

SẢN XUẤT LOẠI GẠO CÓ BỔ SUNG THÊM CHẤT SẮT

Hiện nay, khoảng 3,5 tỷ người trên toàn thế giới ăn uống thiếu chất sắt, vậy nên việc bổ sung chất sắt vào các thực phẩm thông dụng là cách để phòng ngừa việc thiếu vi chất này.

Trong nhiều năm qua, các nhà khoa học đã rất nỗ lực tìm cách đưa c

Hiện nay, khoảng 3,5 tỷ người trên toàn thế giới ăn uống thiếu chất sắt, vậy nên việc bổ sung chất sắt vào các thực phẩm thông dụng là cách để phòng ngừa việc thiếu vi chất này.

Trong nhiều năm qua, các nhà khoa học đã rất nỗ lực tìm cách đưa chất sắt vào các giống lúa mì và ngô, song bổ sung vi chất này cho gạo lại là một vấn đề lớn.

Các nhà dinh dưỡng học nhận thấy khó thêm chất sắt vào gạo mà không ảnh hưởng đến hình dạng bề ngoài hay mùi vị của gạo.

Nhà dinh dưỡng học Diego Moretti thuộc Đại học Wageningen tại Hà Lan và đồng nghiệp đã tiến hành thử nghiệm dùng loại gạo "giả" làm từ bột gạo có bổ sung thêm chất sắt.

Cụ thể, nhóm nghiên cứu xay gạo, trộn thêm chất sắt và sau đó dùng máy đập lại thành những hạt gạo không khác gì so với gạo địa phương.

Phương pháp từng bị coi là "ngớ ngẩn" này lại có kết quả và đã được áp dụng thí điểm.

Ảnh minh họa: Wordpress

Tạp chí Dinh dưỡng của Mỹ cho biết trong một công trình nghiên cứu từ năm 2006, ông Moretti và các đồng nghiệp đã trộn gạo giả có tăng thêm chất sắt vào gạo thật và dùng nấu cơm cho các trường học có trẻ em thiếu chất sắt tại Ấn Độ.

Kết quả theo dõi cho thấy tỷ lệ trẻ mắc bệnh thiếu máu ở những học sinh này đã giảm một nửa, trong khi những em vẫn ăn loại gạo thường, bệnh thiếu máu không được cải thiện.

Mặt khác, các em cũng không nhận biết được sự khác biệt giữa gạo được tăng cường chất sắt với gạo thông thường.

Theo nhà khoa học Mark Beinner thuộc Đại học Minas Gerais của Brazil, nếu được sản xuất đại trà ở mức độ công nghiệp, giá thành loại gạo có tăng cường chất sắt có tăng nhưng không đáng kể.

Ước tính giá một bao gạo 5kg chỉ tăng thêm từ 3% đến 5%. Còn nếu không làm gì cả, cái giá phải trả sẽ đắt hơn nhiều do chi phí chữa trị cho các em nhỏ bị bệnh thiếu máu rất lớn, chưa kể những biến chứng nghiêm trọng từ việc thiếu máu do thiếu sắt.

Người lớn thiếu chất sắt dễ sinh ra mệt mỏi. Còn với trẻ em, thiếu chất sắt dẫn đến nguy cơ dễ mắc các bệnh nhiễm trùng, giảm vận động và có thể cả khả năng học tập sau này.

Bà Jennifer Friedman thuộc Đại học Brown, làm việc trong lĩnh vực hộ sinh và sức khỏe trẻ em tại các nước đang phát triển, cho rằng việc bắt đầu sản xuất gạo tăng cường chất sắt là một bước khởi đầu quan trọng, song để thuyết phục mọi người chuyển sang ăn gạo có bổ sung chất sắt mới là chuyện khó.

Tổ chức phi lợi nhuận PATH đang nỗ lực quảng cáo mạnh cho loại gạo này tại Brazil, Colombia và Ấn Độ./.