

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Nga ushqimet te produktet e përditshme/ Cilat janë 129 substancat e klasifikuara si kancerogjene?
ADRESA	https://piranjat.al/lifestyle/nga-ushqimet-te-produktet-e-perditshme-cilat-jane-129-substancat-e-kla-i106551
BURIMI	piranjat.al
GJENDJA	online

KOHA

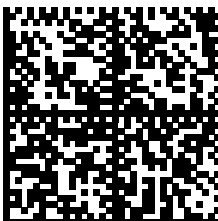
KAPUR NGA NE	29 shtator 2026, 08:53:24 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 900 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	29 shtator 2026, 08:29:00 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	550c4a9bc6853ee1512021d6ab894852f73ac59c889346913e95f8618a325279
TEKSTI	bad00cf8850aa7eb6d5260de31350b433c0b5287f8839e7877f2916ee653bbe9
PAMJA	5cc68df8e4b3225ee56181d61e4255e9207f13f2e55fcf12044fe7b6372bb2f5

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	4b2fca31d9156d626c18af0a864e2cb64cca66f2d6c9a03fdaaa32f23b167e5e
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	5542c6f376d7530e05241a95b291e64e02f5f89d799222f37a26423635f8fe31
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërën nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahazo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

<https://scan.stamles.eu/verify/4b2fca31d9156d626c18af0a864e2cb64cca66f2d6c9a03fdaaa32f23b167e5e>

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px



- [EDITORIAL](#)
- [EMISIONE](#)
- [INVESTIGIME](#)
- [AKTUALITET](#)
- [SOCIALE](#)
- [POLITIKË](#)
- [KOSOVA](#)
- [BOTA](#)
- [SHOWBIZ](#)
- [LIFESTYLE](#)
- [SPORT](#)

[SYRI LIVE](#)



Flash: [së futbollit](#), [Greqisë, pasi një futbollist](#) ■ [kancerogjene?](#) mbi Ka... ■ [ri të skandaleve](#) për shërbimet që lidhen me administrimin ■ [vrasje me paramendim](#) bashkëpunim me homolog&eu... ■ [kundër Ukrainës](#) së Veriut ndodhen aktualisht

[LIFESTYLE](#)

Nga ushqimet te produktet e përditshme/ Cilat janë 129 substancat e klasifikuara si kancerogjene?

Piranjat Përditësimi i fundit 29 Shtator 2026, 10:29



Në listën e substancave të klasifikuara si kancerogjene për njerëzit nga Agjencia Ndërkombëtare për Kërkimin mbi Kancerin (IARC), bëjnë pjesë 129 substanca të Grupit 1. Mes tyre janë edhe disa produkte dhe përbërje ndaj të cilave njerëzit mund të ekspozohen në jetën e përditshme.

Gjatë një konference kombëtare të organizuar nga AIL, Shoqata Italiane Kundër Leucemisë, Limfomës dhe Mielomës, mjeku dhe epidemiologu Franco Berrino dha disa këshilla për reduktimin e ekspozimit ndaj faktorëve të rrezikut.

Rritja e rasteve të kancerit është një shqetësim në rritje, veçanërisht te moshat e reja. Sipas të dhënave të paraqitura në konferencë, në grupmoshën 15–39 vjeç në Itali, numri i rasteve të kancerit u rrit nga rreth 10 mijë në 20 mijë gjatë periudhës 1995–2019.

Ndërkohë, në nivel global, sipas një studimi të IARC të publikuar në revistën shkencore CA: A Cancer Journal for Clinicians, gjatë vitit 2022 u regjistruan rreth 20 milionë raste të reja me kancer dhe 9.7 milionë vdekje.

Për vitin 2050, IARC parashikon më shumë se 35 milionë raste të reja në vit, një rritje prej rreth 80 për qind krahasuar me vitin 2022. Ndër faktorët që lidhen me këtë rritje janë plakja e popullsisë dhe ekspozimi ndaj faktorëve të rrezikut, përfshirë ndotjen e ajrit.

129 substanca në Grupin 1

Sipas klasifikimit të IARC, aktualisht janë 129 substanca në Grupin 1, të cilat janë klasifikuar si kancerogjene për njerëzit.

Në këtë grup përfshihen ndër të tjera duhani, azbesti, alkooli, mishi i përpunuar, radoni dhe elementë të tjerë radioaktivë, benzeni, formaldehidi, grimcat e imta të ndotjes së ajrit, emetimet e motorëve me naftë dhe disa metale të rënda.

IARC ka edhe kategori të tjera klasifikimi. Në Grupin 2A janë 96 substanca të konsideruara “ndoshta kancerogjene për njerëzit”, ndërsa në Grupin 2B janë 321 substanca të klasifikuara si “mundësisht kancerogjene për njerëzit”.

Në këto dy grupe përfshihen, ndër të tjera, substancat PFAS, glifosati, mishi i kuq, tymrat e saldimit, plumbi dhe rrezatimi ultraviolett.

Së fundmi, IARC e ka klasifikuar edhe pluhurin e talkut si “ndoshta kancerogjen për njerëzit”. Ndërkohë, rreth 500 agjentë të tjerë bëjnë pjesë në Grupin 3, që do të thotë se aktualisht nuk mund të klasifikohen për sa i përket kancerogjenitetit të njerëzit.

“Jemi të rrethuar nga një sasi e madhe helmesh”

Gjatë konferencës së AIL, mjeku dhe epidemiologu Franco Berrino theksoi se njerëzit janë të ekspozuar ndaj një numri të madh substancash dhe faktorësh mjedisorë.

Sipas këshillave të tij, një mënyrë për të reduktuar ekspozimin është zgjedhja e ushqimeve të freskëta, sa më pak të përpunuara dhe, kur është e mundur, organike.

Berrino theksoi gjithashtu rëndësinë e reduktimit të ekspozimit ndaj çrregulluesve endokrinë, si bisfenoli A dhe ftalatet. Këto substanca mund të ndërhyjnë në funksionimin e sistemit hormonal dhe janë objekt studimesh për efektet e tyre në shëndet.

Ndër këshillat e tjera të dhëna nga eksperti janë:

Mos vendosni ushaim të nxehtë në enë plastike.

*Ndërroni tiganët me veshje jo-ngjitëse kur ato gërvishten ose dëmtohen.
Zgjidhni letër furre pa bisfenol A.
Preferoni produktet e ruajtura në enë qelqi.
Konsumoni më shumë ushqime të freskëta dhe më pak produkte të përpunuara.
Kushtojini rëndësi aktivitetit fizik dhe mënyrës së përgjithshme të jetesës.*

Sipas Berrinos, ushqimi i freskët dhe zgjedhjet e kujdesshme në jetën e përditshme mund të ndihmojnë në reduktimin e ekspozimit ndaj disa faktorëve të rrezikut.

Në konferencën kombëtare të AIL u diskutua gjithashtu lidhja mes ndotjes së mjedisit dhe shëndetit, veçanërisht rrezikut për sëmundjet onkologjike.

Ekspertët theksuan rëndësinë e identifikimit të faktorëve të parandalueshëm dhe të politikave që synojnë mbrojtjen e shëndetit publik. Krahas faktorëve mjedisorë, edhe ushqyerja dhe aktiviteti fizik konsiderohen elementë të rëndësishëm në reduktimin e rrezikut për disa lloje kanceri.

Artikuj te sugjeruar

LIFESTYLE 29 Shtator06:59

[Kujdes sot! E marta 'ditë tersi' për këto shenja të horoskopit-Ja çfarë pritet të ndodhë](#)

Dashi Ata qe janë ne një lidhje do kalojnë një dite goxha te mire sot. As qe mendohet te ketë kriza, kështu qe do dashuroheni s...

LIFESTYLE 28 Shtator23:49

[7 shenja që mund të tregojnë rezistencë ndaj insulinës!](#)

ezenca ndaj insulinës mund të zhvillohet gradualisht dhe shpesh nuk jep shenja të qarta në fazat e para. Megjithatë, disa ndryshime ...

LIFESTYLE 28 Shtator23:03

[Java nis me tensione, Meri Shehu paralajmëron disa shenja: Përballje, debate dhe pasiguri](#)

Java e re nuk duket se do të jetë aspak e qetë në planin astrologjik. Astrologia Meri Shehu ka komentuar lëvizjet e planetëve dhe ...

LIFESTYLE 28 Shtator18:32

[Sipas profecisë së Baba Vangës, këto dy shenja të zodiakut presin fitime të mëdha në fund të 2026-ës](#)

Sipas profecisë së Baba Vangës, Luani dhe Akrepi mund të presin një bum të madh financiar dhe mundësi të shumta për...

LIFESTYLE 28 Shtator18:06

[Ku ishte Kopshti i Edenit? Harta e shekullit të 16-të “tregon” vendndodhjen e mundshme të Parajsës biblike](#)

Një hartë gati pesë shekuj e vjetër, e përfshirë në një Bibël të shekullit të 16-të, po ringjall nj&...

LIFESTYLE 28 Shtator14:25

[Ja çfarë duhet të dini për kujdesin e lëkurës gjatë dushit](#)

Kur bëhet fjalë për kujdesin ndaj lëkurës, zgjedhjet janë thuajse të pafundme. Por kur hyjmë në dush, dilema duke...

LIFESTYLE 28 Shtator07:00

[Horoskopi/ Dashuria, financat dhe surprizat që presin 12 shenjat e zodiakut gjatë ditës së sotme](#)

Dashi Ata që janë në një lidhje nuk duhet të nxitohen për asgjë. Për gjithçka do të bëjnë mir&e...

LIFESTYLE 27 Shtator23:51

[Sekreti për një gjumë më të mirë mund të jenë...?](#)

Një studim i ri shkencor ka zbuluar se një dietë e pasur me fibra dhe me shumëllojshmëri ushqimesh bimore mund të ndikojë dre...

LIFESTYLE 27 Shtator23:43

[Nuk negociojnë pagën e tyre, shenjat e Horoskopit që kanë pak miq](#)

Këto shenja të zodiakut nuk i lejojnë lehtë njerëzit e rinj në jetën e tyre, pasi paqja e brendshme është e panegoc...

LIFESTYLE 27 Shtator14:12

[Thonjtë e shkurtër rikthehen në modë, forma katrore që po dominon trendin](#)

Çdo javë shfaqen pafund modele të reja thonjsh dhe së fundmi, vëmendja po zhvendoset jo vetëm te ngjyrat dhe dizajnet, por edhe...

ME TE VIZITUARAT

BOTA 28 Shtator

[VIDEO tronditëse/ Oficeri i policisë në pension...](#)

Ali Sekeroğlu kishte bërë thirrje për pjesëmarrje në një demonstratë kundër pensioneve të pamjaftueshme, përme...

BOTA 28 Shtator

[Krimi horror/ Pedagogia 'Satana' copëtoi trupin...](#)

Është Nicole Formichetti, 46 vjeçe, pedagogia që jetonte në apartamentin në rrugën "Tommaso Gulli" në Tori...

AKTUALITET 28 Shtator

["Do të më vrasin bandat"/ Shqiptari fiton të dr...](#)

Një gjyqtar britanik i dha anonimitet një shtetasi shqiptar, i dënuar disa herë për vjedhje dhe që përballet me dëbimi...

INVESTIGIME 26 Shtator13:10

[Nga burgu në arrest shtëpie/ Eduard Limaj rikthehet në përndjekje të grave!](#)

Javën e shkuar ju folëm për dramën e një zonje 40-vjeçare, nënë e dy fëmijëve, e cila përndiqej nga 5...

video



PIRANJAT SHOW - SEZONI 10 EPISODI 2

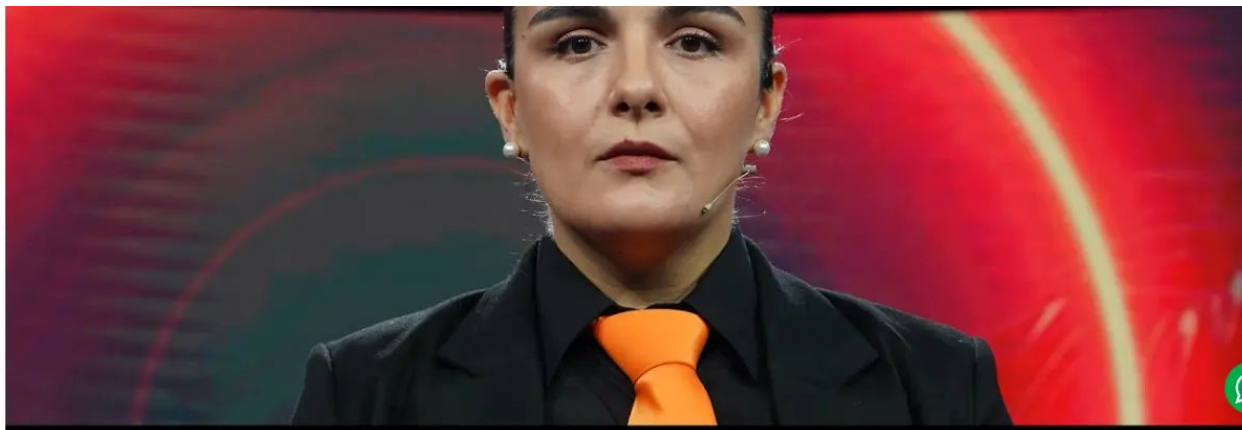


PIRANJAT SHOW - SEZONI 10 EPISODI 2



Nga burgu në arrest shtëpie: Eduard Limaj rikthehet te përndjekja e grave!





Pamja këtu është e ri-koduar për ta futur në dokument. Artefakti autoritar është skedari WebP i ruajtur, dhe hash-i i tij është ai i shtypur te faqja e parë — pra dallimi është i verifikueshëm, jo i fshehur.