposición podría dañar a las mujeres embarazadas y niños que habitan en esa área.

En un estudio que se realizó con mujeres embarazadas ubicadas en el estado de Indiana, se detectó glifosato en la orina del 93 % de las participantes, entre las cuales los niveles más altos se encontraron en aquellas que vivían en áreas rurales y en aquellas que consumían bebidas con cafeína en porciones de 24 onzas o más al día.

Además, las concentraciones más altas de glifosato en la orina de las mujeres se asociaron en gran medida con una reducción en su periodo de embarazo.

El Dr. Paul Winchester, autor de este estudio, director médico de la unidad de cuidados intensivos neonatales del Hospital Franciscan St. Francis y profesor de pediatría clínica en el Riley Hospital for Children en Indiana, dijo lo siguiente en un comunicado de prensa:

*"En nuestro estudio, el cual sigue en marcha, las madres con mayores concentraciones de glifosato tenían más probabilidades de tener embarazos más cortos y dar a luz a bebés con menor peso, es decir, resultados que deberían ser preocupantes para todos.*

*Los embarazos más cortos en lo que los bebés han nacido con menos peso se han relacionado con una menor capacidad cognitiva en el futuro y un mayor riesgo de sufrir un síndrome metabólico".*

En cuanto al incremento en los niveles de glifosato entre los residentes rurales, de los cuales ninguno era agricultor ni tenía una relación directa con la aplicación del 'Roundup', se cree que la exposición puede deberse a la inhalación de aire o polvo contaminado.

También es posible que el consumo de bebidas con cafeína se asocie con niveles más altos de glifosato debido a que algunas bebidas que contienen cafeína, como el café, té y sodas, pueden contener residuos de glifosato. Sin embargo, el estudio no realizó esta prueba en particular.

## **Es posible que hasta los pañales contengan glifosato, lo cual podría representar riesgos a largo plazo**

Un estudio francés sobre pañales desechables reveló que había concentraciones de glifosato en sus materiales, junto con otros 60 productos químicos.

Aunque los niveles de glifosato eran bajos, la Agencia Francesa de Seguridad Sanitaria del Medioambiente y el Trabajo dijo que este y otros productos químicos "se pueden trasladar a la orina y entrar en contacto prolongado con la piel de los bebés".

Esta agencia les dio un ultimátum de 15 días a los fabricantes de pañales para desarrollar un plan de acción con el fin de eliminar estas sustancias dañinas de los productos.

Aunque no se mencionó cuáles fueron las marcas analizadas, se dice que son una representación de lo que ocurre en el mercado y que varias de ellas se venden en muchos otros países. A pesar de que la agencia sugiere que esto no representaba un riesgo inminente, sí dijo que podría tener consecuencias a largo plazo:

*"A la fecha, no existe algún estudio epidemiológico que nos permita probar los efectos relacionados con el uso de los pañales. Sin embargo, sí se han encontrado peligrosas sustancias químicas en ellos... existe evidencia de que varias sustancias han cruzado los umbrales de seguridad.*

*Hoy en día, y por lo que sabemos hasta ahora, no es posible descartar que haya riesgos relacionados con el uso de pañales desechables".*

## **Los alimentos orgánicos reducen el riesgo de cáncer**

En 2015, el Centro Internacional de Investigaciones sobre el Cáncer (IARC, por sus siglas en inglés) determinó que el glifosato es un "posible cancerígeno".

Para agosto de 2018, los miembros del jurado dictaminaron que Monsanto (que había sido adquirida por Bayer en junio de 2018) debía pagar 289 millones de dólares en daños a DeWayne "Lee" Johnson, un ex jardinero escolar, quien afirmó que el uso del herbicida 'Roundup' fue el causante de su cáncer terminal.

Más adelante la compensación se redujo a 78 millones de dólares, y lo peor es que no se trata de un caso aislado. Miles de personas en los Estados Unidos han presentado demandas legales alegando que el herbicida 'Roundup' de la marca Monsanto, así como otros más, provocó que desarrollaran cáncer debido a su contenido de glifosato.

Existen muchas vías de exposición para este posible cancerígeno, incluso a través de su agua potable, pero uno de los más relevantes es la alimentación. Este estudio también encontró que los residuos de organofosfato, otro pesticida con el potencial de ser cancerígeno, estaban muy difundidos en las muestras analizadas de puré de manzana, manzanas y espinacas.

Una forma sencilla de evitar estas toxinas es **consumir alimentos orgánicos** y las investigaciones demuestran que hacer esto podría reducir su riesgo de cáncer.

En un estudio realizado con casi 70 000 adultos, aquellos cuya alimentación se basaba en alimentos orgánicos tenían un menor riesgo de padecer un **linfoma no Hodgkin** y



cáncer de mama posmenopáusico en comparación con aquellos que rara vez o nunca comieron alimentos orgánicos.

## **La EPA solicitó prohibir el uso de glifosato como desecante**

Elegir productos de avena orgánica puede ser esencial para evitar el glifosato, ya que los estudios del EWG sugieren que las concentraciones de glifosato pueden ser más altas en los productos de avena que en los de trigo y maíz.

Además, la "exposición alimenticia real" no se limita a los productos de avena. Los niños (y los adultos) están expuestos al glifosato por medio de diversas fuentes, cuyos efectos pueden ser devastadores.

El EWG y otros grupos de consumidores han solicitado a la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos que reduzca la cantidad de residuos de glifosato permitidos en la avena de 30 ppm a 0.1 ppm, además de prohibir el uso del glifosato como desecante previo a la cosecha.

De hecho, el límite de 0.1 ppm para el glifosato en la avena era el límite legal en 1993. Desde entonces ha aumentado 300 veces en respuesta a una petición de Monsanto en la época en que los agricultores comenzaron a usar el glifosato de forma generalizada como desecante al final de la temporada.

Si le preocupan los residuos de glifosato en su comida, puede ayudar a generar un cambio contactando a las compañías que fabrican sus alimentos. Hágales saber que prefiere los alimentos sin residuos de glifosato y que, si es necesario, está dispuesto cambiar de marca para encontrarlos.

Además de expresar su opinión a las compañías de alimentos, comuníquese con la EPA y aliéntelos a restringir las aplicaciones de glifosato antes de la cosecha con el fin de reducir las cantidades de este químico tóxico que ingresan al suministro de alimentos.

## **Fuentes y Referencias**

---

- [Friends of the Earth, Toxic Secret](#)
- [EWG August 15, 2018](#)
- [EWG October 24, 2018](#)
- [Environmental Health201817:23](#)
- [JAMA. 2017;318\(16\):1610-1611](#)
- [Alliance of Crop, Soil, and Environmental Science Societies, The science and art of dry bean desiccation August 2016](#)
- [The Organic & Non-GMO Report April 5, 2017](#)
- [The Guardian January 23, 2019](#)
- [The Guardian August 11, 2018](#)
- [NPR November 1, 2018](#)
- [JAMA Intern Med. 2018;178\(12\):1597-1606](#)
- [EWG Petition September 27, 2018](#)
- [Sustainable Pulse September 28, 2018](#)