Cuộc Đối Thoại Với Một Nhà Độc Chất Học- Tôi nên biết gì về "hóa chất mãi mãi" trong hộp đựng thực phẩm mang đi?

Theo một thông báo từ FDA, một số loại "hóa chất mãi mãi" (còn được biết đến là PFAS, viết tắt của các chất per - và polyfluoroalkyl) sẽ không còn được sử dụng trong bao bì thực phẩm ở Hoa Kỳ. Chúng tôi muốn tìm hiểu thêm thông tin về thông báo từ FDA này và tình hình ở Tiểu bang Washington ra sao. Chúng tôi đã ngồi xuống với Tiến sĩ Shirlee Tan, Nhà Độc chất học Cao cấp tại Bộ phận Dịch vụ Y tế Môi trường của chúng tôi, để đặt một số câu hỏi.

Xin chào Shirlee, bà có thể bắt đầu bằng cách cung cấp cho chúng tôi một số thông tin cơ bản được không - PFAS là gì, và tại sao chúng lại gây lo ngại?

PFAS là một nhóm hóa chất được sử dụng trong rất nhiều sản phẩm tiêu dùng. Để đi sâu vào chuyên môn, các hóa chất này có liên kết flo-carbon và cực kỳ mạnh. Chúng không phân hủy, và gần như không thể phá hủy, đó là lý do tại sao chúng còn được gọi là "hóa chất mãi mãi."

Có rất nhiều loại PFAS mà chúng ta vẫn đang tìm hiểu. Nhưng giờ đây chúng ta biết là PFAS thực sự có hại. Chúng đã được liên kết với:

- ung thư (thận và tinh hoàn)
- tăng cholesterol và béo phì
- vô sinh
- giảm hiệu quả vắc-xin ở trẻ em
- sự chậm phát triển ở trẻ em, chẳng hạn như nhẹ cân khi sinh, dậy thì sớm hơn và thay đổi hành vi.

Vậy tại sao PFAS lại phổ biến như vậy? Chúng có liên quan gì đến bao bì thực phẩm mang đi?

PFAS rất phổ biến vì chúng tồn tại trong môi trường của chúng ta và không bị phá vỡ. Chúng có thể phục vụ nhiều mục đích sử dụng – ví dụ, do PFAS thực sự tốt trong việc ngăn dầu mỡ và nước dính vào sản phẩm, chúng đã được sử dụng trong bao bì thực phẩm để ngăn thực phẩm ướt và nhờn bị nhiễu ra và làm dơ bẩn.

FDA gần đây đã thông báo rằng PFAS sẽ không còn được sử dụng trong bao bì thực phẩm ở Hoa Kỳ nữa. Bà có thể cho chúng tôi biết thêm một chút về ý nghĩa của điều này và tình hình ở Washington ra sao không?

FDA đã công bố lệnh tự nguyện cấm sử dụng PFAS trong sản xuất bao bì thực phẩm. Về cơ bản, các công ty sản xuất vật liệu đóng gói thực phẩm đồng ý không sử dụng nó trong các vật liệu họ sản xuất. Trong nhiều trường hợp, điều này đã được thực hiện vì đã có rất nhiều hành động ở cấp tiểu bang để cấm PFAS, cũng như các sáng kiến tự nguyện từ các nhà bán lẻ, chuỗi thực phẩm và các doanh nghiệp khác.

Trên thực tế, Washington là tiểu bang đầu tiên cấm PFAS trong bao bì thực phẩm! (Chọn ngôn ngữ của quý vị trong khung màu xanh lá cây ở bên phải) Năm ngoái, các hạn chế mới đã có hiệu lực cấm PFAS trong giấy, bìa hoặc các vật liệu khác có nguồn gốc từ sợi thực vật. Điều này bao gồm hộp giấy đựng pizza, hộp giấy đựng thực phẩm, đĩa, bao gói thực phẩm, và đồ lót thực phẩm. Vào tháng Năm năm nay, sẽ có thêm các lệnh cấm PFAS đối với các vật liệu làm từ sợi thực vật như túi xách, vỏ bọc ngoài, tô và hộp đựng có nắp và không có nắp.

Lệnh cấm này được ban ra sau rất nhiều cuộc vận động từ những người quan tâm đến các sản phẩm này. Nó cũng được ban ra khi một số nhà sản xuất phát triển bao bì thực phẩm không chứa PFAS và các công ty khác bắt đầu mua những sản phẩm đó để lưu trữ thực phẩm.

Tuy nhiên, cho đến nay, các lệnh cấm này không bao gồm PFAS trong bao bì nhựa hoặc không phải bằng giấy - vì vậy các loại hộp đựng này vẫn có thể chứa PFAS.

Thật tuyệt khi biết điều này. Vậy thì, đến tháng Năm, tôi có thể tin rằng hộp đựng thực phẩm mang đi của tôi sẽ không có PFAS trong đó không?

Nhìn chung là vậy - ít nhất là đối với các hộp đựng có vật liệu làm từ thực vật, như vật liệu làm từ giấy và bìa cứng! Có thể mất một chút thời gian để các nhà hàng sử dụng hết các hộp đựng của họ. Dù vậy, vẫn còn rất nhiều bước mà quý vị có thể thực hiện để giảm tiếp xúc với PFAS và các hóa chất độc hại khác từ bao bì thực phẩm.

Ồ thú vị à - tôi có thể làm gì?

Đây là những gì tôi nói với bạn bè và gia đình của mình:

- Hãy hỏi nhà hàng thực phẩm mang đi yêu thích của mình để xem họ biết gì về PFAS. Yêu cầu họ sử dụng các hộp đựng mang đi được chứng nhận là không có PFAS. Khoa Sinh Thái (Department of Ecology) có tài liệu cho các doanh nghiệp để tìm các sản phẩm an toàn hơn và không có PFAS. (Trang này chỉ bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha)
- Khi quý vị nhận hộp đựng mang đi từ nhà hàng, bỏ thực phẩm vào một hộp khác khi về đến nhà – ví dụ, để vào một cái đĩa hoặc tô khi quý vị dùng bữa.
- Bảo quản và hâm nóng thực phẩm trong hộp thủy tinh tại nhà. Điều này sẽ giúp quý vị tránh được, không chỉ là PFAS, mà còn các hóa chất độc hại khác trong hộp nhựa. Những hóa chất này đặc biệt có thể lây lan sang thực phẩm khi được hâm nóng hoặc cho vào lò vi sóng.
- Các nghiên cứu đã phát hiện ra rằng nếu quý vị càng dùng nhiều thực phẩm mang đi bao nhiêu, thì quý vị càng có nhiều khả năng có lượng PFAS trong máu cao hơn bấy nhiêu. Vì vậy, nếu có thể, hãy dùng bữa trong nhà hàng hoặc cơ sở thực phẩm thay vì dùng thực phẩm mang đi.
- Mang theo một chai hoặc ly thủy tinh hoặc kim loại có thể tái sử dụng để tránh ly dùng một lần. Một số khu vực tài phán hiện có tính phí khi dùng ly uống nước dùng một lần, vì vậy quý vị thậm chí có thể tiết kiệm tiền!
- Tái sử dụng lọ thủy tinh! Sử dụng một chút cồn tẩy rửa sẽ giúp quý vị lấy nhãn hiệu đó ra ngay lập tức. Sau đó rửa lọ thì quý vị có thể dễ dàng tái sử dụng nó. Chúng rất tốt để bảo quản thực phẩm. Ví dụ, chúng tôi sẽ sử dụng lại các lọ thủy tinh đã từng có bơ đậu phộng trong đó. Chỉ cần nhớ rằng một số lọ có thể không an toàn cho lò vi sóng hoặc đông lạnh.

Những lời khuyên này sẽ giúp quý vị tránh PFAS và các hóa chất độc hại khác. Và, giảm lượng bao bì thực phẩm nhựa mà chúng ta sử dụng cũng giúp có một môi trường lành mạnh hơn. Điều này ngăn cản nhựa mới xâm nhập vào môi trường của chúng ta. Ngoài ra, cần rất nhiều năng lượng để làm hộp nhựa mới, vì vậy khi chúng ta hạn chế sử dụng chúng, chúng ta có thể giúp giảm lượng khí thải carbon góp phần gây ra biến đổi khí hậu.