



جزيئة الأسبوع: “البارابن”

لطالما سمعتم عن جزيئة “البارابن” أو صادفتم هذا الاسم في مكونات منتجاتكم اليومية كالأغذية، المنظفات، مستحضرات التجميل أو الأدوية. فهل تعلمون ما يمكن أن تسببه هذه الجزيئة من أضرار للمستهلك؟ ولماذا أصبحت هذه المواد مؤخرا تباع دونها؟

إعداد : صفاء شافي / تدقيق لغوي : مريم السهلاوي



توجد جزيئة البارابن أو ما يسمى باراهيدروكسي بينزوات ألكيل، في مجموعة من الفواكه والخضراوات (مثل الفراولة، المشمش...)، كما تستخدم في المواد الحافظة لبعض الأغذية والمضافات الغذائية في أخرى، كذلك توجد في مستحضرات التجميل والمنظفات (كالشامبو، موس الحلاقة، الجل، الكريمات المرطبة، مزيلات الروائح، المناديل المبللة...)، كما تدخل في تركيبة 400 دواء، حيث يلعب الميتيل و البروبيل بارابن دورا هاما متمثلا في فعاليتهما المضادة للميكروبات وسميتهما المنخفضة.

و تكمن خطورة جزيئة البارابن بالمقابل في كونها تخل بالتوازن الهرموني خصوصا الأستروجين، مما قد يتسبب في سرطان الثدي. كما أن العقم عند الرجال مرتبط باستهلاكها على المدى الطويل. أما الأطفال الصغار فهم أكثر عرضة لتأثير هذه الجزيئة التي قد تسرع من زيادة أوزانهم وبالتالي معاناتهم من السمنة في وقت لاحق، دون نسيان الحساسية التي قد تصيب بشرتهم.

لذلك يفضل تجنب استهلاك المنتجات التي تضم في لائحة مكوناتها جزيئة البارابن، خصوصا من طرف الأطفال في سنواتهم الأولى، فالوقاية تبقى دائما خيرا من العلاج.

المصادر: [2 1](#)

المراجع: [4 3 2 1](#)