

Luomu herättää tunteita

(Kirsi Hiekkala, Tiede, Keski-suomalainen 28.5.2012)

Luomuruoan terveellisyydestä verrattuna tavalliseen tuotantoon ei ole saatu yksiselitteistä tieteellistä näyttöä. Moni kuluttaja valitsee luomua puhtaasti tunnesyistä.

Luomuruoan ravintoainesisältö ei ole poikkeuksellinen niin sanottuun tehotuotettuun ruokaan verrattuna, kertoo ravitsemustieteen professori **Mikael Fogelholm**.

– On mahdoton sanoa, onko luomuruoan ravintoainekoostumus erilainen kuin muun ruoan. Jonkinlaisia tutkimuksia on tehty, mutta mitään vahvaa näyttöä suuntaan tai toiseen ei ole.

Tutkimustulokset ovat niin sanottuja hajatuloksia eli on tutkittu vain muutamaa ravintoainetta. Siihen, mikä vaikuttaa ruoan terveellisyyteen, ei ole näissä tutkimuksissa keskitytty.

– Merkittävämpää ravitsemuksen kannalta on muun muassa rasvan laatu ja kuitupitoisuus kuin se, paljonko ruoka-aine sisältää yksittäistä ravintoainetta.

Lisäksi täytyy muistaa, että tehotuotanto pystyy korvaamaan maaperän puutteita eli tehotuotetuilla elintarvikkeilla voi olla parempi ravintoainesisältö kuin luomutuotteilla.

– Ihmiset ehkä kuvittelevat luomun olevan terveellisempää ja arvioivat luomuruoassa olevan enemmän ravintoaineita, mutta se ei pidä paikkaansa, Fogelholm sanoo.

Kuluttajia kiinnostavat terveys ja ruoka. Fogelholmin mukaan moni ruoanostaja on kuitenkin ymmällään siitä, mikä on totta ja oikeasti tutkittua tietoa.

– Informaatioita tulee paljon enemmän kuin aikaisemmin ja usko asiantuntijoihin rapautuu, kun internetissä jaetaan omia kokemuksia tutkitun tiedon veroisena totuutena.

– On hyvä asia, että ruoka kiinnostaa. Joskus mopo kuitenkin karkaa käsistä, kun ilmenee ääri-ilmiöitä ja ruokaan suhtaudutaan lähes kuin uskontoon, Mikael Fogelholm toteaa.

”Suomalaiset syövät aivan liian vähän marjoja, hedelmiä ja kasviksia.

Kasvinjalostuksen dosentti Jussi Tammisola sanoo luomun terveellisyyden perustuvan lähinnä tehokkaisiin myyntipuheisiin, ei tosiasioihin.

Päinvastoin, luomuruoka on Tammisolan mielestä jopa merkittävä uhka kansanterveydelle.

– Suomalaiset syövät aivan liian vähän marjoja, hedelmiä ja kasviksia. Maailman terveysjärjestön suosituksista täyttyvät hädin tuskin puolet, vaikka hedelmät, kasvikset ja marjat olisivat ehdottoman tärkeitä rappeutumasairauksien, kuten sydän- ja verisuonisairauksien, muistisairauksien ja syövän, torjunnassa.

– Luomutuotteiden hinta on 2–6 kertaa kalliimpi kuin normaalisti viljeltyjen tuotteiden. Korkea hinta vähentää entisestään vihannesten ja hedelmien käyttöä. On tutkittu tosiasia, että kun vihannesten hinta nousee, niin niiden käyttö vähenee, sanoo Tammisola.

Tammisola on seurannut läheltä EU:n luomusäädösten tekoa ja sisältöä. Ja yllättynyt.

– Luomun aatteellinen ydin näyttää polveutuvan lähinnä vitalismista, jossa ajatellaan, että kemia ja fysiikka eivät riitä selittämään eliöiden elämää, osittain täydennettynä saman aikakauden homeopatialla, modernilla tähdistä ennustamisella ja viime vuosisadan joogalennolla.

– Biodynaaminen viljely on soveltavaa antroposofiaa, jossa uskotaan näkymättömien kosmisten voimien vaikuttavan maahan ja kasvillisuuteen. Siksi muun muassa kylvöajat sovitetaan taivaankappaleiden asentojen mukaan.

Tammisola ihmettelee, miksi maataloudessa pitäisi palata 200 vuotta taaksepäin ja unohtaa jo 1840-luvulla syntynyt biokemia.

– Esimerkiksi seleeniä on ei juuri ole Suomen maaperässä, joten sitä lisätään väkilannoitteisiin. Luomuviljassa on hyvin vähän seleeniä, ja jos joku syö pelkkää luomuruokaa, jää seleenin saanti niukaksi.

– Professori **Antti Aron** mukaan ihmisiä suuremmassa vaarassa ovat luomutilojen kotieläimet, joille seleenin puutos on todellinen terveysvaara, sanoo Jussi Tammisola.

Ruokaketjun ympäristövaikutuksia tutkitaan

Vastuullinen ruokaketju – hyvinvoiva kuluttaja -tutkimusalueen tutkimuspäällikkö **Juha-Matti Katajajuuri** Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksesta kertoo, että ravinnon osuus kulutuksen ympäristövaikutuksista on peräti 40 prosenttia.

– Olenaisempaa on, mitä ruokaa syödään kuin se, valitaanko luomu vai tavallinen tuote.

Useiden vuosien ajan on kehitetty yhtenäistä laskentatapaa, jolla voisi selvittää, millainen hiilijalanjälki ruokaketjusta syntyy alkutuotannosta kuluttajiin saakka.

Kestäviä ja vastuullisia kehityspolkuja etsitään kaikilla elintarviketuotannon aloilla, mutta erityisesti ympäristöä kuormittavilla liha- ja meijerisektoreilla pyritään lisäämään ekotehokkuutta.

– Hiilijalanjäljen yhtenäinen ja yksityiskohtainen laskentasuositus julkaistaan marraskuussa 2012. Se ei kuitenkaan päde luomutuotantoon, koska luomutuotannosta ei löydy riittävästi pitkäaikaista päästömittaustietoa, ja siksi luomun ominaispiirteitä on mahdotonta ottaa nykytietämyksellä riittävästi huomioon, sanoo Katajajuuri.

Ruokaketjun vastuullisuus koostuu seitsemästä eri osa-alueesta: taloudellinen vastuu, tuoteturvallisuus, ravitsemus, ympäristö, paikallisuus, työhyvinvointi ja eläinten hyvinvointi. Esimerkiksi energia- ja materiaalitehokkuus on yksi keino pienentää ympäristövaikutuksia ja samalla parantaa yritysten kilpailukykyä sekä säästää kustannuksissa.

Katajajuuri muistuttaa, että viljelijöitä ei saa syyllistää. Vastuullisempien toimintatapojen löytäminen ei ole helppoa. Maanviljelijä on säiden armoilla, joten säät ratkaisevat monta asiaa.

– Pitää tuntea kyseisen pellon koostumus, maaperän kasvukunto ja ravinteikkaus, jotta tietää, millaista lannoitusta, kalkitusta ja muokkausta tarvitaan. Naapurin pelolla voi olla ihan erilainen tilanne ja myös saman viljelijän tilan toisella pelto-ohkolla tarvitaan toisenlaisia toimenpiteitä.

– Tämä on monimutkainen asia. Eikä vieläkään löydy sellaista reilunkaupan merkkiä, joka takaisi suomalaiselle rukiinviljelijälle kunnon palkan.

<http://geenit.fi/KSML280512.pdf>