



Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

L'inchiesta

Basilicata, sull'erbicida proibito
l'ombra degli impianti petroliferi

Bollette

Le migliori offerte
per evitare i rincari



SONO IN BANCA OGNI VOLTA CHE VOGLIO.

CON L'APP INTESA SANPAOLO MOBILE IL TUO STILE È DIGITALE

Gestire al meglio conti e spese, una navigazione ancora più intuitiva e nuovi servizi per semplificare le tue operazioni. Questa è la nuova **app Intesa Sanpaolo Mobile**, a disposizione di tutti i nostri clienti, anche quelli che provengono da UBI Banca.



Scopri di più su:
intesanpaolo.com



Scarica l'app

INTESA  SANPAOLO



Se anche i 5Stelle si convertono... sulla via delle lobby del biotech

Ve lo ricordate il Movimento 5 Stelle, la forza politica che più si opponeva all'ingresso e alla commercializzazione degli Ogm in Italia? Beh, forse rammentate male: una proposta di legge firmata da cinque deputati pentastellati ha chiesto di avviare la sperimentazione in campo aperto di coltivazioni trattate con l'editing del genoma, una tecnologia conosciuta anche come "Nuovi Ogm", anche se l'intervento nel Dna della pianta comporta delle differenze rispetto alla normale transgenesi.

Ad anticipare la notizia erano stati Crocevia e Associazione Rurale Italiana, Ong da sempre attente alla sostenibilità, alla biodiversità e alla sovranità alimentare. Confesso che quando abbiamo letto la loro denuncia siamo saltati sulle sedie. "La proposta di legge che abbiamo potuto leggere - scrivevano le Ong - si propone di accelerare le procedure per l'emissione in pieno campo di varietà vegetali ottenute in laboratorio con tecniche di genome editing (denominate Ngt, Nbt o Tea). Un fatto mai avvenuto finora per l'opposizione dei consumatori, degli agricoltori e delle organizzazioni ambientaliste e garantito da una legislazione nazionale dal 2000 (decreto Amato)". Un dietrofront politico firmato dal presidente della commissione Agricoltura Filippo Gallinella e dai deputati Chiara Gagnarli, Giuseppe L'Abbate, Luciano Cadeddu e Luciano Cillis.

E la conferma è arrivata puntuale il 15 dicembre scorso, con il deposito della proposta di legge.

Penserete che, sollecitati dai giornalisti sulla svolta biotech i nostri onorevoli si siano dimostrati imbarazzati... Null'affatto.

A Lorenzo Misuraca che ha sentito Luciano Cillis le risposte sono state quelle di una rivendicazione netta della proposta. "Continuiamo a essere contrari agli Ogm. Ma voglio chiarire che il movimento non è ascientifico e

pregiudizialmente contrario alla ricerca e alla sperimentazione" ha detto Cillis.

E ha aggiunto: "La differenza tra Ogm e Tea è che per i secondi la tecnica di selezione genetica è la stessa praticata da millenni dagli agricoltori, solo in tempi più brevi. Qui parliamo di cisgenesi, intervenire solo all'interno della pianta, al contrario della transgenesi dove si utilizzano pezzi di Dna di altri organismi".

Curioso come le ragioni dei proponenti suonino identiche a quanto da anni risuona dalla lobby del biotech che ora punta su questo nuovo editing genetico dopo aver visto fallire il progetto del vecchio transgenico.

In realtà - e non si tratta di teorie ascientifiche - con il cosiddetto "taglia e cuci" dell'editing genetico si creano anche delle modifiche non volute, le cosiddette *off target*, che nessuno va a verificare. Non solo. Finora gli esperimenti di questo tipo sono esattamente gli stessi fatti in passato con gli Ogm: aumentare la resistenza ai pesticidi per poter usare la chimica in campo senza problemi.

Può bastare a tranquillizzarci, per i deputati cinquestelle, il fatto che la sperimentazione nei campi sia affidata al Crea, un'agenzia governativa, e non alle industrie private? Ovviamente no, per una semplice ragione: perché la ricerca pubblica farebbe solamente da foglia di fico

(o da cavallo di Troia, decidete voi) ai tanti interessi industriali. Dando un'arma in più alla vera battaglia di BigBiotech: far passare in Europa il concetto che un vegetale o un animale ottenuto con l'editing genetico non è un Ogm. E dunque non deve essere distinguibile da un prodotto naturale. In poche parole non va etichettato. La battaglia su questo in Europa è aperta e si prevede una decisione entro il 2023. Ma evidentemente per qualcuno l'Italia dovrebbe fare da sola. Con buona pace di quello che è ancora un paese libero da Ogm.

La proposta di legge per aprire l'Italia alla sperimentazione in campo dei nuovi Ogm è pericolosa e miope

Anno 31 - Numero 1 - gennaio 2022

Direttore responsabile

Riccardo Quintili
riccardo.quintili@ilsalvagente.it

Vicedirettore

Enrico Cinotti
enrico.cinotti@ilsalvagente.it

Redazione

Valentina Corvino
valentina.corvino@ilsalvagente.it
Lorenzo Misuraca
lorenzo.misuraca@ilsalvagente.it

Via Ludovico di Savoia 2B
00185 - Roma
tel. 06 91501220
redazione@ilsalvagente.it

Hanno collaborato

Roberto Quintavalle
Dario Vista
Adriana Picarella
Giorgio Santoriello
Leonardo Masnata
Daniela Molina
Paolo Onesti
Patrizia Pallara
Alberto Ritieni
Martino Ragusa

Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 20 dicembre 2021

Grafica

Valentina De Pietro
valentina.depietro@editorialenovanta.it
Monica Di Brigida
monica.dibrigida@editorialenovanta.it

Progetto grafico: Alessio Melandri

EditorialeNovanta srl

Società Unipersonale
c.f. 12865661008
Via Ludovico di Savoia 2/B
00185 - Roma
tel. 06 91501100
info@editorialenovanta.it
Amministratore unico:
Matteo Fago

Marketing e pubblicità

Mauro Mattei
Roberta Parente
Alessandro Reale
pubblicita@ilsalvagente.it

Stampa

Arti grafiche Boccia spa
Via Tiberio Claudio Felice, 7
84131 - Salerno
Coordinatore editoriale esterno:
Alberto Isaia - albertoisai@gmail.com

Distribuzione

SO.DI.P. spa "Angelo Patuzzi"
Via Bettola, 18
20092 - Cinisello Balsamo (MI)

Registrazione al Tribunale di Roma
n° 212/1992 del 3 aprile 1992

Questa testata non fruisce
di contributi statali

Consumi

10 Il Test del mese - Il dolce inganno



Sulle confezioni alimentari campeggiano in evidenza benefici nutrizionali che però nascondono un carico di zuccheri. Il nostro confronto su 30 prodotti di *Enrico Cinotti*



27 La prova: facciamo luce sui poteri reali dello zenzero

Questa radice è ormai diventata un ingrediente d'uso quotidiano. In laboratorio abbiamo valutato gli effetti reali sulla nostra salute di *Roberto Quintavalle*

32 Non è sempre pane per i nostri denti

Per legge non possono essere usati additivi ma sempre più spesso vengono impiegati miglioratori. E poi: come riconoscere l'integrale autentico e quello a lievitazione naturale di *Dario Vista*

37 Pfas e abbigliamento: i veleni che indossiamo tutti i giorni

Le sostanze perfluoroalchiliche sono molto utilizzate nei capi impermeabili. Ma c'è chi ha deciso di non usarle più di *Valentina Corvino*

47 "Vi spiego cosa sta succedendo lungo la filiera della pasta"

Aumenti, glifosato e grano italiano. Intervista a Giuseppe Ferro amministratore delegato de La Molisana di *Enrico Cinotti*

52 Mondo Italia

Notizie utili dall'estero e non solo a cura di *Adriana Picarella*



Diritti

56

In Val d'Agri rispunta l'erbicida vietato



Nel Texas italiano, in Basilicata, le analisi della Ong Cova Contro trovano il Dcpa nel suolo e nelle acque. Sotto accusa finisce la filiera petrolifera di *Giorgio Santoriello*

67

Elettricità, in arrivo nuovi rincari. Il mercato libero può convenire



A confronto le migliori opzioni per chi decide di lasciare la maggior tutela di *Leonardo Masnata*

74

Salute. Quel dolore che ci prende alle spalle

Parliamo di una patologia seconda in Italia solo al mal di schiena per assenze dal lavoro di *Daniela Molina*

83

Pensioni

a cura di *Paolo Onesti*



84

Condominio

a cura di *Patrizia Pallara*

Sul prossimo numero

La sicurezza alimentare scivola sulla buccia di banana?

In edicola dal 28 gennaio



Scelte

88

Pesticidi, c'è chi dice no. Crescono i comuni che li vietano



L'Europa decide a fine 2022 le sorti del glifosato, ma in Italia aumentano le aree che lo mettono al bando di *Lorenzo Misuraca*

96

Miti alimentari

Alla scoperta del Poke il piatto che piace ai giovani a cura di *Alberto Ritieni*

98

Ricette

a cura di *Martino Ragusa*



I nostri articoli letti per voi

Potete ascoltare gli articoli contrassegnati da questo simbolo attraverso la nostra APP oppure sul sito > leggi la rivista > accedendo allo sfogliatore riservato agli abbonati

**Indirizzo**

Via Ludovico di Savoia, 2B
00185 - Roma

Email

redazione@ilsalvagente.it

Telefono

06 91501220

Facebook

ilsalvagente

Twitter

@ilsalvagenteit

Web

www.ilsalvagente.it

Abbonamenti

Digitale: 30 euro
Trimestrale: 14,90 euro
Annuale: 49 euro
Annuale esperto: 99 euro

Bollettino postale

Conto corrente numero
1027046562

Bonifico bancario

Credem
IT18M0303203204010000005056

Intestato a:

EditorialeNovanta Srl
Società Unipersonale
Via Ludovico di Savoia, 2B
00185 - Roma

Specificare la causale
"Abbonamento a il Salvagente"
e l'indirizzo dell'abbonato

Su www.ilsalvagente.it

è possibile abbonarsi
anche senza carta di credito

Per gli abbonati



abbonamenti@ilsalvagente.it

La sim in regalo di Wind che rischia di costar cara

Caro Salvagente,

vorrei raccontarvi la follia dei numeri mobili attivati con la adsl. A me è successo con Wind. Ovvero voi attivate un abbonamento adsl, Wind carinamente vi regala una sim di dati a costo zero. Peccato che si scoprirà quando cambierete operatore adsl che la sim non era a costo zero, ma a una tariffa altissima (mio caso 30 euro per mese solo per 50 gb) e che il canone era scontato a zero finché avevate la adsl. Voi avete cambiato operatore e vi siete dimenticati di quella sim. Ve ne ricorderete alla prima bolletta da 30 euro mese! Manderete la Pec per disdire ma ovviamente la disdetta richiede 30 giorni, quindi ci arriveranno altre una o due bollette. Ed ecco la che avrete pagato 60/90 euro extra per aver cambiato operatore adsl/fibra.

Lettera firmata

Il meccanismo è esattamente quello descritto dal nostro lettore e non si può sostenere che si tratta di un caso isolato, quindi è chiaro che si tratta di una metodologia che va rivista, se non eliminata.

L'unico modo di reagire è contestare le fatture emesse per la sola sim, in quanto vendita non corretta, perché il cliente non è stato mai messo a conoscenza di questo meccanismo e quindi non ha potuto consapevolmente decidere.

Segnalare ogni volta che ci si trova in queste situazioni è l'unico modo per far venire fuori questi meccanismi poco chiari. Ricordiamoci comunque che nessun gestore ci darà qualcosa senza un corrispettivo, quindi niente è gratis e se questa proposizione viene avanzata, controlliamo perché c'è per certo, qualche "inghippo" nascosto...

Pentole Lagostina: vanno in lavastoviglie o no? L'etichetta non è chiara. Risponde l'azienda

Caro Salvagente

vorrei fare una segnalazione sulle pentole Lagostina Ingenio Mineralis. Sulla confezione si può vedere chiaramente il simbolo della lavastoviglie, ma poi nelle istruzioni c'è scritto di non usarla. Come mi devo comportare? Sempre sulla confezione viene indicato che il bollino centrale sulla pentola cambia colore quando è pronta per la cottura... ma dopo 20 minuti di cottura, è rimasto uguale.

Laura

Cara Laura, abbiamo inoltrato le sue giuste osservazioni all'azienda, Lagostina, che ci ha risposto così: "Il prodotto si può usare in lavastoviglie come indicato nell'icona esterna. Nelle istruzioni si 'raccomanda di non usare' è incorretto come traduzione. Sarebbe stato corretto dire 'si sconsiglia il lavaggio in lavastoviglie'. Il consiglio di non lavare in lavastoviglie riguarda le parti di alluminio (che su Ingenio sono sul fondo esterno che va sulla fonte di calore) che si possono opacizzare per l'aggressività del detergente. Ciò non danneggia le funzionalità del prodotto, è solo un effetto estetico

che viene modificato. Per quanto riguarda il mancato funzionamento del sensore Thermosignal, è la prima volta che capita questa segnalazione: il disco diventa tutto rosso e scompaiono la scritta e la clessidra. Può darsi che ci sia un problema di produzione. Per questo, faremmo rientrare il prodotto per controllarlo e sostituirlo”.

Voucher viaggi studio quante scuse per non pagare...

Caro Salvagente,
nel gennaio 2020 abbiamo versato la caparra (ben 2.800 euro) per un viaggio studio in Irlanda di nostro figlio. Il periodo sarebbe stato da fine agosto a fine novembre. Poi è scoppiata la pandemia e a maggio vista l'impossibilità di garantire l'esperienza così come prenotata (il ragazzo avrebbe dovuto fare 15 giorni di quarantena e didattica a distanza in Irlanda durante i 3 mesi di permanenza) abbiamo inviato la richiesta di rinunciare. Dopo molte discussioni, ci è stato rilasciato un voucher per l'intero importo. Ora chiedendo la restituzione dei soldi ci viene detto che dovranno togliere molte spese... Ma quali?

Francesca Sesto

La pretesa di decurtazione di somme è del tutto illegittima - ci ha spiegato Carmelo Cali, responsabile nazionale trasporti e turismo di Confconsumatori - e il rimborso deve essere integrale. Spiega Cali: "La legge del 17 luglio 2020, n. 77, ha inserito "... i soggiorni di studio degli alunni del quarto anno delle scuole secondarie di secondo grado nell'ambito dei programmi internazionali di mobilità studentesca riferiti agli anni scolastici 2019/2020 e 2020/2021", tra le ipotesi per le quali "È sempre corri-

sposto il rimborso con restituzione della somma versata, senza emissione di voucher". Quindi già a luglio del 2020 doveva essere annullato il voucher e rimborsata la somma, tutta la somma". E se la legge non ha previsto nessuna possibilità di decurtazione non c'è motivo perché possano essere pretese spese. Commenta Cali: "Ancora una volta quegli stessi soggetti che hanno invocato e ottenuto una legislazione che consentisse loro di non pagare subito, adesso che è arrivato il tempo di farlo la ignorano". Conclude il responsabile di Confconsumatori: "Consiglierei alla lettrice di formulare per iscritto le contestazioni chiedendo il rimborso integrale della somma entro 14 giorni dalla richiesta come prevede la legge.

Il pesto con pistacchio di Sicilia (e tanto di provenienza extraUe)

Caro Salvagente,
la scorsa settimana mi sono imbattuta in un prodotto di Campo D'Oro, che mi ha incuriosito. Sull'etichetta frontale viene specificato che si tratta di un "pesto" fatto con "pistacchio di Sicilia". Sul retro c'è scritto che è fatto con il 42% di pistacchio non Ue e solo il 10,5% di pistacchio siciliano. Non conosco a fondo la normativa legale ma l'etichetta mi sembra alquanto controversa.

Agostina Rengo

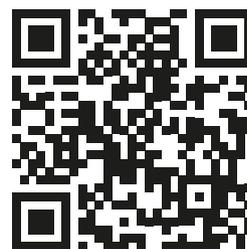
Cara Agostina, l'etichetta è legalmente corretta perché dice "con" pistacchio siciliano come "aggiunta". È altrettanto chiaro che si tratta di indicazioni abbastanza fuorvianti. Uno dei tanti esempi di come l'etichetta vada sempre letta bene, non accontentandosi di quanto appare in primo piano sulla facciata principale.

Legge 104, la guida alle agevolazioni



Che agevolazioni hanno le persone con disabilità? Quali spettano con legge 104 e quali con invalidità? Di quali contributi, sconti, detrazioni si può fruire se si è invalidi? Cosa si può portare in detrazione?

La nostra nuova guida completa "Legge 104, disabilità e invalidità", è uno strumento di consultazione agevole per intraprendere l'iter per il riconoscimento dei diritti di chi vive una situazione di svantaggio sociale e professionale. Se non siete tra gli abbonati "esperti" che ricevono gratuitamente ogni mese i nostri libri, potete acquistare la guida a 14,90 euro. Per farlo, basta fotografare il codice qui sotto con la app del vostro smartphone e seguire le istruzioni.



IL TUO SUPPORTO AL SALVAGENTE È IL TUO SUPPORTO ALLA LOTTA CONTRO LA DISONESTÀ E I SOPRUSI

Il Salvagente non riceve alcun tipo di sovvenzione da parte dello Stato, né da parte di potenti gruppi societari. Vive e si alimenta grazie al supporto dei suoi abbonati, che ci permettono di effettuare test di laboratorio sempre più precisi e di fare quel tipo di informazione pulita che da sempre ci contraddistingue



ilsalvagente.it

ABBONAMENTO **TRIMESTRALE**

€ **14,90** / 3 MESI

LA RIVISTA CARTACEA A CASA TUA OGNI MESE

L'ACCESSO ALLA RIVISTA IN FORMATO DIGITALE

GLI ARTICOLI LETTI PER TE IN FORMATO AUDIBILE

IL LIBRO "IL PIATTO NATURALE" DIRETTAMENTE A CASA TUA

ASSISTENZA TECNICA E COMMERCIALE A TUA DISPOSIZIONE

20%
DI SCONTO

ABBONAMENTO **ANNUALE**

€ **49,00** / ANNO

LA RIVISTA CARTACEA A CASA TUA OGNI MESE

L'ACCESSO ALLA RIVISTA IN FORMATO DIGITALE

GLI ARTICOLI LETTI PER TE IN FORMATO AUDIBILE

IL LIBRO "IL PIATTO NATURALE" DIRETTAMENTE A CASA TUA

ASSISTENZA TECNICA E COMMERCIALE A TUA DISPOSIZIONE

ABBONAMENTO **ESPERTO**

€ **99,00** / ANNO

LA RIVISTA CARTACEA A CASA TUA OGNI MESE
+ UNA GUIDA DI APPROFONDIMENTO

GLI ULTIMI 3 ANNI DI SALVAGENTE IN DIGITALE

GLI ARTICOLI LETTI PER TE IN FORMATO AUDIBILE

IL LIBRO "IL PIATTO NATURALE" DIRETTAMENTE A CASA TUA

ASSISTENZA TECNICA E COMMERCIALE A TUA DISPOSIZIONE

Per decidere che consumatore vuoi essere vai su **ilsalvagente.it/abbonamenti**
oppure lascia un messaggio con i tuoi dati al  **800-969 831** per essere ricontattato



Il dolce inganno

Quanto **zucchero** nasconde uno **slogan nutrizionale** strillato sulle confezioni per attirare attenzione sulla “salubrità” del prodotto? Abbiamo confrontato **30 prodotti**: per grandi e piccoli è facile fare il pieno anche con una porzione

di **Enrico Cinotti**

Si chiamano claim e sono quegli slogan usati - legalmente - dalle aziende per vantare in etichetta un beneficio, nutrizionali o salutistico, e che finiscono per dare un'aura di naturalità e benessere all'intero alimento. Ma dietro a quei messaggi strillati - “Ricco di fibre”, “Senza zuccheri aggiunti”, “Fonte di calcio”, “Apporta vitamine” - quanto zucchero si nasconde e quali ingredienti sgraditi si celano? Per rispondere a questa domanda abbiamo confrontato le etichette e le tabelle nutrizionali di 30 prodotti (da quelli per la colazione come corn flakes e biscotti, agli yogurt e snack per la merenda, fino alle bevande amate dai giovani) scoprendo che molto spesso dietro al vestito cucito su un singolo vantaggio nutrizionale c'è un dolce “inganno”: un carico di zuccheri fin dalla singola porzione che rischia di colmare in fretta quei 25 grammi indicati dall'Oms.

Facciamo un esempio: una porzione di Kellogg's Coco Pops apporterà, come promette la confezione, “il 50% di vitamina D”, ma si porta dietro più di un terzo della dose di zucchero giornaliera che sale all'80% se, come è naturale, vengono inzuppati in una tazza di latte intero da 250 ml. Un caso, non l'unico della categoria - come si può vedere dalle schede in queste pagine - e altri cibi confezionati e bevande risultano essere ancora

più “dolci”. Prendiamo il Müller da bere Drink a base di yogurt alla mela e mango: con soli 200 grammi di prodotto assumiamo 26,4 grammi di zucchero, ovvero superiamo la soglia giornaliera. Per non parlare dell'energy drink Monster Juiced Mango loco: una lattina da 500 ml ha più di mezzo etto di zucchero.

E chi vanta di non averne di “aggiunti” cosa porta in dote? Edulcoranti di sicuro, anche quelli con un profilo di rischio molto alto come l'aspartame (Coca-Cola Zero) e il sucralosio (Ferrero EstaThè Zero). C'è poi maltitolo e sorbitolo (Misura Dolcesenza plumcake) da non sottovalutare visto che “un consumo eccessivo può avere effetti lassativi”. Non manca mai il sale aggiunto anche in prodotti dolci come i biscotti, le merendine e i corn flakes che, seppur contenuto, va ad aggiungersi ai cibi “salati” della dieta giornaliera e rischia di far raggiungere l'asticella dei 5 grammi al giorno fissata dall'Oms.

Il problema non è quello che si dice ma quello che si omette, a cominciare dallo zucchero. E visto il livello di obesità infantile (34,8%) che affligge i piccoli italiani tra i 2 e i 4 anni e che dilaga tra gli adolescenti, è ora di dire basta. La Ue, dopo ben 13 anni, è finalmente al lavoro per definire i profili nutrizionali che stabiliranno delle soglie di zucchero, sale o grassi, superate le quali non si può vantare un beneficio sulle confezioni. Un freno al marketing che danneggia la salute dei più giovani.

Il test del mese

KELLOGG'S COCO POPS



COSA VANTA IN ETICHETTA:
50% dell'apporto giornaliero di vitamina D

IN REALTÀ:
26 g di zucchero per 100 g
7,8 g di zucchero per 30 g di porzione
Sciroppo di glucosio, sale

**Il 31% della dose giornaliera di zucchero
Più dell'80% con una tazza di latte da 250 ml**

NESTLÉ CHEERIOS MIELE



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Ricco di fibre
Con 7 vitamine, calcio e ferro
Fonte di calcio

IN REALTÀ:
24,1 g di zucchero per 100 g
7,2 g di zucchero per 30 g di porzione
Sciroppo di zucchero invertito, sale

**Quasi il 30% della dose giornaliera di zucchero
L'80% con una tazza di latte da 250 ml**

KELLOGG'S KRAVE

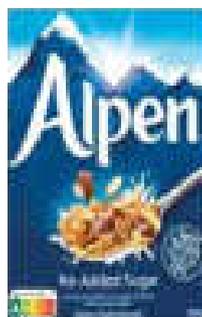


COSA VANTA IN ETICHETTA:
Vitamine del gruppo B

IN REALTÀ:
26 g di zucchero per 100 g
7,8 g di zucchero per 30 g di porzione
Sale, coloranti (norbissina di annatto, caroteni), olio di palma

**Il 31% della dose giornaliera di zucchero
Più dell'80% con una tazza di latte da 250 ml**

ALPEN SWISS STYLE MUESLI



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Senza zuccheri aggiunti
Nutri-Score A
100% ingredienti naturali
Senza olio di palma

IN REALTÀ:
16 g di zucchero per 100 g
7,2 g di zucchero per 45 g di porzione
Sale

**Quasi il 30% della dose giornaliera di zucchero
L'80% con una tazza di latte da 250 ml**

Tutto quello che si vuol nascondere

Cosa nasconde lo slogan “urlato” in etichetta? Siamo partiti da questa domanda e abbiamo voluto approfondire la lista degli ingredienti e gli apporti nutrizionali di trenta cibi confezionati sui quali viene vantato un beneficio: “Senza zuccheri aggiunti”, “Fonte di proteine”, “Ricco di fibre”, “Apporta vitamine” e via elencando come si può leggere nelle schede pubblicate in queste pagine. Nella stragrande maggioranza dei casi il vanto nutrizionale si “accompagna” con un carico di zuccheri che, in appena una porzione, può superare anche il fabbisogno giornaliero e con

la presenza di ingredienti sgraditi e dannosi per la salute.

Lo zucchero per porzione

Quanto zucchero possiamo assumere ogni giorno? L'Oms nel 2015 ha rivisto le soglie di assunzione raccomandando una quantità inferiore al 10% della quantità totale di energia che assumiamo attraverso i cibi durante la giornata. L'organismo sanitario, però, si è spinto oltre e raccomanda un'ulteriore diminuzione dello zucchero a meno del 5% dell'energia totale giornaliera, ovvero circa 25 grammi, circa 6 cucchiaini da tè). La società statunitense di cardiologia stabilisce per i bambini da 2 a 18 anni di non superare la dose di zuccheri (liberi e aggiunti) di 25 grammi. Abbiamo quindi con-

**KELLOGG'S
ALL-BRAN FIBRE PLUS**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Ricco di fibra di crusca di frumento

IN REALTÀ:

18 g di zucchero per 100 g
7,2 g di zucchero per 40 g di porzione

**Quasi il 30% della dose giornaliera di zucchero
L'80% con una tazza di latte da 250 ml**

**KELLOGG'S SPECIAL K
CON CIOCCOLATO BELGA AL LATTE**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Vitamine: niacina, B6, acido folico
Ricco di fibre

IN REALTÀ:

25 g di zucchero per 100 g
5 g di zucchero per 20 g

di porzione

Sale, oligofruttosio, sciroppo di glucosio, fruttosio, sorbitolo, glicerolo, olio di palma, destrosio

Il 20% della dose giornaliera di zucchero

**SELEX BARRETTE DI CEREALI
MIRTILLI ROSSI**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Con 7 vitamine e ferro

IN REALTÀ:

25 g di zucchero per 100 g
5,2 g di zucchero per 21 g di porzione

Mono e digliceridi degli acidi grassi, sciroppo di glucosio e di zucchero parzialmente invertito, aromi

Più del 20% della dose giornaliera di zucchero

**GALBUSERA
BUONI COSÌ**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Senza zuccheri aggiunti
Ricco di fibra
Farina di tipo 2 poco raffinata
Grano 100% italiano

IN REALTÀ:

2,5 g di zucchero per 100 g
0,2 g di zucchero per biscotto (6,3 g)

Edulcoranti (maltitolo, sciroppo di maltitolo), sale, aromi

Pochi zuccheri ma con edulcoranti

siderato questa soglia come quella ottimale da non superare al giorno, per grandi e piccoli. A partire da questa dose raccomandata, abbiamo controllato la tabella nutrizionale per capire quanto zucchero c'è in una porzione indicata dal produttore. Dove era assente, la porzione è stata calcolata sulla base di quanto riportano le confezioni di cibi simili. Per biscotti e corn flakes abbiamo associato anche l'apporto di zucchero di una tazza da 250 ml di latte intero.

I claim presi in esame

I claim presi in esami sono quelli disciplinati dal Regolamento 1924/2006. Abbiamo allargato al confronto anche a quei messaggi evidenziati sulle confezioni ("Senza olio di palma", "Solo ingredienti naturali" "-70% di grassi saturi" e

via dicendo) che richiamano l'attenzione del consumatore sulla bontà del prodotto.

Gli ingredienti sgraditi

Per ciascun prodotto abbiamo evidenziato, dopo lo zucchero, gli ingredienti sgraditi per il loro profilo di rischio. Non solo gli oli vegetali, come il cocco e il palma, ricchi di grassi saturi, lo sciroppo di glucosio-fruttosio e i dolcificanti come sucralosio, aspartame e acesulfame k sui quali pesa il sospetto di essere possibili cancerogeni, ma anche additivi come i mono e digliceridi degli acidi grassi, l'E460, l'E466 (cellulosa e carbosimetilcellulosa entrambi sospetti cancerogeni e la seconda anche capace di alterare il microbioma) e il colorante E150 d della Coca-Cola.

Come leggere le schede

Abbiamo considerato **25 grammi di zuccheri** come il fabbisogno giornaliero ottimale, come raccomanda l'Oms per gli adulti e la Società statunitense di cardiologia per i bambini da 2 a 18 anni. La valutazione evidenziata in rosso sotto ogni prodotto è riferita all'**apporto di zucchero per porzione** (indicata in confezione o da noi calcolata) in relazione ai 25 grammi giornalieri.

Una **tazza di latte intero da 250 ml** apporta **12,5 grammi di zucchero**.

Il test del mese

MONTEBOVI FRIENDS BISCOTTI AL CACAO



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Con 6 vitamine, ferro e calcio

IN REALTÀ:
22 g di zucchero per 100 g
5,6 g di zucchero per porzione
(25 g - 16 biscotti)
Olio di palma, maltodestrina,
sciroppo di glucosio, sale, aromi,
3 grammi di grassi saturi
a porzione

**Più del 22% della dose giornaliera di zucchero
Il 72% con una tazza di latte da 250 ml**

MULINO BIANCO PAN GOCCIOLI



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Tutti ingredienti naturali

IN REALTÀ:
18,6 g di zucchero per 100 g
7,8 g di zucchero
per merendina (42 g)
Sale

Il 31% della dose giornaliera di zucchero

COLUSSI ZUPPALATTE



COSA VANTA IN ETICHETTA:
-70% di grassi saturi

IN REALTÀ:
24 g di zucchero per 100 g
2,5 g di zucchero
per biscotto (10,4 g)
Sciroppo di glucosio

**Il 30% della dose giornaliera di zucchero con 3
biscotti. L'80% con una tazza di latte da 250 ml**

PAVESI RINGO BISCO CIOC



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Con latte italiano
Senza olio di palma

IN REALTÀ:
42 g di zucchero per 100 g
11,3 g di zucchero
per barretta (27 g)
Sale, aroma, 3 g di grassi
saturi per barretta, olio
di cocco

Più del 45% della dose giornaliera di zucchero

MISURA DOLCESENZA PLUMCAKE



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Senza zuccheri aggiunti
-55% di grassi saturi

IN REALTÀ:
0,9 g di zucchero per 100 g
0,3 g di zucchero per plumcake (31,7 g)
Edulcoranti (maltitolo, sciroppo di
maltitolo), umidificante (sciroppo di
sorbitolo), mono e digliceridi degli
acidi grassi.

Pochi zuccheri ma con edulcoranti

MOTTA BUONDI CACAO



COSA VANTA IN ETICHETTA:
-30% di grassi

IN REALTÀ:
28 g di zucchero per 100 g
12 g di zucchero per merendina (33 g)
Olio di palma, sciroppo di
glucosio-fruttosio, mono e
digliceridi degli acidi grassi,
grasso di palma, sale, 2,5 g di
grassi saturi per merendina

Il 48% della dose giornaliera di zucchero

**NESTLÉ
NESQUIK LATTE E CACAO**



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Fonte di calcio e vitamina D
Latte 100% italiano

IN REALTÀ:
9,9 g di zucchero per 100 ml
17,7 g di zucchero per 1 brik
(180 ml)
Stabilizzanti: E460, E466,
addensante: carragenina

Oltre il 70% della dose giornaliera di zucchero

**NESTLÉ FRUTTOLO
MAXI DUO FRAGOLA FIOR DI LATTE**



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Fonte di calcio
Fonte di vitamina D

IN REALTÀ:
12 g di zucchero per 100 g
(corrisponde a un vasetto)
Aromi, addensanti: gomma
di guar, farina di semi di
carrube, gomma di xanthan,
colorante: carminio

Il 48% della dose giornaliera di zucchero

**PARMAREGGIO L'ABC DELLA MERENDA
PLUMCAKE CON PARMIGIANO REGGIANO**



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Equilibrata, completa,
fonte di vitamina C

IN REALTÀ:
22 g di zucchero per
confezione (plumcake 32 g,
frullato di frutta 125 ml)
Sciroppo di glucosio-
fruttosio, sale, aromi

Quasi il 90% della dose giornaliera di zucchero

**PLASMON
YOGURTINO BISCOTTO**

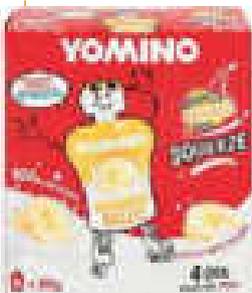


COSA VANTA IN ETICHETTA:
Con calcio, ferro e zinco
Solo latte dell'Alto Adige

IN REALTÀ:
14 g di zucchero per 100 g
(corrisponde a un vasetto)
2,8 g di grassi saturi per 100 g

Il 56% della dose giornaliera di zucchero

**YOMO
YOMINO BANANA ROLLY!**



COSA VANTA IN ETICHETTA:
100% naturale
Fatto con latte italiano

IN REALTÀ:
14 g di zucchero per 100 g
11 g di zucchero per vasetto
(80 g)

Il 44% della dose giornaliera di zucchero

**DANONE
HIPRO 25 G DI PROTEINE**



COSA VANTA IN ETICHETTA:
Ricco di proteine per i tuoi muscoli
0% grassi
0% zuccheri aggiunti

IN REALTÀ:
5,1 g di zucchero per 100 g
15,3 g di zucchero per bottiglietta
(300 g)
Edulcoranti: acesulfame k, sucralosio

Più del 61% della dose giornaliera di zucchero
E in più ha gli edulcoranti

Come leggere
le schede

Abbiamo considerato **25 grammi di zuccheri** come il fabbisogno giornaliero ottimale, come raccomanda l'Oms per gli adulti e la Società statunitense di cardiologia per i bambini da 2 a 18 anni. La valutazione evidenziata in rosso sotto ogni prodotto è riferita all'**apporto di zucchero per porzione** (indicata in confezione o da noi calcolata) in relazione ai 25 grammi giornalieri.

Una **tazza di latte intero da 250 ml** apporta **12,5 grammi di zucchero**.

Il test del mese

NESTLÉ YOGURT MIO CREMOSO PERA



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Fonte di calcio
Fonte di vitamina D
100% naturale

IN REALTÀ:

13 g di zucchero per 100 g
17 g di zucchero per vasetto (125 g)
Stabilizzante: gomma di guar, 2,2 g di grassi saturi

Il 68% della dose giornaliera di zucchero

FERRERO ESTATHÈ ZERO LIMONE



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Senza zucchero

IN REALTÀ:

Edulcoranti: sucralosio, glicosidi steviolici

Niente zuccheri ma con edulcoranti

SELEX VIVI BENE BIFIDUS DRINK FRAGOLA



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Fonte di fibre
Con BB-12

IN REALTÀ:

10,4 g di zucchero per 100 g
20,8 g di zucchero per bottiglietta (200 g)

Oltre l'83% della dose giornaliera di zucchero

COCA-COLA ZERO ZUCCHERI



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Zero zuccheri

IN REALTÀ:

Colorante E150d, edulcoranti: ciclamato di sodio, acesulfame k, aspartame, caffeina

Niente zuccheri ma con edulcoranti

MULLER DA BERE DRINK A BASE DI YOGURT ALLA MELA E MANGO



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Zero% grassi

IN REALTÀ:

13,2 g di zucchero per 100 g
66 g di zucchero per bottiglietta (500 g)
Sciroppo di glucosio-fruttosio, colorante: caroteni, destrosio

Oltre il 100% della dose giornaliera di zucchero con 200 g di prodotto

SANBENEDETTO SUCCOSO ARANCIA E ARANCIA ROSSA



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Zero zuccheri aggiunti

IN REALTÀ:

2,9 g di zucchero per 100 ml
11,6 g di zucchero per 1 bottiglietta (400 ml)
Succo di frutta da concentrato 30%, edulcoranti: ciclamati, sucralosio, stabilizzante: ottenilsuccinato di amido e sodio, colorante: beta carotene

Oltre il 46% della dose giornaliera di zucchero e con edulcoranti

**ZUEGG
NETTARE DI MIRTILLO NERO SELVATICO**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Fonte di vitamina C
100% ingredienti di origine naturale

IN REALTÀ:

12 g di zucchero per 100 ml
15 g di zucchero per 1 bottiglietta (125 ml)
Purea di mirtilli (40%)

Il 60% della dose giornaliera di zucchero

**SANBENEDETTO
THÈ LIMONE**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Meno calorie

IN REALTÀ:

5,7 g di zucchero per 100 ml
28,5 g di zucchero per 1 bottiglietta (500 ml)
Sciroppo di fruttosio-glucosio, edulcorante: sucralosio

Più della dose giornaliera di zucchero e con edulcoranti

**YOGA
OPTIMUM 70% DI PERA ITALIANA**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Senza zuccheri aggiunti

IN REALTÀ:

10,6 g di zucchero per 100 ml
21,2 g di zucchero per 1 brik (200 ml)
Succhi di uva e limone da concentrato

Quasi l'85% della dose giornaliera di zucchero

**MONSTER
JUICED MANGO LOCO**



COSA VANTA IN ETICHETTA:

Inositolo e vitamina B

IN REALTÀ:

11 g di zucchero per 100 ml
56 g di zucchero per lattina (500 ml)
Sciroppo di glucosio, taurina, caffeina, edulcorante: sucralosio, colorante: caroteni, conservanti: sorbato di potassio, benzoato di sodio, stabilizzanti: gomma di xanthan, alginato di sodio, gomma arabica

Più del doppio della dose giornaliera di zucchero, con edulcoranti, caffeina e taurina

Come leggere le schede

Abbiamo considerato **25 grammi di zuccheri** come il fabbisogno giornaliero ottimale, come raccomanda l'Oms per gli adulti e la Società statunitense di cardiologia per i bambini da 2 a 18 anni. La valutazione evidenziata in rosso sotto ogni prodotto è riferita all'**apporto di zucchero per porzione** (indicata in confezione o da noi calcolata) in relazione ai 25 grammi giornalieri.

Una **tazza di latte intero da 250 ml** apporta **12,5 grammi di zucchero**.

E anche la sostenibilità è in bella mostra

Oltre ai benefici nutrizionali e per la salute, gli slogan legati alla sostenibilità sono sempre più gettonati in etichetta. E così Mean sul suo yogurt da bere alla fragola ci ricorda l' "Eco-pack -70% di plastica", Misura sui plumcake Dolcesenza che ha utilizzato il "-30% di plastica" e Yoga Optimum il "Brik eco sostenibile". Invece non c'è yogurt per bambino che non metta in bell'evidenza la dicitura "senza conservanti e coloranti". Anche Plasmon lo fa ma gli va dato atto che con un asterisco ci avverte

"come per legge", ovvero che è la stessa normativa che prevede il divieto di utilizzare queste sostanze per produrre yogurt. La tendenza un po' smodata di appiccicare un claim a qualsiasi prodotto arriva anche in un prodotto come le patatine fritte da sempre considerato come uno dei cibi meno sani e da consumare con moderazione. La Crick Crok, unica nel suo settore, ci ricorda che le sue patatine sono "Fonte di iodio", con buona pace dei nutrizionisti.

Vantaggio o miraggio? Cosa si "strilla" in etichetta

"Senza", "Fonte di", "Light", "A basso contenuto di", "Naturale"... Le confezioni contengono tante promesse nutrizionali disciplinate dal Regolamento 1924/2006. Devono essere provate scientificamente e autorizzate dalle autorità sanitarie nazionali e europee. Anche se, in assenza dei profili nutrizionali, ossia delle soglie di zucchero (o di sale o di grassi saturi) superate le quali non si possono usare claim, è molto facile esaltare un aspetto e nascondere gli eccessi

Light o Leggero

Si può vantare in etichetta quando il prodotto contiene il 30% di calorie in meno rispetto a un corrispettivo tradizionale. Attenzione: leggero non significa dietetico, vuol dire solo con meno calorie. Spesso si ottiene sostituendo gli zuccheri con gli edulcoranti

Senza zuccheri aggiunti

Questa dicitura può comparire quando il prodotto non contiene mono o disaccaridi (cioè gli zuccheri semplici, come il glucosio, fruttosio, saccarosio e maltosio) aggiunti. Se l'alimento contiene naturalmente zuccheri, come le marmellate o i succhi, bisogna indicare "Contiene in natura o naturalmente zuccheri"

Fonte di fibre

È possibile riportarlo sulle confezioni a patto che il prodotto contenga almeno 3 g di fibre per 100 g o almeno 1,5 g di fibre per 100 kcal. Invece si può scrivere "Ad alto contenuto di fibre" quando l'alimento contiene almeno 6 g di fibre per 100 g o almeno 3 g di fibre per 100 kcal



Ricco di proteine

Il claim è autorizzato se almeno il 12% del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine. "Ad alto contenuto di proteine" è consentito solo se almeno il 20% del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine

Senza grassi

Questa indicazione si può usare se il prodotto contiene non più di 0,5 g di grassi per 100 g o 100 ml. Mentre il claim "Basso contenuto di grassi saturi" è consentito nel caso in cui la somma degli acidi grassi saturi e degli acidi grassi trans contenuti nel prodotto non superi 1,5 g/100 g per i solidi o 0,75 g/100 ml per i liquidi

Naturale o naturalmente

Secondo il Regolamento si può scrivere "Naturalmente sano", "Prodotto naturale",

"Di origine naturale" solo se un alimento "soddisfa in natura i principi del presente allegato per l'impiego di un'indicazione nutrizionale". Le maglie sono larghissime. Secondo la disciplina giuridica, il termine "naturale" può riferirsi ad alimenti che non abbiano subito una trasformazione radicale della composizione originaria e non abbiano additivi chimici. Definizione meno generica ma con ampio spazio di manovra

Fonte di e/o

(nome della vitamina)
(nome del o dei minerali)

È consentito solo se il prodotto contiene almeno una quantità significativa della vitamina o del minerale, esattamente il 15% della dose giornaliera consigliata (Rda) nei prodotti diversi dalle bevande e il 7,5% nelle bevande

Senza sale

Viene autorizzato quando il prodotto non ha più di 0,005 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g. Mentre la dicitura "A basso contenuto di sale/sodio" può comparire quando il prodotto contiene non più di 0,12 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g o 100 ml

La Molisana cambia abito per amore dell'ambiente



CONFEZIONE RICICLABILE NELLA CARTA

Carta FSC proveniente da fonti forestali correttamente gestite.

#pensiamoalfuturo

La strategia di distrazione di massa

Dopo 13 anni la Ue è chiamata con i profili nutrizionali a mettere un freno al Far West delle “promesse” vantate dalle aziende in etichetta che sviano da quello che potrebbe non far piacere al consumatore

L'esito è ancora incerto ma qualcosa, dopo 13 anni di latitanza normativa, si muove. L'Efsa, l'Autorità europea per la sicurezza alimentare, ha posto in consultazione pubblica la bozza di parere scientifico in base al quale la Commissione europea entro la fine 2022 porrà le basi per un'etichetta nutrizionale armonizzata ed elaborerà i profili nutrizionali per limitare il dilagare di claim che esaltano un aspetto salutistico del prodotto ma che magari nascondono un carico di zuccheri, di sale o di grassi saturi oppure un deficit di fibre. L'intento è quello di porre un freno al Far West che oggi consente alle aziende di vantare anche su prodotti come le patatine fritte un beneficio salutistico (“Fonte di iodio”, come esalta Crik Crok sulla

confezione) ma anche quello di evitare di esaltare l'assenza di grassi su uno yogurt da bere che in appena 200 grammi fa fare il pieno giornaliero di zuccheri. Gli esempi sono tanti e basta sfogliare le schede pubblicate nelle pagine precedenti per rendersene conto.

I claim salutistici e nutrizionali sono disciplinati dal Regolamento 1924/2006 che stabilisce che i benefici devono essere provati scientificamente e autorizzati da parte dalle autorità sanitarie nazionali e europee. Tuttavia la norma obbliga la Ue a partire dal 2009 a definire i profili nutrizionali, ovvero delle soglie, ad esempio per zucchero, sale, grassi saturi, superate le quali non si poteva “strillare” in etichetta neanche un singolo vantaggio





© Goran/IStock

▶ per la salute. Da allora sono passati 13 lunghi anni senza che venisse approvata alcuna norma e in un mercato senza regole, la confusione - del consumatore - regna sovrana.

Andrea Ghiselli è il presidente della Sisa, Società italiana scienze dell'alimentazione ed è stato dirigente del Crea Alimenti e nutrizione: "Da anni ci si prova ma sui profili nutrizionali non si è mai raggiunto un accordo. Da una parte potrebbero essere uno scudo contro l'apposizione di claims salutistici su alimenti molto ricchi di grassi, sale, zuccheri o calorie Dall'altra però ogni categorizzazione comporta necessariamente, semplificazioni e riduzioni e qualche alimento potrebbe essere ingiustamente promosso o ingiustamente penalizzato. Non esistono cibi buoni o cattivi ma un buono o cattivo utilizzo dei cibi. Un alimento deve essere valutato non di per sé ma all'interno della dieta".

I claim, come stabilisce il Regolamento 1924/2006, "non devono essere falsi o ambigui", "non devono incoraggiare consumi eccessivi di cibo" e soprattutto devono essere facilmente comprensibili e non fraintendibili. "È proprio qui a mio avviso che risiede la maggiore criticità: dando per accertate e veritiere le caratteristiche che vengono evidenziate, il problema, come dimostra il vostro confronto, sta proprio nel 'non detto'", ci spiega Serena Capurso, biologo nutrizionista, alla quale abbiamo sottoposto le schede dei prodotti presi in esame.

"Da un lato - prosegue la dottoressa - abbiamo alimenti in cui si concentra l'attenzione del consumatore sull'apporto vitamine, come la D o quelle del gruppo B, senza menzionare il fatto che all'interno del prodotto ci siano ad

esempio elevate quantità di zuccheri, talvolta quasi a ricoprire il fabbisogno quotidiano, considerando che la maggior parte di quegli alimenti, come i corn flakes o i biscotti, non si consuma da sola ma con una bella tazza di latte". C'è poi chi vanta l'assenza di zuccheri aggiunti come se l'alternativa dei dolcificanti,

sucralosio, aspartame e acesulfame k, in particolare, non avesse effetti sull'organismo. "I dolcificanti, un tempo ritenuti inerti, in verità - aggiunge la Capurso - hanno a lungo andare un effetto negativo, in quanto influenzano il senso di fame-sazietà, l'assorbimen-

to a livello intestinale del glucosio, e ultimo, ma non per importanza, influenzano il microbiota intestinale, con tutti i risvolti negativi che ne conseguono". Senza dimenticare che su sucralosio e aspartame pesa l'accusa di essere possibili cancerogeni per l'uomo.

Anche quando si "gioca" con i grassi, non mancano i risvolti della medaglia: "Gli alimenti poveri in grassi in genere contengono, per migliorare la loro palatabilità, molti zuccheri aggiunti altrimenti il prodotto con tutta probabilità risulterebbe molto aspro". Insomma i claim non mentono ma ci nascondono gran parte della verità sul prodotto stesso. "Nel momento dell'acquisto - conclude la nutrizionista - siamo richiamati da quella dicitura che risuona come positiva per la nostra salute, senza prestare attenzione alle altre caratteristiche nutrizionali dell'alimento confezionato". I profili nutrizionali sicuramente aiuteranno a mettere ordine anche se forse sarebbe utile evitare che la confezione diventi una fiera delle vanità ad uso e consumo delle aziende.

**La nutrizionista Capurso:
"La criticità è
il non detto, perché dietro
a un beneficio si cela un
carico di zuccheri"**

Pigri e dieta squilibrata I bimbi sono in pericolo

Cresce tra i più piccoli il sovrappeso e l'obesità. Gianfranco Trapani, pediatra: "Andrei oltre i profili che potrebbero essere adottati dalla Ue, per i cibi che espongono i bambini a questi rischi vieterei i claim e la vendita nelle scuole"

Il tasso di obesità infantile ha raggiunto in Italia la cifra record del 35%. Secondo i dati dell'autorevole *Our world in data*, la banca dati alimentata dalle più prestigiose università anglosassoni e fonte per i principali quotidiani e televisioni, gli italiani di età tra i 2 e i 4 anni, insieme ai "collegli" greci e seguiti dagli spagnoli (34,3%), superano abbondantemente il livello standard di peso stabilito dall'Oms.

Il nostro paese purtroppo vanta percentuali preoccupanti anche nelle altre fasce anagrafiche: nei bambini da 5 a 12 anni il tasso di obesità è del 18% e negli adolescenti sfiora il 20%. Una situazione preoccupante che "interessa un bambino su cinque e rappresenta una sfida fondamentale per le generazioni future, soprattutto in termini di ricadute sulla salute pubblica poiché il sovrappeso e l'obesità costituiscono un importante fattore di rischio per lo sviluppo di numerose malattie croniche non trasmissibili" (cancro, malattie cardiovascolari, diabete, obesità, ipertensione) hanno ricordato recentemente gli esperti intervenuti a un convegno organizzato dalla Fondazione Cariplo che ha stanziato un milione di euro per promuovere una sana alimentazione attraverso il bando "Cibo e salute: ricerche sull'obesità nell'età evolutiva per la promozione di stili di vita più sani".

Alla base di tutto resta una cattiva dieta e una scarsa propensione al movimento: cibi ultraprocessati, bevande zuccherate e sedentarietà sono il mix che minaccia la salute delle giovani generazioni. "Da anni osservo un aumento nella fascia pediatrica del sovrappeso tendente all'obesità" spiega al Salvagente Gianfranco Trapani,

medico pediatra, direttore del Centro studi Alfred Nobel di Sanremo. "Purtroppo i prodotti industriali non sono equilibrati e il ricorso ai claim salutistici sono solo il modo per nascondere questo squilibrio nutrizionale".

Dottor Trapani, i dati sull'obesità infantile da dove nascono?

Cattiva alimentazione e poco movimento. I bambini oggi tendono ad esempio a non fare colazione e se la fanno usano cibi confezionati che sono tutti fondamentalmente non bilanciati. La dieta e uno stile di vita corretto sono armi fondamentali per tenersi in forma a qualsiasi età.

Il nemico principale è lo zucchero?

Non dimentichiamo il sale e la qualità dei grassi, saturi in particolare. Quanto agli zuccheri oltre alla quantità dobbiamo preoccuparci del modo in cui vengono assimilati. È importante associare al consumo di cibi molto dolci la fibra che è un antagonista naturale dell'assorbimento dello zucchero. Ecco perché è importante imparare a mangiare il prima possibile la verdura e i legumi.

Dal dolce al salato, il rischio non si attenua...

Il salato è un gusto che si apprende con lo svezamento. Prima di allora il bambino non lo conosce e quindi non può apprezzarlo. Purtroppo i cibi industriali sono tutti addizionati con il sale - anche non consciamente percepito dal gusto - per esaltarne la sapidità e favorirne l'apprezzamento al palato. Pensiamo ai corn flakes, alle merendine, ad alcuni soft drink, moltissimi cibi e bevande dolci hanno sale aggiunto.

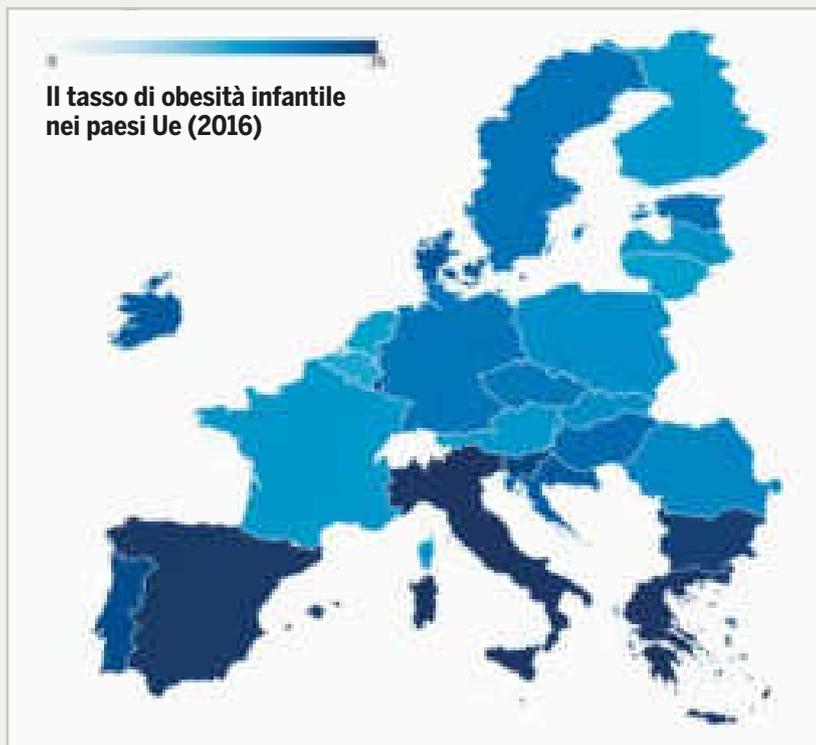
Clinicamente quando si definisce una persona sovrappeso e quando obesa?

L'unità di misura comunemente usata è l'indi-

Il nemico non è solo lo zucchero ma anche l'assenza di fibra che aiuta il corpo ad assimilarne di meno

All'Italia (e la Grecia) la maglia nera dell'obesità infantile

L'obesità è una malattia cronica che può avere conseguenze anche fatali. In Europa, come ricorda un recente rapporto di Openpolis da cui abbiamo tratto l'infografica riprodotta qui accanto, dal 1975 al 2016 l'incidenza dell'obesità è più che raddoppiata, registrando un +161% tra i maggiorenni europei in solo 40 anni. L'Italia è uno dei paesi Ue con il tasso di obesità più basso (22,6%), ma è tra i più colpiti dal problema dell'obesità infantile. Nel 2016 il 34,8% dei bambini tra i 2 e i 4 anni erano in sovrappeso o obesi. Lo stesso della Grecia, seguita da Spagna, Bulgaria e Portogallo.



ce di massa corporea che si ottiene dividendo il peso per il quadrato dell'altezza. Un risultato superiore a 30 segnala l'obesità, mentre il sovrappeso parte da 25.

E nei bambini?

Valgono gli stessi indici. Direi che un bambino che supera il 97esimo percentile nei grafici del Bmi è in una situazione di obesità.

Veniamo ai claim nutrizionali. Molti prodotti in etichetta vantano l'apporto delle vitamine: ma i bambini ne hanno così bisogno?

Assolutamente no. I claim sono profondamente sbagliati proprio perché esaltano un aspetto ma poi nascondono magari un apporto esagerato di zucchero. Io non demonizzo in modo ideologico le merendine, ma non posso non notare che questi snack sono squilibrati dal punto di vista nutrizionale e sono tutt'altro che salutistici. Bisogna sempre seguire una dieta bilanciata e fare molto movimento, a maggior ragione se si introducono nella dieta i cibi confezionati.

A leggere le etichette il Far West delle promesse non conosce frontiere. Servirebbe un freno e i profili nutrizionali, che avrebbero dovuto essere definiti dal 2009, potrebbero finalmente vedere la luce. Qual è la sua posizione?

I profili sono molto utili perché stabiliscono che se il prodotto apporta, ad esempio troppo zucchero o sale oppure grassi saturi, non può vantare in etichetta alcun beneficio nutrizionale. Sarei pure più radicale: per i cibi che espongono i bambini al rischio obesità vieterei a prescindere l'uso dei claim e la vendita nelle scuole.

Tredici anni e ancora le aziende possono esaltare un nutriente per "nascondere" altri. È davvero troppo, non le pare?

Purtroppo come spesso succede si compiono scelte per non danneggiare il mercato. Però poi ci si accorge che così facendo si danneggia la salute pubblica che poi crea un danno economico in termini di spesa e assistenza sanitaria molto più importante e persistente nel tempo.

Un mondo con più natura è un mondo più felice.



Ti sei mai accorto che in molti dei tuoi momenti felici c'è la natura?
Per questo ce ne prendiamo cura collaborando con il WWF
e per tutti i nostri biscotti usiamo solo farina da agricoltura sostenibile.
E per rendere la nostra farina sostenibile, il 3% dei campi è coltivato a fiore
per aiutare le api e tutti gli altri insetti impollinatori.





Riporta la natura nel pianeta

Il **pet food** che destina il 100% dei ricavi (dopo costi e tasse) al ripristino della biodiversità.
La chiamiamo Reintegration Economy.

almo nature è 100% proprietà di



I poteri (reali) dello zenzero

Questa radice è oramai ingrediente comune dei nostri consumi. Complici anche i **benefici** che gli vengono attribuiti. Nei laboratori del Gruppo Maurizi abbiamo voluto vedere quanti di questi effetti siano **veri** e quanti frutto di **miti**

di **Roberto Quintavalle**

È uno dei cosiddetti superfood della nostra era. Lo zenzero da alimento esotico è diventato già da tempo un ingrediente comune nelle nostre cucine, nei tanti centrifugati che consumiamo nei bar e perfino in tisane e alimenti industriali. Le sue proprietà benefiche, antinfiammatorie e antiossidanti sull'uomo, del resto, sono state evidenziate da numerosi studi, sia in laboratorio che su volontari sani. Nei laboratori del Gruppo Maurizi, il Salvagente, ha voluto mettere alla prova l'attività battericida di questa radice nei confronti di alcuni dei più temuti contaminanti alimentari.

Lo zenzero (*Zingiber officinale*), appartenente alla famiglia delle Zingiberaceae è una radice (un rizoma correlato alla radice di curcuma, per la precisione).

Cresce come una perenne tropicale con germogli verdi (assomigliano quasi al bambù, un rizoma correlato) con foglie a forma di lancia e gambi di fiori bianchi o gialli. Il nome "radice di zenzero" suggerisce che la parte che usiamo è il sistema di radici marroni che scorre sottoterra tra i germogli. Questa radice quando sbucciata contiene un nucleo fibroso e succoso che può essere grattugiato, tritato, macinato o cotto.



Il potere antibatterico da crudo e da cotto



ZENZERO CRUDO



ZENZERO COTTO

ZENZERO CRUDO	MICROORGANISMI	ZENZERO COTTO
Moderatamente efficace	Escherichia Coli	Invariata
Moderatamente efficace	Stafilococchi	Invariata
Invariata	Aspergillus (muffe)	Moderatamente efficace
Inefficace	Listeria	Inefficace
Invariata	Salmonella	Invariata

Non solo orientale

È sempre necessario acquistare zenzero di origine orientale o sudamericana, che ha dovuto fare migliaia di chilometri prima di giungere sui nostri banchi? No, visto che di recente in tutta Europa si sta coltivando questa pianta di grande valore sul mercato. Secondo i numeri resi noti dall'Istituto del commercio estero, nel 2018, l'Italia ha importato zenzero per un valore di circa 10 milioni e 800mila euro. E non è un caso, dunque, che sui banchi dei supermercati abbia già fatto la sua comparsa il 100% italiano del Consorzio zenzero italiano. Un progetto importante anche dal punto di vista dei numeri: solo nel 2021 la raccolta ha toccato le 500 tonnellate: un prodotto fuori suolo e certificato residuo zero e nichel free.



Il nostro studio

Nel nostro studio sperimentale abbiamo voluto misurare l'attività dello zenzero da crudo, la forma nella quale spesso viene addizionato agli alimenti, e da cotto, così come viene assunto quando si consumano infusi. Il numero dei campioni analizzati per ogni tipologia è in triplice per ottenere dei dati scientificamente validi. Sono state allestite delle colture batteriche dei seguenti microrganismi di interesse alimentare patogeni e potenzialmente patogeni: *Escherichia coli*, *Aspergillus spp* (muffa), *Stafilococchi coagulasi positivi*, *Listeria monocytogenes*, *Salmonella spp*. Per ogni microrganismo è stata quantificata la concentrazione prima e dopo il contatto. Sono state preparate due colture per ogni microrganismo test partendo da ceppi ATCC a titolo noto. Una coltura di ciascun microrganismo è stata utilizzata con lo zenzero crudo e l'altra con lo zenzero cotto.

È stata ovviamente fatta un'analisi preliminare sullo zenzero sia crudo che cotto per avere un dato sulla concentrazione di partenza.



© Pixel Shot/Adobe Stock

Dopo l'inoculo i campioni sono stati lasciati a temperatura di 20°C controllata mediante termometro tarato per la misura a 24 ore di distanza dal condizionamento.

I risultati

Prima di sintetizzare i risultati ottenuti, è il caso di sottolineare che nello zenzero, sia cotto che crudo, è presente una flora interferente di microrganismi ambientali, non patogeni ma che possono fare da substrato, che non viene abbattuta neanche con la bollitura.

Dai risultati ottenuti si evince che sui miceti e in particolare le muffe del genere *Aspergillus* spp è più efficace lo zenzero cotto. Infatti, la concentrazione dei microrganismi a contatto con zenzero cotto viene abbattuta di un fattore 10 (un log si direbbe correttamente in linguaggio scientifico) rispetto alla concentrazione di inoculo iniziale, ma ciò potrebbe essere anche dovuto alle alte temperature che raggiunge la cottura dello zenzero.

Al contrario invece contro i microrganismi patogeni e potenzialmente patogeni è più efficace

lo zenzero crudo probabilmente perché con la cottura vanno perdute alcuni degli agenti battericidi termolabili. La concentrazione degli *Escherichia coli* è diminuita di un log nello zenzero crudo e restata invariata rispetto a quella iniziale nello zenzero cotto. Stessi risultati per lo stafilococco.

Interessante invece il fatto che la *Listeria* è invece cresciuta in entrambi i casi, addirittura di un log rispetto alla concentrazione iniziale nello zenzero cotto e di due log nello zenzero crudo. La *Listeria monocytogenes* è conosciuto come uno dei microrganismi gram positivi più resistenti sia alle temperature di refrigerazione che alle condizioni avverse.

La *Salmonella* è rimasta alla medesima concentrazione inoculata sia a contatto con lo zenzero crudo, che cotto.

Questi ultimi due patogeni citati non hanno presentato alcuna sensibilità allo zenzero.

Si può concludere affermando che lo zenzero ha mostrato un lieve effetto battericida se impiegato crudo contro alcuni patogeni di interesse alimentare. Lo zenzero cotto invece ha soppresso moderatamente soltanto la crescita delle muffe.

Un superfood millenario con molte proprietà

Questa spezia è ricca di sostanze, come i gingeroli, con proprietà interessanti per la nostra salute. In qualche caso, però, si tratta di virtù sovrastimate. Vediamo quali trovano una conferma scientifica e in quali casi è lecito dubitare

Lo zenzero è una pianta parente stretta del cardamomo ed è una spezia tipica dei lontani paesi orientali noto in occidente già dal Medioevo. Può essere usato fresco, ma il più delle volte è consumato sotto forma secca e di polvere. È una spezia ricca di tante sostanze fra cui i gingeroli che donano quel particolare sapore che ha reso così famosi i ginger. È una tipica spezia da cucina molto usata per arricchire di sapori e di aromi tanti piatti provenienti dall'Estremo Oriente, le sue proprietà salutistiche o benefiche si sono sempre più affermate negli ultimi anni arricchendo il panorama degli integratori ricchi di promesse che talvolta non sono poi concretizzate.

Molti studi confermano per esempio le proprietà antinausea o anti-vomito. Gli estratti alcolici del rizoma di ginger pare abbiano anche reali ca-

pacità antistaminiche e alcuni studiosi trovano lo zenzero interessante per contrastare gli effetti della chemioterapia e per aiutare i pazienti in trattamento con il cisplatino. Le proprietà sono meglio evidenti se si assume l'integratore poco prima dei pasti principali o anche poco prima che appaiono i primi segnali di nausea e la rapidità nella risposta è tale che in qualche minuto si riesce a evitare il vomito.

Consumare zenzero fresco, però, non permette di quantificare i principi attivi ingeriti mentre un integratore contiene precise quantità dei componenti attivi che possono dare gli effetti attesi e i benefici previsti.

Lo zenzero è considerato una vera e propria leggenda fra le spezie, ma spesso è sovrastimato nelle sue proprietà salutistiche. Non fa dimagrire, per esempio, un mito che deriva dal fatto che nella medicina tradizionale orientale è considerato un alimento "caldo" per cui attiva la digestione e combatte l'innata voglia di ingrassare trasformandolo in un bruciagrassi. Di certo favorisce la digestione ed elimina i gas dall'addome facendo sembrare la pancia piatta e sgonfia: più che dimagrante ha un'azione di make up addominale. Almeno per il momento, poi, le prove scientifiche non ci aiutano a dimostrare che combatta il raffreddore o l'influenza. Non è un afrodisiaco, per cui non aiuta a migliorare le nostre prestazioni se non aiutandoci a "digerire meglio" qualche piccola incomprensione transitoria di coppia. Alcuni studi sembrano prevedere un possibile sviluppo dello zenzero nel controllo del diabete, ma le prove per ora sono solo di laboratorio e probabilmente sarà un supporto a uno stile di vita adeguato a chi soffre di diabete e non certo la soluzione radicale della patologia.



AssoBío

DA 15 ANNI PORTIAMO LE AZIENDE BIO NELLA CASA DEGLI ITALIANI

AssoBio dà voce e spazio al Mondo
del Biologico dal 2006

- ✓ Tutelando e rappresentando le aziende di produzione, trasformazione e distribuzione di prodotti biologici come portavoce dell'intero settore
- ✓ Rispondendo alle esigenze di sviluppo e partecipazione delle imprese, svolgendo attività di networking e fornendo servizi tecnici di settore
- ✓ Assistendo le imprese socie in progetti di sviluppo e di promozione sui mercati nazionali ed internazionali.



www.assobio.it



AssoBío

Non è sempre pane

Per legge questo alimento dovrebbe essere privo di additivi. Ma a ben guardare in qualche caso troviamo i **miglioratori**: di cosa si tratta? E come riconoscere un **vero integrale** e un filone che è cresciuto con la **lievitazione naturale**?

di **Dario Vista**

Non c'è popolo che non abbia il pane nel repertorio dei cibi da mettere in tavola. Un alimento apparentemente semplice nella sua costituzione, che è però declinato in mille modi, in base alla ricetta di produzione, alle farine usate, alla forma. Pagnotte, panini, pancarrè, piadina, frisella e tante altre varianti.

Gli ingredienti sono pochi: farina, acqua, lievito e - se desiderato - il sale. Questi sono gli ingredienti ammessi dalla legge n.580 del 1967 per poter riportare in etichetta e in denominazione il termine "pane".

Nessun additivo o conservante può essere utilizzato nella produzione del "pane", ma sicuramente qualcuno starà leggendo sull'etichetta

del pane o dei panini la parola "miglioratore" e starà pensando di avere tra le mani un prodotto fuori norma.

Il "miglioratore", chimicamente, è un enzima (nello specifico un'amilasi) che favorisce la lievitazione, ma, una volta fatto il suo lavoro, resta inattivo e per questo motivo non costituisce un ingrediente, ma un coadiuvante tecnologico che nel caso del "pane" è consentito.

In etichetta potrebbe anche essere omesso, ma molte aziende trasparenti lo scrivono. Sarebbe cosa buona e giusta, se la legge imponesse di riportare il miglioratore in etichetta e anche la sua natura chimica, visto che in fin dei conti è una sostanza che interagisce intimamente con la materia prima che poi noi consumatori mangiamo.

Altri invece potrebbero aver acquistato del "pane" nero, magari anche decantato come salutare dal commesso o dal panettiere che glielo ha venduto.

Questo prodotto è stato trattato con un colorante, il carbone vegetale (E153), e non può essere per legge definito "pane".

Ci sono alcune deroghe sull'utilizzo di altri ingredienti, purché vengano rispettate le percentuali massime. Si possono usare grassi, come l'olio, il burro e lo strutto per un massimo del 3% della sostanza secca. Nel caso di zuccheri aggiunti invece il limite è al 2% sulla sostanza secca (4% se provenienti da malto).



per i nostri denti



Il nutrizionista



▶ Tutte queste concessioni di legge, rendono la normativa troppo elastica, tant'è che la possibilità di usare questi ingredienti nella percentuale massima indicata, ci fa trovare in etichetta sostanze come il destrosio che ricade negli zuccheri e soprattutto emulsionanti come i mono e digliceridi degli acidi grassi che rientrano nella categoria dei grassi.

Questi ingredienti/additivi li troviamo con certezza nelle famose e comode baguette della Grande distribuzione. Si tratta di un prodotto precotto parzialmente o cotto completamente dal supermercato a partire da un semilavorato surgelato. Per questo motivo non può essere venduto come pane fresco; purtroppo i supermercati utilizzano spesso la dicitura “appena sfornato”, legale, ma sicuramente fuorviante.

In questi prodotti, come anche nel caso del pane in cassetta, è concesso anche un conservante, l'alcol etilico (antimicrobico e antifungino), purché la concentrazione non superi il 2%.

Nessun pericolo per la salute, neanche per i bambini, visto che evapora dopo l'apertura e soprattutto dopo la tostatura; la lista degli ingredienti però si allunga ulteriormente.

L'aspetto maggiore che contraddistingue i diversi tipi di pane qualitativamente e merceologicamente è il tipo di farina di origine. A prescindere dai diversi tipi di pane derivanti da differenti specie di cereali (frumento, segale, farro, grano saraceno...), l'aspetto più ricorrente nella scelta del consumatore è la raffinazione della farina che determina la presenza in commercio di prodotti integrali e non.

Lavorare una farina integrale per produrre pane non è un'impresa semplice che richiede

grandi competenze nel panettiere. Questo perché in assenza di raffinazione la percentuale sul peso delle proteine da cui si origina il glutine è minore. Meno glutine significa che la maglia che trattiene i gas di lievitazione è più sottile e meno fitta e questo inficia la crescita degli impasti.

Si ricorre perciò molto spesso al taglio con farina raffinata, più vocata alla lievitazione e per ingannare il consumatore che si aspetta di trovare una pagnotta più scura nell'interno, si aggiunge crusca rimacinata.

Un pane “falso integrale” che non riporta in etichetta la presenza di farine raffinate si riconosce facilmente al taglio: nella matrice biancastra della mollica si diffonde la puntinatura marrone scura della crusca.

Questo prodotto “falso integrale” è nutrizionalmente peggiore, perché, per quanto contenga più fibra, ha comunque un indice glicemico più alto dovuto al fatto che gli zuccheri sono più liberi.

La lievitazione naturale è un altro aspetto che negli ultimi anni desta l'interesse dei consumatori perché ritenuta più sana. In effetti questa affermazione è vera, perché il prodotto finale è più digeribile per la maggiore degradazione

dell'amido e del glutine. È anche più nutriente in termini di microelementi perché viene degradata una maggiore quantità di acido fitico che impedisce l'assorbimento di potassio, fosforo, magnesio e zinco. Infine la flora batterica del lievito naturale ha una buona azione probiotica. Un pane a lievitazione naturale si riconosce al sapore da una nota acida e dalla maggiore freschezza che mantiene nel tempo.

Quello a lievitazione naturale è più digeribile e, allo stesso tempo, più nutriente in termini di microelementi

Sofficità chimica, i segreti dei panini industriali

Che siano adatti a toast, hamburger o altre preparazioni, i prodotti confezionati hanno bisogno di più di un aiutino per la loro caratteristica morbidezza. E un esempio illuminante sono quelli inconfondibili usati da McDonald's.

Il panino è il pasto veloce per eccellenza, che lo si prepari a casa o lo si compri in salumeria o al fast food; una soluzione comoda e trasportabile, facile da consumare anche in piedi o camminando.

Le ricette industriali per la produzione di panini si sono evolute per dare prodotti più morbidi e quindi ancora più comodi da consumare per un pasto veloce.

Mono e digliceridi degli acidi grassi sono l'additivo per eccellenza che con la sua funzione di emulsionante, conferisce l'inconfondibile morbidezza ai panini. Non mancano mai nella linea della Mulino Bianco in prodotti come le Pagnottelle Classiche o gli Sfilatini.

Lo zucchero, o le sue declinazioni, come ad esempio il destrosio, è fondamentale nella produzione di panini allettanti perché nutre maggiormente il lievito spingendo di più la fermentazione e quindi aumentando il volume del prodotto. Lo rende anche più morbido assorbendo acqua e mantenendo più salda la rete glutinica e infine per caramellizzazione indora la crosta.

Nelle Pagnottelle Classiche del Mulino Bianco troviamo 5,4 g di zucchero per 100 g di prodotto, negli sfilatini invece è presente il destrosio.

Nei famosi Hot Dog della Daily Bread lo zucchero arriva addirittura al 7% e tra gli additivi emulsionanti oltre ai mono e digliceridi troviamo lo stearoil lattilato di sodio (in etichetta E481) e gli acetati di sodio come correttori di acidità.

Il panino più famoso del mondo è certamente quello di McDonald's. Dal cartello ingredienti possiamo subito notare che lo zucchero, di cui non è indicata la quantità è il secondo della lista, quindi molto presente. La trama liscia inconfondibile della sua superficie è garantita



da una glassa costituita da acqua, olio di girasole, proteine del pisello, destrosio, maltodestrine e amido di mais. La consistenza soffice e la relativa stabilità sono garantite dall'utilizzo di glutine come ingrediente, amido di patata e dagli immancabili mono e digliceridi degli acidi grassi. Questo requisito di stabilità è importante perché la mastodontica catena di fast food non produce i panini nei suoi punti vendita, ma usa l'ingrediente decongelato. Anche l'acido ascorbico come antiossidante è importante per la tenuta cromatica, prevenendo le ossidazioni.

Il panino McDonald's è un prodotto unico, dall'aspetto e dalle altre caratteristiche sensoriali inconfondibili. Il prodotto deve essere standardizzato dall'industria per fare tanti cloni che non modifichino le loro caratteristiche nella logistica e nel complesso processo di produzione.

Per ottenere questi risultati purtroppo serve una lunga lista di ingredienti.

Bio

100% UOVA ITALIANE

UNA GALLINA FELICE FA MEGLIO LE UOVA!

Scegliere i prodotti BIO TODIS significa perciò non solo decidere di mangiare sano, ma anche rispettare le biodiversità ed i naturali processi produttivi utilizzando le tecniche più moderne di coltivazione a vantaggio della nostra salute, della natura e dell'ecosistema. Le aziende agricole che forniscono i prodotti BIO TODIS sono certificate e controllate regolarmente da organismi di controllo accreditati dal Ministero delle Politiche Agricole che assicurano la rispondenza dei prodotti ai requisiti del biologico. Dai freschi dell'orto e del frutteto alle conserve, dai prodotti caseari alla pasta dalle uova ai prodotti da forno, un vasto assortimento capace di soddisfare le esigenze di tutta la famiglia tutelando l'ambiente.



FIDARSI È BENE,
MA MANGIARLI È MEGLIO!

 **Todis**

www.todis.it



© GrapeImages/iStock

Pfas e tessile i veleni addosso

Le sostanze perfluoralchiliche sono molto utilizzate nell'**abbigliamento outdoor**, soprattutto per rendere impermeabili o **idrorepellenti** le giacche ma iniziano a farsi largo tessuti che non le usano senza soffrirne in qualità

di **Valentina Corvino**

Le vogliamo ad alte prestazioni, efficaci nel respingere l'acqua e nel tenerci al caldo quando serve. Siamo davvero esigenti quando si tratta di acquistare giacche a vento, soprattutto se le utilizziamo per gli sport invernali. Ignorando, tuttavia, un aspetto che per chi ama la natura dovrebbe essere prioritario: le sostanze applicate sulla superficie comportano rischi di

salute diretti per chi indossa gli indumenti e per l'ambiente.

Parliamo dei Pfas, le sostanze alchiliche perfluorurate e polifluorurate: un gruppo di oltre 4.700 composti chimici artificiali. Sono noti anche come "sostanze chimiche permanenti", in quanto sono estremamente persistenti nell'ambiente e nel nostro organismo. Possono avere effetti negativi sulla salute provocando danni al



► fegato, malattie della tiroide, obesità, infertilità e cancro. Nonostante questo sono ampiamente utilizzate nell'abbigliamento outdoor per le caratteristiche di idrorepellenza e impermeabilità ma anni di ricerca tecnologica, stanno dando i frutti: oggi sono molti i trattamenti ai tessuti che vantano di essere Pfas-free. "L'orologio sta andando in questa direzione" ci ha spiegato Giuseppe Bartolini, chimico e direttore del laboratorio tessile del Gruppo Kering, lasciando intendere che i consumatori sono diventati più attenti nella scelta.

In queste pagine vi proponiamo un lavoro di Mamavation, una Ong ambientalista statunitense, che ha passato in rassegna marchi e produzioni esaltando quelli che non fanno uso delle sostanze perfluoroalchiliche.

Non è la prima volta che vengono svolte analisi alla ricerca di Pfas nelle giacche a vento: nel 2016, nell'ambito della campagna Detox, Greenpeace ha analizzato numerosi capi di abbigliamento e attrezzature outdoor per verificare la presenza di Pfc (composti poli- e perfluorurati). Dei quaranta prodotti analizzati dalla associazione, quattro (ovvero il 10%) non presentavano Pfc, segno che è possibile produrre abbigliamento e attrezzature outdoor senza far ricorso a sostanze chimiche pericolose. Da allora nessuno dei marchi ha detto addio all'uso di Pfas nelle membrane o nei rivestimenti che utilizzano. Per il momento ci sono solo tanti annunci come quelli di The North Face e Mammut che hanno promesso di non usare più i composti poli- e perfluorurati in alcune collezioni entro il 2025.

Gore Fabrics, l'azienda americana che detiene il noto marchio Gore-Tex e leader globale nella produzione di tessuti impermeabili, a settembre dello scorso anno ha iniziato a produrre una membrana per l'abbigliamento outdoor totalmente priva di Pfc. Qualcosa si muove ma ci vorranno anni per smettere di contare i danni dovuti dall'inquinamento da Pfas, e non è detto che ciò avvenga vista la loro scarsa degradazione che li farà sopravvivere a lungo anche all'abbandono industriale.

Migliori e peggiori:

L'indagine di Mamavation si è conclusa stilando tre liste di marchi: quelli che, per scarsa trasparenza, non hanno convinto gli esperti statunitensi e per questo li sconsigliano; quelli "migliorabili" perché si sono impegnati pubblicamente a dire addio ai Pfas nel loro processo di fabbricazione e i "migliori" perché già fanno a meno delle sostanze perfluoroalchiliche.



le scelte green di Mamavation

MARCHI SCONSIGLIATI

In questa lista appaiono i marchi di giacche e impermeabili che non hanno preso alcuna posizione sui Pfas, e quindi stanno semplicemente ignorando il problema oppure sono stati analizzati da Mamavation scoprendo la presenza di sostanze perfluoroalchiliche:



Caterpillar: non ha risposto alle sollecitazioni di Mamavation.



Patagonia: Mamavation, all'inizio dello scorso anno, ha testato una giacca commercializzata sul sito web come "senza Pfas"; le analisi però hanno rilevato la presenza di 901 ppm di fluoro totale, un indicatore della presenza di Pfas.

MARCHI MIGLIORABILI

Questa lista è a metà strada. I marchi che vi appaiono si sono impegnati a fare a meno dei "Forever Chemicals" nei loro prodotti: non si tratta di un annuncio generico dal momento che gli esperti di Mamavation hanno esaminato studi indipendenti su questi marchi (che confermano le dichiarazioni dell'azienda) o estratto (e verificato) le informazioni

direttamente dal sito web:



Burberry



Columbia



Helly Hansen: il nuovo tessuto a tre strati Lifa Infinity Pro è impermeabile senza l'uso di alcuna finitura chimica. Non necessita di Dwr (Durable water repellents) perché la barriera è completamente fisica, non a base di solventi chimici. Il marchio lo ha solo in alcuni prodotti in questo momento, ma si sta espandendo all'attrezzatura professionale.



Mammut



Timberland: entro il 2025 dirà

addio ai Pfas ma non c'è nessuna cronologia chiara sui Pfte (il politetrafluoroetilene, un tipo di Pfas).



The North Face: entro il 2025 dirà addio ai Pfas ma non c'è nessuna cronologia chiara sui Pfte.

MARCHI MIGLIORI

Questa lista comprende i marchi per i quali Mamavation ha verificato l'assenza di Pfas nei tessuti e nelle membrane che utilizzano:



Canada Goose



Dale of Norway



H&M



Fjallraven

Le alternative? Ci sono e piacciono ai consumatori

Bartolini (Test & Innovation Laboratory): "Esistono già oggi dei tessuti trattati con sostanze che garantiscono livelli uguali di idrorepellenza. La ricerca è lunga e costosa ma chi sceglie questa strada viene ripagato"

Con il passare degli anni, sono aumentate le membrane impermeabili e i tessuti idrorepellenti che non utilizzano Pfas e con essi i marchi che si sono rivolti per le proprie produzioni ad alternative più sicure. Si tratta di una svolta lunga e che ha richiesto (e tuttora richiede) una ricerca tecnologica complessa e altrettanto costosa ma che - come ci ha spiegato Giuseppe Bartolini, direttore del laboratorio Til (Test & Innovation Laboratory) di proprietà del Gruppo Kering - le aziende perseguono con piacere (e interesse) perché è aumentata la consapevolezza dei consumatori che sempre più ricercano abbigliamento Pfas-free.

Dottor Bartolini, che differenza c'è tra membrane e rivestimenti in tessuto?

È la stessa differenza che c'è tra tessuti idrorepellenti e impermeabili. L'idrorepellenza si ottiene con un trattamento superficiale del tessuto esterno di un capo di abbigliamento che rende lo stesso resistente all'acqua. In altre parole, in caso di una pioggia leggera il tessuto

non si bagna ma lascia cadere via le piccole gocce d'acqua. Questo trattamento si ottiene con i rivestimenti in tessuto. Per realizzare, invece, un capo impermeabile è necessaria una membrana.

Ci spieghi meglio...

Con una pioggia più consistente, il tessuto idrorepellente non basta perché l'acqua abbondante supera lo strato idrorepellente e finisce per oltrepassare le fibre del tessuto. Per fare in modo che questo non accada serve un tessuto 'continuo',

immagini un'incerata. Solo che se le aziende usassero una incerata come siamo abituati a immaginarla, così come non passa l'acqua dall'esterno verso l'interno, non passerebbe neanche il sudore.

Sarebbe scomodo...

Certamente. È per ovviare a questo inconveniente che sono

I sostituti dei Pfas sono efficaci idrorepellenti ma sull'impermeabilità c'è ancora molto da lavorare

nate le membrane funzionali, il Gore-Tex per intenderci, che hanno la peculiarità, di non lasciare passare lo stato liquido, l'acqua piovana, ma fanno traspirare lo stato di vapore, il sudore.

Sia le membrane che i rivestimenti in tessuto usano dunque i Pfas?

Sì, si usano per entrambe le produzioni. Anche se adesso sono sempre di più le aziende che mettono a punto produzioni Pfas-free. L'orologio va in quella direzione

Garantiscono gli stessi risultati?

Nel caso dell'idrorepellenza esistono sostituti tecnologici senza Pfas che hanno prestazioni leggermente inferiori se non uguali. Per l'impermeabilità non ho un'esperienza diretta che mi possa far esprimere con la stessa certezza: leggo di molte aziende che promettono risultati eccellenti, ma non saprei. I Pfas su questi aspetti sono imbattibili, però il mercato non li vuole più.

Che cos'è il Green Science Policy Institute

L'elenco della pagina accanto è stato redatto con l'ausilio del Green Science Policy Institute. Fondato nel 2008 in California, l'Istituto vuole rendere più sicuro l'uso delle sostanze chimiche per la salute umana, attraverso un dialogo costante con le istituzioni e sviluppando soluzioni innovative per ridurre le sostanze chimiche dannose nei prodotti.



© Starkevphoto / iStock

Pfas, chi ne fa già a meno

Quello che segue è un elenco di membrane e rivestimenti “Pfas free” (la lista è stata creata utilizzando il rapporto di Greenpeace “Pfc Revolution in the Outdoor Sector” e il sito Web Pfas Central del Green Science Policy Institute). Sono trattamenti che trovate già in etichetta del capo ma certamente sono citati nel sito web del produttore:

MEMBRANE PFAS-FREE

Le membrane sono tessuti idrorepellenti e/o antimacchia. A volte sono trattate con Dwr (idrorepellenza di lunga durata). Di seguito quelli che sappiamo essere certamente privi di Pfas:

Arnitel Vt è una membrana flessibile in elastomero termoplastico, impermeabile al 100% e riciclabile

al 100%

Climaloop antivento, impermeabile, altamente traspirante e realizzata senza Ptfе, include una membrana Sympatex e Bionic Finish Eco Dwr (utilizzato dal marchio per esterni Pyua)

GreenShield e GreenShield Zero sono basate su nanoparticelle di silice amorfa utilizzate anche in altri prodotti come dentifrici e creme cosmetiche

Nikwax Analogy Pump Liner utilizza un approccio a due strati: un tessuto frontale in poliestere ripstop, trattato con un Dwr privo di Pfas che devia vento e pioggia e supportato da una “fodera a pompa” (utilizzato da Paramo Directional Clothing)

Outdry Extreme Eco membrana priva di Pfas realizzata per Columbia per i prodotti Outdoor Exo. Usa anche Dwr senza Pfas

Sympatex è realizzata in polietere/estere, un composto di polie-

stere e molecole di polietere, il che significa che può essere riciclato come una bottiglia in Pet

Repel è nuova membrana di filo per cucire ideale per zaini, calzature, abbigliamento sportivo, uniformi e abbigliamento da lavoro. Repel porterà anche il marchio PfcZero di A&E poiché non contiene perfluorocarburi (senza Pfc). È stata testata da terze parti sulla cucitura e soddisfa il metodo di prova della pioggia: ISO 22958-2005 (O AATCC 61)

Texapore sviluppata internamente da Jack Wolfskin a base di poliuretano ed è privo di Pfas.

IDROREPELLENTI DUREVOLI SENZA PFAS (DWR)

Gli idrorepellenti durevoli senza Pfas (Dwr) oggi disponibili includono formulazioni a base di paraffina, silicone, resina modificata con grasso, acrilato/cera e uretano.



▶ Mentre alcuni di questi possono fornire idrorepellenza paragonabile ai Pfc C6 in determinate circostanze, nessuna formulazione è adatta a tutte le applicazioni. Tuttavia, questi sono quelli attualmente disponibili:

Arkophob Ffr offre livelli di idrorepellenza ai prodotti senza però contenere fluoro

Bionic-Finish Eco si presenta come una famiglia di formulazioni uniche non alogenate, prive di fluoro adatte a diversi materiali e progettate per diverse applicazioni

Kerb l'idrorepellente a lunga durata Sciessent Curb (Dwr) è una finitura funzionale che aggiunge proprietà di eliminazione dei liquidi ai tessuti. Agisce in modo che le goccioline di liquido rotolano via dalla superficie dei prodotti. Può essere combinato con tessuti e trattamenti che controllano gli odori e con le tecnologie antimicrobiche per avere una massima protezione del prodotto

Ecoguard-Syn (Conc) prodotto speciale senza fluoro per ottenere idrorepellenza e impermeabilità alla pioggia. Ecoguard-Syn (Conc) dà i migliori risultati su tessuti sintetici e tessuti per capispalla. Le prestazioni di Ecoguard-Syn (Conc) sono molto vicine ai fluorochimici C6 in termini di idrorepellenza e durata

Ecorepel basato su lunghe catene di paraffina

Heiq Eco Dry funziona come una struttura superficiale 3D idrofoba microscopica per ridurre al minimo i punti di contatto e fornire idrorepellenza durevole

Nanomyte® SR-200EC rivestimento liquido altamente idrofobo ma sottile, trasparente e facile da pulire. È altamente repellente all'acqua e agli oli ma l'aspetto chiave è che il rivestimento è privo di materiali fluorurati

Serie Neoseed contiene agenti Dwr privi di Pfc con idrorepellenza paragonabile a quelli tradizionali a base di fluoro

Nikwax Dwr impermeabilizzante che evita tutti i fluorocarburi, inclusi Pfc, C6 e C8

Organotex il trattamento si lega alle fibre anziché formare un film sulla parte superiore, garantendo la morbidezza e la traspirabilità non ne risente. Inoltre è facilmente biodegradabile in conformità con l'Ocse 301C, privo di fluorocarburi (ad esempio Pfas, Pfos, Pfoa), silossani ciclici, isocianati e altri prodotti chimici tessili comunemente usati, il che significa che è completamente atossico

Polartec si tratta del cosiddetto "Pile" depositato dalla ditta americana Malden Mills con il marchio Polartec, utilizzato poi per la realizzazione di innumerevoli capi di abbigliamento. Esso è ricavato dal poliestere con un particolare trattamento che lo rende molto morbido, garantendo una perfetta vestibilità

Smartrepel® Hydro ha la caratteristica di mantenere asciutti i tessuti in cotone, poliestere e poliammide. L'esclusiva tecnologia offre un'eccezionale idrorepellenza durevole e non è basata sul fluoro

Teflon EcoElite basato sul 60% di materie prime vegetali di origine rinnovabile, le prestazioni superano di gran lunga le altre tecnologie prive di Pfc, come paraffina e siliconi

Zelan R3 contiene il 63% di contenuto di origine rinnovabile derivato da una varietà di fonti vegetali, accuratamente selezionate da materie prime non geneticamente modificate e non di origine alimentare. È tre volte più resistente dei repellenti non fluorurati esistenti

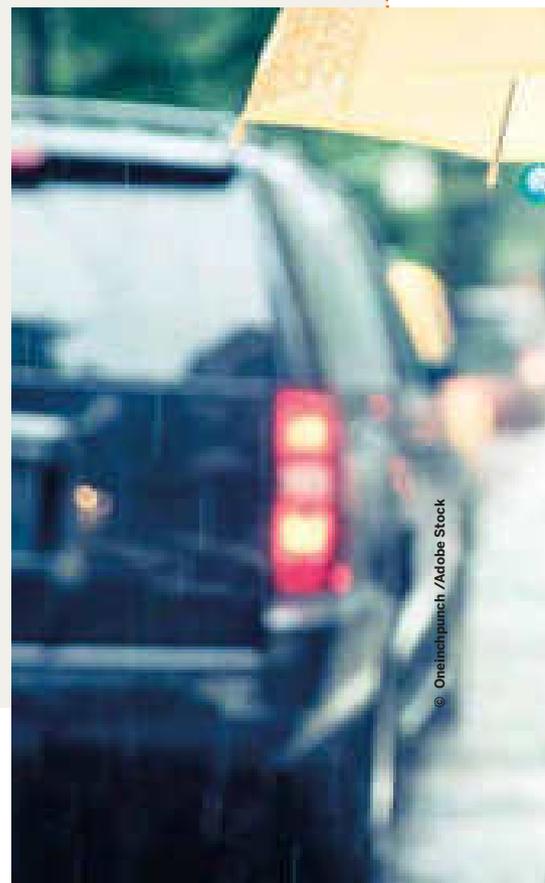
ZeroF utilizza una base polimerica priva di fluoro.

IDROREPELLENTI DUREVOLI SENZA PFAS (DWR) - PIUMINI

HyperDry Eco funziona allo stesso modo dei tradizionali prodotti chimici Dwr costruendo catene di carbonio-idrogeno per ridurre la tensione superficiale. L'effetto che si ottiene, usando questo trattamento, è che l'acqua scivola via dalla superficie del piumino. La differenza è che il composto HyperDRY è completamente privo di Pfc, il che significa che non è fluorurato

DownTek ZeroPfc è un trattamento idrorepellente privo di fluorocarburi. Il piumino rimane asciutto 10 volte più a lungo di uno non trattato allo stesso modo, il che significa che chi lo indossa rimane più caldo e asciutto

Nikwax detergente tecnico ad alte prestazioni sicuro, privo di Pfas per indumenti e attrezzature idrofobi e imbottiti in piuma.



“Sono dappertutto Occorre intervenire”

Carlo Foresta, endocrinologo è tra i maggiori esperti italiani di queste sostanze:
 “I Pfas hanno caratteristiche idrorepellenti, danno forma agli oggetti.
 Le aziende non possono farne a meno e nemmeno noi potremmo rinunciarci”

Quando si parla di Pfas, la maggioranza della popolazione pensa che sia un problema connesso alle aree del Vicentino e del Veronese. Zone in cui lo sversamento da parte della fabbrica della Miteni ha prodotto una contaminazione che ha costretto centinaia di migliaia di residenti ad analisi obbligate per stabilire i danni subiti. Ed è diventato uno degli incidenti maggiori al mondo in questo campo. In realtà l'inquinamento generale è diffuso quasi ovunque. “Hanno caratteristiche idrorepellenti. Danno forma agli oggetti di uso quotidiano. Le industrie non possono farne a meno e noi stessi non potremmo rinun-

ciarci”. A sentire le parole di Carlo Foresta, ordinario di Endocrinologia dell'Università di Padova e autore di numerosi studi sui Pfas, le sostanze perfluoroalchiliche sono dappertutto e per questo è necessario trovare un'alternativa meno dannosa.

Professore, sappiamo che c'è una distinzione tra i Pfas a catena lunga e quelli a catena corta: i primi sono più pericolosi dei secondi? O viceversa?

Allo stato attuale non c'è ancora chiarezza su questo argomento. I due Pfas maggiormente studiati, Pfoa e Pfos, sono entrambi a catena lunga e di loro abbiamo approfondimenti sufficienti a dichiararli pericolosi. Gli altri, ad esempio i Pfas C6 sono a catena corta e si sa ancora molto poco circa la loro sicurezza.

Quando l'industria ha scoperto i Pfas e quando, invece, sono iniziati i dubbi circa la loro sicurezza?

La pericolosità dei Pfas è emersa circa 25 anni fa quando in determinate zone d'Italia ma non solo sono iniziate a emergere particolari condizioni cliniche della popolazione che hanno fatto pensare a una responsabilità di queste sostanze con le patologie osservate.

Di che patologie parliamo?

La lista è davvero lunga: si va dai danni alla tiroide all'aumento dei livelli di colesterolo. Le sostanze perfluoroalchiliche possono anche essere responsabili di alcuni tipi di cancro (testicolare, alla mammella, al rene) oltre a determinare alcuni danni nei feti. Insomma, non vanno assolutamente sottovalutate. Nel nostro paese, in tre province del Veneto - Vicenza, Verona e Padova - la contaminazione da Pfas delle falde acquifere dovuta allo sversamento della fabbrica Miteni ha evidenziato, a partire almeno dal 2015, un aumento di alcune patologie come il tumore a rene e testicolo





© Feliks Szweczyk/Adobe Stock

▶ (+30%), la cardiopatia ischemica (+21%), il morbo di Alzheimer (+14%), le malattie correlate al diabete (+25%).

La correlazione tra queste patologie e inquinamento da Pfas è stata riscontrata solo in Italia?

No. Lo stesso aumento di patologie si è avuto anche negli Stati Uniti e in Cina. Anzi, in quei paesi il sospetto sulla responsabilità delle sostanze perfluoroalchiliche è iniziato molti anni prima (dal 2002, ndr).

Che effetti hanno sull'ambiente?

Oggi queste sostanze sono conosciute per la contaminazione ambientale che hanno prodotto negli anni proprio a causa della loro stabilità termica e chimica, che le rendono resistenti ai processi di degradazione esistenti in natura: fotolisi, idrolisi, degradazione biotica aerobica e anaerobica. Poi, una volta che queste molecole entrano nell'ambiente per contaminazione dell'acqua, entrano nella catena alimentare attraverso il suolo, la vegetazione

e le coltivazioni, gli animali e quindi gli alimenti.

Dove vengono utilizzati maggiormente i Pfas?

Si prestano a diversi usi: sono utilizzati in un'ampia varietà di prodotti di consumo e applicazioni industriali a causa delle loro proprietà chimiche e fisiche uniche, tra cui idrorepellenza, temperatura e resistenza chimica e proprietà tensioattive. I Pfas sono stati utilizzati in schiume antincendio, rivestimenti metallici antiaderenti per padelle, imballaggi in carta per alimenti, creme e cosmetici, tessuti per mobili e abbigliamento outdoor, vernici e fotografia, cromo-

mature, pesticidi e prodotti farmaceutici.

C'è un modo per evitarli?
È difficile per i cittadini evitare totalmente l'esposizione ai Pfas. L'utilizzo di prodotti per la cura personale e materiali da cucina privi di Pfas ed evitare il contatto diretto con prodotti che li contengono aiuta solo a ridurre l'esposizione.

Sono molte le patologie per cui è studiata e provata la responsabilità dei Pfas: dall'aumento del colesterolo ai tumori

Dal ketchup ai piatti: la lista è molto lunga

Molte le analisi indipendenti che hanno testimoniato come sia facile entrare in contatto con queste sostanze dannose nella vita di tutti i giorni. Perfino per i bambini che mangiano nelle mense scolastiche italiane

Grazie alla loro elevata stabilità e versatilità, per anni è stato impossibile immaginare che l'industria potesse fare a meno dei Pfas: per le loro proprietà tecniche, sono stati utilizzati per decenni in numerosi processi e prodotti industriali: nella produzione di tessuti, elettronica, rivestimenti di carta, vernici, schiume antincendio e cera per sci. Di conseguenza sono numerose le ricerche che ne hanno evidenziato la presenza. Al di là della contaminazione ambientale (e alimentare) che ha coinvolto le province venete di Vicenza, Verona e Padova considerata la più estesa del mondo, per area geografica e per numero di persone coinvolte, se guardiamo solo all'ultimo anno, la presenza di Pfas è stata segnalata nei piatti delle mense scolastiche, in alcuni articoli di abbigliamento, nel ketchup e nella biancheria intima da ciclo.

Mamavation è l'Organizzazione non governativa più attiva nella ricerca di laboratorio di queste sostanze: oltre allo studio di cui vi abbiamo ampiamente parlato in queste pagine, si devono all'associazione di mamme statunitensi le analisi sul ketchup e la biancheria intima mestruale. Per quanto riguarda i ketchup, le analisi hanno rilevato la contaminazione da Pfas in 8 salse su 12 in quantità che variano da 11 a 18 ppm (la salsa Heinz che si trova anche nel nostro paese è tra i campioni "puliti").

Le analisi condotte sulla biancheria da ciclo, invece, hanno bocciato il 65% degli slip portati in laboratorio: un dato che gli esperti hanno definito preoccupante perché se le sostanze alchiliche perfluorurate e polifluorurate sono largamente usate in questa tipologia di prodotti per renderli idonei all'uso, è anche vero che l'esposizione a

questi composti interessa una parte del corpo, la vagina, molto delicata.

Anche il Salvagente ha contribuito a monitorare la contaminazione da Pfas: nel giugno 2021 abbiamo inviato a Massimo Chiari, fisico dell'Infn (Istituto nazionale di fisica nucleare), 11 campioni di stoviglie compostabili raccolti nelle mense scolastiche italiane di diverse regioni (7 piatti, 2 bicchieri, 2 coperchi/coperture dei lunch box) alla ricerca di fluoro. Una presenza comunemente ritenuta possibile indicatore dell'utilizzo di Pfas. Dopo oltre due mesi di analisi, abbiamo ricevuto i risultati. E si tratta di numeri

che non tranquillizzano noi né i genitori di bambini e ragazzi in età scolare. Dei 2 bicchieri analizzati, uno aveva fluoro a 470 ppm (parti per milione) e il secondo un livello non rilevabile (sotto i 200 ppm). Per i piatti il risultato è stato ben peggiore: in tutti è stato rilevato fluoro,

anche quattro volte più alto. Il livello massimo è stato di 2.030 ppm. Con quella inchiesta, tra l'altro, abbiamo scoperto che le uniche a porre un limite alla presenza del fluoro (e dunque dei Pfas) sono le stoviglie certificate come compostabili, evidentemente poco diffuse nelle nostre scuole.

Anche ai capi di abbigliamento low cost piacciono i Pfas come ha dimostrato un recente test condotto dal programma della tv canadese Cbc, Marketplace che ha portato in laboratorio 38 campioni di abbigliamento e accessori per bambini, adulti e maternità acquistati su AliExpress, Shein e Zaful: un articolo su cinque ha presentato livelli elevati di sostanze chimiche, tra cui piombo, Pfas e ftalati in quantità non considerate sicure in Canada (e neanche in Europa).

Anche il Salvagente ha monitorato la presenza di Pfas: li abbiamo cercati e trovati nelle stoviglie compostabili



La **Farina 0 di Grano Tenero per pizza e focacce Tre Mulini** è indicata per impasti che necessitano di lievitazioni fino a 6/8 ore.



© Paparazzit/istock

“Vi spiego cosa succede alla pasta”

Giuseppe Ferro, amministratore delegato de **La Molisana**, analizza la “tempesta perfetta” nella quale è finito il simbolo del made in Italy: “I rincari peseranno poco ma speriamo di uscire dalla crisi dal prossimo giugno”

di **Enrico Cinotti**

Segniamoci questa data: “tra aprile e la fine di maggio”. È questo il periodo nel quale i silos del grano duro a livello mondiale potrebbero rimanere definitivamente vuoti. Un rischio tutt’altro che remoto. Anzi una probabilità che potrebbe innescare una seconda spinta inflazionistica sul bene simbolo del made in Italy: la pasta. Il perché ce lo spiega Giuseppe Ferro, amministratore delegato de La Molisana, che in dieci anni ha portato il gruppo di Campobasso a raggiungere l’8% del mercato italiano con trend di crescita invidiati dalla concorrenza: “In questi mesi per effetto della crisi produttiva canadese, le quotazioni

del grano sono letteralmente raddoppiate e questo si è riflesso sui prezzi al consumo con un aumento medio al chilo di 40-45 centesimi. Il Canada - prosegue - primo produttore al mondo, coltiva mediamente 6,5 milioni di tonnellate di frumento duro, nella campagna scorsa invece, a causa degli incendi e della persistente siccità, è crollata a 3,5 milioni. Le scorte a livello mondiale sono pari a 1,5 milioni, quindi nei silos manca esattamente lo stesso quantitativo. Temo che nel bimestre prima della nuova raccolta (che comincia a giugno, ndr) non avremo grano a sufficienza per fare la pasta”.

Stretta nella morsa dell’impennata delle quotazioni e della possibile mancanza della materia



L'intervista



Giuseppe Ferro
amministratore
delegato del gruppo
La Molisana. In
pochi anni è diven-
tato tra i cinque
marchi più venduti
in Italia.

▶ prima, la pasta insomma rischia di restare sotto lo scacco dei rincari ancora per molti mesi. “Vorrei anche ridimensionare l’allarme sugli aumenti - aggiunge Ferro - perché, se come spero a settembre prossimo la produzione tornerà su buoni livelli, stiamo parlando di un aumento di 7 euro a persona. Però mi rendo conto che questa è una cifra che si somma ad altri, tanti, rincari che pesano tutti sui bilanci familiari. E quindi non si può che essere preoccupati”.

Dottor Ferro, sembra una tempesta perfetta. A che punto è la corsa dei prezzi?

Fino a 6 mesi fa il grano nazionale costava 270-285 euro alla tonnellata. Oggi siamo arrivati a 580-600 euro: subiamo un aumento di oltre il 100% che in proporzione si riflette pure sulla semola. Sul frumento duro estero le percentuali sono le stesse.

Tutta colpa del crollo canadese?

Purtroppo sì. L’escalation inflattiva deriva dall’estero e si è riflessa sull’andamento del mercato italiano.

Qual è l’impatto sui listini del pacco di pasta?

Premesso che il prezzo al consumo lo decide la Grande distribuzione, l’aumento sul chilo di pasta è nell’ordine di 40-45 centesimi. Mediamente si è passati da 1,10 euro di giugno a 1,50 di novembre con punte di 1,70 euro.

Fino a quando dureranno queste tensioni?

Mi auguro che a settembre 2022, con la nuova

raccolta nel Nord America, potremmo superare il problema e contare su quantitativi che ci consentano di tornare alla normalità. O quasi visto che concimi, semi e carburante costano di più. Forse ci vorranno due stagioni granarie positive per tornare alla normalità.

Oltre alla materia prima, il pacco di pasta è influenzato da altri rincari?

L’unica parola che conosciamo in questo momento è aumento. Dal packaging, che sia in carta o cellophane, al costo dell’energia, dal gas fino ai trasporti per non parlare del legno e dei pallet. Stiamo facendo di tutto per contenere gli aumenti ma è davvero dura.

Vorrei però tranquillizzare i consumatori: non stiamo parlando di cifre astronomiche.

Facciamo i conti allora...

In media ogni italiano consuma 23 chili di pasta all’anno. Prendiamo per comodità 0,40 euro di aumento: sono 9,20

euro in dodici mesi. A settembre prossimo il consumatore dovrebbe aver pagato 6,90 euro in più. Ecco questo è l’impatto che rischia di subire: non esagerato.

La Molisana in questi anni è cresciuta al punto da diventare uno dei cinque marchi leader in un settore dove la concorrenza è molto accesa. Siete stati pionieri del 100% grano italiano mentre in tanti, fino a pochi anni fa, dicevano che la nostra produzione non sarebbe bastata. Oggi, secondo i

**La Grande distribuzione
ha aumentato 40-45
centesimi al chilo
e i listini sono passati
da 1,10 a 1,50 euro**



dati Ismea, la quota della pasta ottenuta con grano nazionale è del 38%. Sfida vinta?

Direi proprio di sì. I contratti di filiera li abbiamo voluti perché sapevamo che il grano italiano poteva avere un livello di proteine elevato e perché abbiamo delle varietà di altissima qualità. Noi abbiamo puntato su sementi certificate e buone pratiche agronomiche che ci consentono, grazie all'agricoltura 4.0, di intervenire, con la concimazione e il diserbo, solo dove c'è bisogno.

Senza mai usare glifosato, giusto?

Nei nostri capitolati per politica aziendale il glifosato è bandito. Dal 2018 poi usiamo solo grano italiano.

I contratti di filiera sono un modello vincente sotto molti punti di vista...

Di certo i nostri agricoltori non hanno mai guadagnato tanto, ma questo è pure giusto.

L'obbligo di indicare il paese di origine del grano in etichetta è una norma che piace molto ai consumatori e anche in virtù di questa informazione è cresciuta la pasta made in Italy. La norma è sperimentale e verrà prorogata fino al dicembre 2022: sarebbe favorevole ad estenderla per sempre?

La nostra scelta sul 100% italiano l'abbiamo compiuta prima e continueremo a sostenerla anche se non dovesse esserci più l'obbligo di indicare in etichetta l'origine della materia prima perché crediamo che il grano italiano sia ormai diventato uno dei migliori al mondo.

Voi produceτε anche per le private label dei gruppi della Grande distribuzione: i capitolati per i super-

mercati rispettano i vostri parametri aziendali?

Naturalmente sceglie il committente come vuole la pasta. Posso dire che noi comunque usiamo sempre un grano con un valore di proteina superiore al 13,50% e impieghiamo almeno il 51% di frumento italiano.

Siete passati alla carta riciclabile per il packaging della pasta: una scelta obbligata?

Dopo aver puntato sull'alta qualità con il 100% italiano, abbiamo scelto di investire sulla sostenibilità con una confezione completamente riciclabile ottenuta da carta Fsc, proveniente da fonti forestali correttamente gestite. Anche in questo caso l'abbiamo fatto perché ci crediamo e perché sappiamo che il consumatore è sempre più sensibile all'eco-compatibilità delle scelte.

I numeri confermano che avete imboccato la strada giusta. Qual è la vostra prossima tappa?

Nel 2011, quando siamo partiti, fatturavamo 16 milioni, stimiamo di chiudere il 2021 con oltre 300 milioni. All'inizio detenevamo lo 0,3% del mercato, oggi la nostra quota è dell'8% e sulla pasta integrale siamo addirittura al 15,3% nazionale. Abbiamo rivoluzionato i nostri stabilimenti e automatizzato la logistica. Investiamo in nuovi formati anche a partire dagli stimoli dei nostri consumatori. Presto cominceremo ad avvicinarci al settore dei sughi pronti. Ogni cosa però cercheremo di affrontarla dosando la tradizione, e quindi competenza, con l'innovazione, che è sguardo al futuro.

Una scelta di qualità che “allontana” il glifosato

L'obbligo di indicare l'origine del grano ha spinto i contratti di filiera e favorito il boom della pasta 100% italiana. Una decisione che ha addirittura abbassato nel 2020 le quotazioni del grano del Canada, dove si abusa del temuto erbicida

Gli italiani tornano a mangiare più pasta e lo fanno in particolar modo se è ottenuta con grano 100% italiano. Secondo gli ultimi dati dell'Ismea nel report “Tendenze. Frumento duro e pasta di semola”, nel 2020, complice il lockdown, “i consumi domestici di pasta di semola secca hanno invertito la tendenza flessiva in atto da tempo”. Gli acquisti delle famiglie italiane di pasta l'anno scorso sono aumentati del 4,6% in volume e del 9,6% in valore, registrando anche un aumento del prezzo medio di acquisto (+4,8%). Parallelamente è cresciuta la quota della pasta con grano made in Italy e di sicuro molto ha contribuito l'obbligo di indicare il paese di origine della materia prima. Scrive Ismea: “Uno stimolo consistente al consumo di pasta perviene dalla pasta 100% italiana che nel 2020 ha mostrato un aumento delle vendite del 3,8% in volume mentre l'incremento della spesa è stato più consistente (+12,4%) grazie all'aumento del prezzo unitario al consumo dell'8,2%. Il consumatore italiano negli ultimi anni sta mostrando un crescente interesse nei

confronti di questo prodotto così come l'industria nazionale sta utilizzando sempre più l'etichetta d'origine per il riposizionamento della propria produzione. Il peso detenuto dalla pasta 100% italiana - prosegue Ismea - è costantemente aumentato: da una quota del 14% in volume e del 17% in valore nel 2018, ha raggiunto il 38% in volume e il 41% in valore nei primi sei mesi del 2021”.

La possibilità di scelta - rispetto ad esempio a un grano canadese trattato con il glifosato - legata a una maggiore trasparenza in etichetta, ha inciso anche sulle quotazioni del grano. Nel 2020 il differenziale tra il prezzo medio del frumento duro canadese e quello nazionale si è ridotto a 16 euro/t, contro valori superiori almeno di 40 euro/t degli anni precedenti. “Questa osservazione - conclude Ismea - è effetto della norma sull'etichettatura e della conseguente crescita produttiva della pasta 100% made in Italy e della spinta alla sottoscrizione dei contratti di coltivazione che obbliga l'uso della semente certificata e all'adozione di pratiche colturali funzionali al miglioramento della granella”.



Chi usa il 100% italiano

Ecco una lista - sicuramente non esaustiva - in ordine alfabetico dei marchi di pasta che usano solo grano made in Italy

Agnesi	La Molisana
Alce Nero	La marca del consumatore
Amato	Le Stagioni di Italia
Armando	Mancini Eataly
Barilla	L. de Rosa
Conad verso Natura Bio	NaturaSi
Coop FiorFiore	Pastificio di Martino
Del Verde	Poiatti
Di Benedetto	Riscossa
Esselunga bio	Rummo integrale e bio
Esselunga Top	Saper di Saporì - Selex
Fabianelli	Setaro
Felicetti	Sgambaro
Girolomoni	Terre d'Italia Carrefour
Granoro	Voiglio
I Tesori	Zara

La compagnia aerea
TI HA ROVINATO LE VACANZE?

Relax! Il tuo volo in **RITARDO** o
CANCELLATO vale fino a **600€**



@ info@rimborsoalvolo.it
☎ 06.69 33 26 96
☎ 348.91 46 278
f Rimborsoalvolo
@ rimborsoalvolo.it
in rimborsoalvolo.it



www.rimborsoalvolo.it

Il nostro servizio è a **COSTO ZERO**:
non tratterremo mai alcuna percentuale dal tuo risarcimento!

Usa

Stop alle importazioni di merci dallo Xinjiang

La Camera dei rappresentanti degli Stati Uniti ha approvato un disegno di legge che limita le importazioni dallo Xinjiang, zona della Cina più volte al centro dell'attenzione internazionale a causa dello sfruttamento e delle condizioni inumane in cui è costretta a vivere la minoranza musulmana degli Uiguri. Non è la prima volta che gli Stati Uniti prendono una decisione drastica nei confronti dei prodotti che arrivano da questa regione cinese. Già precedentemente, infatti, avevano boicottato l'importazione di cotone e pomodori provenienti dallo Xinjiang, stilando una sorta di lista nera delle aziende cinesi che utilizzavano il lavoro forzato. Il nuovo provvedimento chiede ai produttori le prove che quanto commercializzano non venga realizzato utilizzando lavoro forzato.

Spagna

Commissioni minime, Antitrust multa Idealista, Remax e altre agenzie

La Commissione nazionale per i mercati e la concorrenza (Cnmc) ha multato diverse società per 1,25 milioni di euro per aver imposto commissioni minime nel mercato dell'intermediazione immobiliare, ovvero per aver fissato commissioni sulla vendita e sull'affitto di case. Tra le società multate ci sono Idealista e Remax. Secondo la Commissione le agenzie "hanno attuato in Spagna un sistema di esclusive condivise con il quale imponevano commissioni minime di intermediazione. Per partecipare al sistema era richiesta una commissione del 4% per la vendita".

Creme mani, delicate a parole e nei fatti

Proteggono, nutrono, idratano e combattono i segni del tempo. Come la crema per il viso, anche quella per le mani è un prodotto immancabile nella routine della cura del corpo soprattutto in questo periodo dell'anno quando il freddo si fa sentire. E può far comodo conoscere i risultati di un test realizzato dal mensile tedesco Öko-Test che ha messo alla prova 53 creme per le mani scelte tra le proposte naturali e tradizionali di supermercati, parafarmacie e discount. In generale, il giudizio è positivo: i nostri colleghi tedeschi annotano come le formulazioni di quasi tutti questi cosmetici siano cambiate in meglio. Nessun bocciato tra i naturali che si confermano essere la scelta vincente per chi è attento alla salute della pelle e dell'ambiente. Tra le 31 creme mani "tradizionali", invece, il mensile tedesco ne ha bocciate 5.

Le prove

Nella tabella che segue abbiamo riassunto i risultati di 8 creme mani che si possono acquistare anche nel nostro paese: le prime

3 sono i campioni naturali, gli altri creme "tradizionali". I laboratori incaricati da Öko-Test sono andati alla ricerca, innanzitutto, delle fragranze allergizzanti, quel gruppo di 26 sostanze che una direttiva dell'Unione europea ha indicato come a rischio elevato di provocare allergie. Le analisi sono state particolarmente attente a scovare l'eventuale presenza di propyl-paraben e hydroxycitronellal due molecole sulle quali pesano i sospetti di essere interferenti endocrini. Nella categoria "altri ingredienti controversi", i nostri colleghi tedeschi si sono concentrati sulla ricerca di Peg, filtri Uv, siliconi e Moah. Le principali preoccupazioni che derivano dall'uso cosmetico dei Peg riguardano il processo che può portare alla formazione di sottoprodotti nocivi. Inoltre, molti Peg non sono facilmente biodegradabili e comportano rischi ambientali. I Peg, insieme ai Moah (gli oli minerali considerati potenzialmente genotossici e cancerogeni) sono stati responsabili della bocciatura della crema Dove.

	Dr Hauschka crema mani	Lavera Basis Intensiv crema mani	Weleda crema mani intensiva al melograno	
Prezzo (euro/confezione)	2,89 (shop-farmacia.it)	4,19 (solariabio.it)	7,84 (shop-farmacia.it)	
Profumi/sostanze allergizzanti	Si/Citronellol, geraniol, citral, farnesol, eugenol	Si/Geraniol, citral, citronellol	Si/Citronellol, geraniol, citral, eugenol, coumarin	
Altri ingredienti controversi	No	No	No	
Composti plastici	No	No	No	
Giudizio	Molto buono	Molto buono	Molto buono	

Valutazione: Molto buono - Buono - Soddisfacente - Sufficiente - Insufficiente



I siliconi, invece, sono un gruppo di sostanze “ingannevoli” perché danno una piacevole sensazione di morbido e vellutato che in realtà impedisce la normale ossigenazione e idratazione della pelle e quindi non ne migliora la struttura: le analisi ne hanno evidenziato la presenza nella crema Nivea. Anche i filtri Uv hanno contribuito al declassamento delle creme mani che li contenevano (nessuna nel nostro campione). Alcuni studi, infatti, hanno rilevato un sicuro rischio per la

salute associato all’utilizzo di questi filtri: dall’accumulo di queste sostanze nel corpo, fino all’irritazione e ai potenziali disturbi endocrini.

In laboratorio, le formulazioni delle creme mani Eucerin e Dove hanno evidenziato la presenza di alcuni composti plastici (polimeri, copolimeri o acrilati) che hanno penalizzato ulteriormente i cosmetici: non si tratta di sostanze dannose per la salute ma per l’ambiente dal momento che sono scarsamente degradabili.

	Cien crema mani (Lidl)	Neutrogena crema mani formula norvegese	Eucerin pH5 crema mani	Nivea crema mani intensiva	Dove crema mani intensiva
	0,51 (lidl.it)	2,76 (100farmacie.it)	3,98 (100farmacie.it)	3,90 (notino.it)	4,71 (beautytheshop.com)
	Si	Si	Si	Si/Citronellol, citalra, coumarin, geraniol	Si/Citronellol, coumarin, geraniol
	No	No	No	Siliconi	Peg, Moah
	No	No	Si	No	Si
	Molto buono	Molto buono	Buono	Buono	Insufficiente

Francia

Non andrà più al macero la merce invenduta

Dal 1° gennaio 2022 i prodotti non alimentari invenduti dopo i saldi e le vendite promozionali non dovranno essere più destinati al macero. È quanto prevede la legge anti-spreco con lo scopo di ridurre le emissioni di gas serra. Sono interessati dalla misura prodotti elettrici ed elettronici, batterie, tessuti, mobili, cartucce d’inchiostro, nonché prodotti per l’igiene e la cura dei bambini, attrezzature per la conservazione e la cottura degli alimenti, prodotti per la salute, hobby, nonché libri e materiale scolastico. Per gli inadempienti è prevista una multa di 15mila euro.

Europa

Accordo Ue sulle aliquote Iva: ecco cosa cambierà

I ministri dell’Economia della Ue hanno dato il via libera unanime alle nuove regole che, se confermate dal Parlamento europeo, andranno ad armonizzare l’Iva europea su tre fasce. Gli Stati membri continueranno ad applicare un’aliquota Iva standard superiore al 15%. Tuttavia, ora avranno anche la possibilità di applicare due aliquote ridotte fino a un minimo del 5% sui beni e servizi appartenenti ad una lista di 24 prodotti. Potranno, inoltre, applicare anche un’aliquota ridotta inferiore al 5% e un’esenzione (aliquota zero) a un massimo di sette categorie dello stesso elenco. La lista di beni e servizi che potrebbero beneficiare di riduzioni ed esenzioni include i prodotti contraccettivi, di protezione dell’igiene femminile e gli assorbenti per il ciclo mestruale.

Europa

Sostanze tossiche nei pannolini bocciata la proposta francese

L'Echa ha respinto la proposta francese di una normativa che limitasse la presenza di quattro gruppi di sostanze chimiche pericolose che sono state trovate nei pannolini: formaldeide, Ipa, diossine, furani e Pcb. Il Comitato per la valutazione dei rischi (Rac) dell'Agenzia della Ue per le sostanze chimiche ha concluso che "i dati scientifici disponibili e la valutazione del rischio non dimostrano che le sostanze incluse nella proposta siano presenti nei pannolini a livelli che comportano un rischio per i bambini". Allo stesso tempo, il comitato ha riconosciuto che non è nemmeno possibile escludere completamente i rischi derivanti dall'esposizione ad alcune delle sostanze e che dovrebbero "essere mantenuti ai livelli più bassi possibili nei pannolini".

Usa

Sospesa ingiunzione ad Apple: stop ai link dei pagamenti esterni

Apple non sarà obbligata a consentire metodi e canali di pagamento alternativi, gestiti da terze parti, sul proprio App Store. La Corte d'appello del Tribunale del Distretto Nord della California ha infatti concesso una sospensione dell'ingiunzione che avrebbe prescritto al colosso di consentire agli sviluppatori di implementare dei collegamenti a siti web esterni per i pagamenti in-app. Ovviamente, si tratta di una sospensione che non annulla la sentenza, ma ne blocca l'esecuzione fino a quando la Corte d'appello non potrà esaminare completamente il caso, cosa che probabilmente richiederà mesi.



Plastica, vietati piatti monouso non compostabili

Dal 14 gennaio, saranno vietati piatti e contenitori monouso in plastica non biodegradabile e non compostabile, ma anche prodotti in plastica oxo-degradabile e agli attrezzi da pesca contenenti plastica. Entrerà infatti in vigore il decreto legislativo 196/21 (pubblicato in Gazzetta Ufficiale 285 il 30 novembre) che attua la Direttiva 2019/904/Ce contro i cosiddetti "Sup" e "Single use plastics" e in generale per contrastare l'uso e l'inquinamento da plastica.

Il "prodotto di plastica monouso", stabilisce la normativa, è quello "realizzato interamente o parzialmente in plastica, a eccezione del prodotto realizzato in polimeri naturali non modificati chimicamente". Le plastiche oxo-degradabili sono invece definite come le "materie plastiche contenenti additivi che attraverso l'ossidazione comportano la frammentazione della materia plastica in microframmenti o la decomposizione chimica". Con la nuova normativa sarà

comunque consentita la vendita di oggetti in plastica monouso realizzati "in polimeri naturali non modificati chimicamente". Inoltre il divieto di vendita non si applica ai prodotti biodegradabili e compostabili (Uni En 13432 o Uni En 14995) con percentuali di materia prima rinnovabile uguali o superiori al 40% e, dal 1° gennaio 2024, superiori almeno al 60%.

Le scorte giacenti nei magazzini potranno essere vendute fino ad esaurimento.

Tuttavia non è tutto oro quello che luccica e nel recepire la Direttiva, l'Italia è stata molto permissiva. Ad esempio saranno ancora consentiti i contenitori che hanno rivestimenti in materiale plastico in quantità inferiore al 10% del peso dell'articolo, come per esempio i bicchieri e piatti di carta rivestiti con una piccola quota di plastica. Gli stessi per intenderci che vengono usati in molte mense scolastiche e nei quali i test del Salvagente hanno scoperto una contaminazione possibile di Pfas.

Olio, tiene la produzione italiana, boom della Tunisia

La campagna olearia in corso si conferma positiva per l'Italia e il dato previsionale è di 315mila tonnellate di olio di oliva, in crescita del 15% su un 2020 particolarmente scarso. È quanto emerge dalle ultime ricognizioni effettuate da Ismea e Unaprol. Molto diversificato il quadro estero. A livello mondiale, le prime stime produttive attestano i volumi della campagna 2021-22 a 3,1 milioni di tonnellate, sintesi della flessione della produzione comunitaria (-3%), determinata dalla riduzione attesa in Spagna



(-7%) e Grecia (-14%), e della contestuale crescita fuori dai confini della Ue, trainata dalla Tunisia (+71%), oltre che dalla Turchia (+9%) e dal Marocco (+25%).

Arachidi, perché non c'è obbligo di indicare l'origine

Sulle confezioni di arachidi tostate non c'è alcun obbligo per i produttori di specificare l'origine della materia prima. Nonostante alcune confezioni riportino la provenienza, la scelta è del tutto volontaria, visto che non esistono imposizioni di legge. Per due motivi. L'indicazione dell'origine è obbligatoria per la frutta secca a guscio ma le arachidi sono classificate come leguminose e quindi sfuggono a questa disposizione. E non sono le uniche. Frutta secca come le prugne o le albicocche a guscio non portano in dote al consumatore la provenienza in etichetta a differenza delle noci (anche se sgusciate).

Secondo il Regolamento Ue 1308/2013, infatti, se la frutta



secca subisce delle trasformazioni - come la tostatura - che ne alterano il codice di nomenclatura commerciale, decade l'obbligo di indicazione di origine.

La provenienza si deve specificare (anche se sgusciate) nel caso di noci, mandorle, pinoli, noccioline, castagne, noci di macadam a patto che non abbiano subito trasformazioni significative.

Diritto d'autore

Accesso ai siti pirata, gli italiani hanno ridotto le "visite"

Gli italiani stanno abbandonando i siti pirata. Tra il 2017 e il 2020 l'accesso complessivo a film, musica, libri e altri contenuti piratati nel Belpaese si è infatti dimezzato, passando da una media superiore ai 10 accessi al mese ai siti illegali ai 5,5 accessi medi mensili del 2020. È quanto emerge dall'ultimo studio dell'ufficio dell'Unione europea per la proprietà intellettuale (Euipo). In termini settimanali, gli italiani sono passati da una media di 2,5 accessi a settimana ai siti illegali a poco più di una visita a settimana ai portali che non rispettano il diritto d'autore.

Scuola

Meno classi pollaio soprattutto nei licei scientifici

Lo scorso anno scolastico è calato, seppur di poco, il numero della classi pollaio, ovvero quelle che ospitano più di 27 alunni. È la fotografia scattata da Tuttoscuela: nel 2021 se ne contavano 7.919 contro le 8.535 del 2020. Gli istituti tecnici hanno registrato un decremento minimo di classi pollaio (soltanto 11 classi), mentre i licei scientifici - che già avevano il maggior numero di classi con oltre 27 studenti - nell'anno appena finito ne hanno 133 in meno, ma restano, comunque, il settore con il maggior numero di classi ipernumerose. Gli istituti professionali scendono da 814 classi pollaio a 694, con un decremento di 120 classi; il liceo classico registra una diminuzione di 119 classi pollaio. A determinare la diminuzione, è stato il calo demografico.

Ambiente

L'erbicida vietato in **Val d'Agri**



Nell'area lucana, dalle analisi di Cova Contro, spunta nel suolo e nell'acqua il **Dcpa**, pesticida cancerogeno **bandito nella Ue dal 2009**, in quantità preoccupanti. L'ipotesi è che venga aggiunto alla lavorazione dei **prodotti petroliferi**

di **Giorgio Santoriello**

Ogni anno l'industria petrolifera e chimica brevettano nuove sostanze, molecole, polimeri, additivi, ricette che spesso vengono tarate sul riutilizzo di sostanze o materie prime a basso costo, magari sviluppate decenni addietro. Non capita di rado che queste molecole, messe a punto per un ambito preciso e poi messe al bando una volta riconosciuta la loro pericolosità, vengano riutilizzate altrove; una teoria del riuso e del riciclo di scoperte chimiche passate che potrebbe anche apparire virtuosa





Nella foto sopra un campione di acqua

prelevato dai volontari di Cova Contro presso il terminale fluviale scarico del Tecnoparco Valbasento Spa di Pomarico (Matera), il 12 agosto 2021. Nella foto a destra il Fiume Basento, Pisticci Scalo (Matera), agosto 2021.

Nelle pagine precedenti, l'impianto Eni di Viggiano.

► se non fosse che a volte può nascondere grossi danni per la salute e per l'ambiente. Esattamente uno dei casi studiati dall'Ong Cova Contro in Basilicata, quando quest'anno, quasi per caso, ha scoperto un pesticida vietato dal 2009 in diverse matrici ambientali di una zona a forte attività industriale.

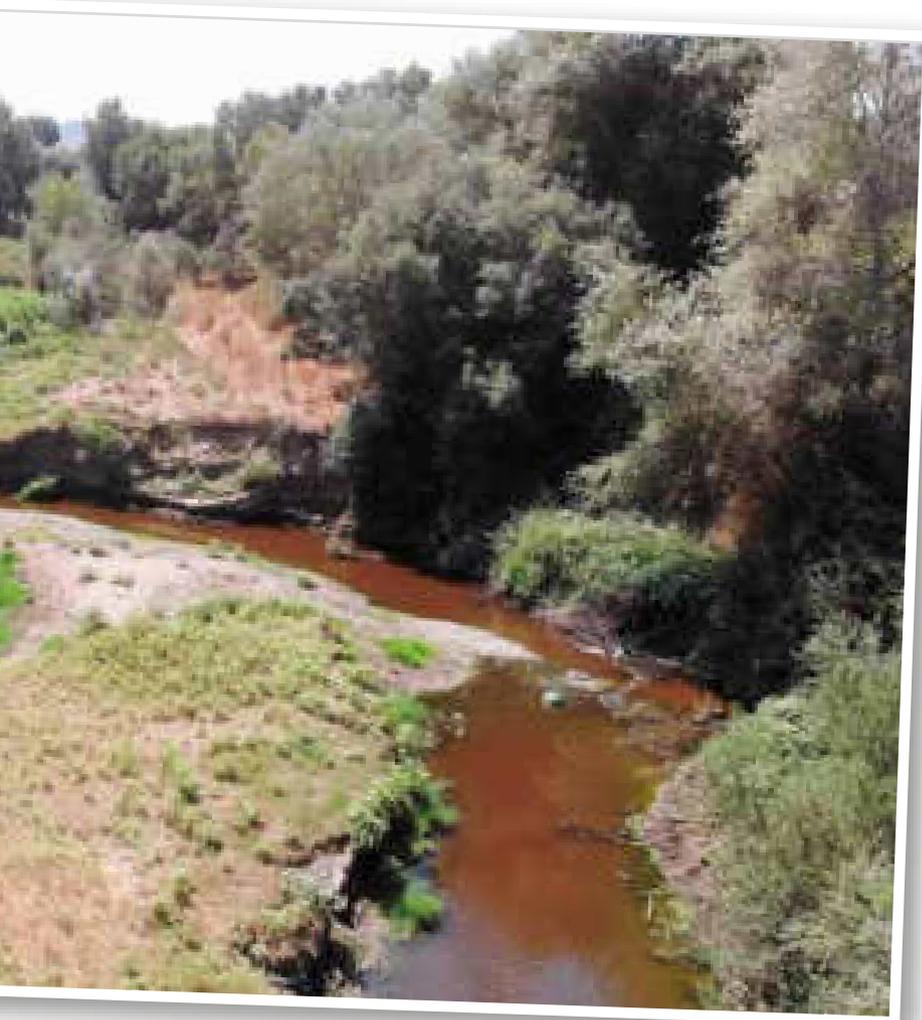
Basilicata, terra di nessuno

Dal 2015 Cova Contro fa citizen science per individuare, comprovare e colmare i buchi nei controlli ambientali in Basilicata, regione da sempre critica per i reati ambientali. Nel 2012 la Commissione parlamentare sul Ciclo dei rifiuti definì questa parte del nostro paese terra di nessuno, refrattaria ai controlli e non è un caso che l'Unione europea l'abbia sanzionata per numerose discariche e depuratori non a norma. La Basilicata non ha ancora adottato neanche un piano regionale di tutela dell'acqua, dell'aria o del suolo, nonostante fornisca acqua a milioni di pugliesi e ospiti ambite sorgenti minerali, usate da Coca-Cola (Livia, Sveva, Fonti del Vulture) e San Benedetto. Decisamente insufficiente la capacità di controlli interni, tanto che l'Arpa Basilicata, l'Agenzia regionale che si occupa della protezione ambientale, deve ancora ricorrere ad altre Arpa e a Ispra per una lunga serie di analisi e va-

lutazioni ambientali. Nonostante il fiume di denaro derivante dalle attività petrolifere che vedono la Basilicata come il più grande giacimento on shore d'Europa, i cittadini sono costretti ad autotassarsi o a cercare bandi privati per alzare l'asticella dei controlli.

Cova Contro è tra quanti cerca di fare questo lavoro, con particolare attenzione ad alcune aree strategiche, come alvei fluviali e sorgenti montane, posti incantati ma che nascondono una storia ambientale ancora da scrivere. Negli anni l'associazione ha calibrato sempre di più i suoi controlli per offrire al territorio dati gratuiti che aiutassero i residenti a comprendere il più possibile l'impatto dell'industria petrolifera, con l'osservazione costante dei siti specialistici per carpire quelle informazioni che all'estero i petrolieri o i loro tecnici hanno dovuto documentare ma che in Italia restano sconosciute.





Dalle acque “anomale” alle analisi

Nel corso del 2021 un agricoltore di Montemurro in Val d'Agri, il Texas italiano, aveva segnalato la venuta a vista di acque anomale dal terreno: rossastre, iridescenti, con un olezzo forte di idrocarburo e zolfo, che lasciavano sedimentare altre anomale colorazioni, e al cui passaggio l'erba sembrava non crescere normalmente. Cova Contro decide di non fare la solita spettrometria di massa sui campioni prelevati ma di commissionare al laboratorio CR Chimica di San Pietro Vernotico, in provincia di Brindisi, esami mediante gascromatografia in alta risoluzione, l'apparecchiatura di ricerca per diossine e furani impiegata per ricercare anche le altre sostanze. A maggio il laboratorio comunica che dal gascromatografo è emersa una positività per il Dcpa, il Dimetil tetracolorotereftalto, ovvero il Dachtal, 

La storia del Dcpa tra Usa ed Europa

Il Dimetil-tetracolorotereftalato o Dcpa è un erbicida registrato negli Usa nel 1958 ma noto agli studiosi già dal 1948. Di difficile degradazione, negli Stati Uniti col tempo si è bioaccumulato negli ecosistemi acquatici e nella fauna ittica, nel 2009 viene bandito dalla Ue perché sospetto cancerogeno. Negli Usa, invece, è ancora utilizzabile ma solo per alcune colture, come patate e melanzane.

Alcuni studi svolti sugli animali in America del Nord hanno dimostrato diversi tipi di danni riconducibili al Dcpa, su diversi organi bersaglio e attività cellulari. L'Epa, l'Ente di protezione ambientale a stelle e strisce, ha svolto la prima seria valutazione del Dcpa e relativi metaboliti solo nel 2008, vale a dire cinquant'anni dopo la registrazione della molecola, nonostante l'agenzia l'avesse inserito tra i possibili cancerogeni già nel 1995 per sospetti incrementi tumorali tiroidei nei ratti. Nel 2009 la Commissione europea ha riconosciuto che da composti affini al Dcpa (clorthal-dimetil) si possono degradare metaboliti capaci di penetrare nelle acque sotterranee, e il governo canadese nel 2017 ha stabilito un uso massimo di Dcpa/Dachtal di 17,45 kg per ettaro.

Negli ultimi anni le campagne di analisi svolte negli Usa dall'Ong ambientalista Environmental Working Group hanno rilevato che negli alimenti di origine vegetale il pesticida più frequente è proprio il Dcpa-Dachtal.

Il composto ha trovato in seguito altre applicazioni industriali, come per esempio la modulazione di fluidi in ambito petrolifero, regolatore di solventi, emulsionanti e viscosità, con brevetti depositati esclusivamente per l'applicazione mineraria.



Le mancate risposte delle autorità locali

La Regione Basilicata è una delle poche regioni italiane a non aver ancora adottato un piano regionale di tutela acque come imposto da normative europee, i controlli ambientali vengono svolti da strutture non ancora accreditate. Nonostante la vocazione agricola soprattutto del materano con la piana del Metapontino e la produzione di Aglianico nel Vulture, in Basilicata da sempre manca un bollettino pubblico e dettagliato sui pesticidi. Gli uffici Sian (Servizi igiene, alimenti e nutrizione) delle aziende sanitarie locali non hanno mai pubblicato rendiconti approfonditi sulle non conformità registrate negli alimenti prelevati. Cova Contro nel dicembre 2015 individuò prociadione decine di volte oltre soglia in un campione di uva regolarmente in vendita e la locale azienda sanitaria confermò l'anomalia 14 mesi dopo la segnalazione. Arpab non ha mai ricercato i metaboliti dei pesticidi, e solo nel 2020 quando i controlli vennero effettuati su base multiresiduale estesa per la prima volta, i risultati alla foce del fiume Agri rilevarono 18 pesticidi presenti contemporaneamente, di cui alcuni banditi da tempo.

► un pesticida sospetto cancerogeno, tossico e persistente a base di cloro, bandito dalla Ue nel 2009. In questa prima fase si vede la presenza ma non la quantità, dato che il laboratorio non ha gli standard di misurazione per quantificare numericamente questa positività. L'Ong decide di assumersi l'onere dell'acquisto degli standard e di ripetere il prelevamento su altri campioni.

L'inquinamento invisibile

Non è il primo caso di sospetto inquinamento di quell'area. Dal 2016 a oggi tra Val d'Agri e Val Basento, tra sorgenti montane e acque fluviali, si sono registrati continui sforamenti o positività per metalli pesanti, idrocarburi pesanti, tensioattivi, composti organici aromatici. Ora si aggiunge il sospetto di una presenza anomala di Dcpa Un sospetto che si trasforma in certezza una volta terminate le analisi di quantificazione: il laboratorio testimonia una presenza in tutti i campioni analizzati con tenori che oscillano tra i 2 mg/kg nei terreni montani/sedimenti fluviali a 0,14 mg/l nelle polle sorgive che affiorano a mille metri sul livello del mare, a tre chilometri di distanza dalla diga a uso potabile del Pertusillo. In Val Basento invece l'omonimo fiume sfocia tra le spiagge bandiera blu del Metapontino.



Nella foto della pagina accanto affioramenti anomali a Montemurro (PZ) maggio 2020. In questa pagina, invece, altri affioramenti sospetti fotografati nella stessa zona nel settembre 2021.

I pesticidi a base di cloro affini al Dcpa avrebbero una soglia di legge nei terreni di 0,01 mg/kg e di 0,1 mcg/l per le falde, quindi i risultati ottenuti fanno balzare sulla sedia i responsabili del lavoro di Cova Contro: i certificati di laboratorio evidenziano tenori centinaia di volte sopra il limite.

Un inquinamento difficile da evidenziare se non fosse per le analisi condotte dall'Ong: a oggi Arpab non solo non ha un piano regionale di tutela acque come imposto dalle norme europee, e per il quale l'Europa stranamente temporeggia sulle sanzioni, ma non ha svolto alcuna valutazione ecologica né per i laghi a uso potabile né per i fiumi. Eppure, soprattutto per questi ultimi, gli abitanti locali, ex pescatori fluviali, denunciano zone morte sempre più persistenti, poche specie, molte

aliene, sulle quali ricade anche un divieto di pesca causa inquinamento. Altra nota dolente è la mancanza di biomonitoraggi, richiesti e promessi da lustri: non si studia l'accumulo di inquinanti nella catena alimentare e solo Cova Contro ha la tenacia di continuare a pubblicare dati chiari e accessibili a tutti, dagli idrocarburi ritrovati nella carne podolica, ai metalli pesanti nella fauna ittica vicino lo scarico del sito nucleare Itrec di Rotondella, sempre in Basilicata.

La procura si muove

La pubblicazione delle analisi sul sito dell'organizzazione lucana non passa inosservata. La Procura di Potenza apre ulteriori indagini sulla denuncia relativa al Dcpa ma le recenti de-





Il prelievo di sedimenti fluviali

(qui sopra) nell'alveo del fiume Basento presso lo scarico della Tecnoparco Valbasento spa, Pomarico (MT) il 12 agosto 2021. Accanto, una delle manifestazioni dei cittadini della zona. Nella pagina che segue, invece, una foto dello stabilimento petrolifero.

nunce del procuratore capo Francesco Curcio disegnano un quadro desolante: mancanza di uomini e mezzi tra procura e forze dell'ordine, mancanza di fondi per consulenze più estese e approfondite, difficoltà di collaborazione anche tra enti pubblici e magistratura.

In questo quadro Cova Contro è diventata un punto di riferimento anche per le vittime dell'inquinamento che non sentendosi tutelate da nessuno si rivolgono all'associazione per avere supporto tecnico ambientale e legale: trovare un legale non condizionabile ed esperto in tematiche ambientali non è semplice, idem reperire laboratori di analisi con le medesime caratteristiche, serve spesso un mediatore esperto tra la vittima e il laboratorio, un tecnico che sappia formulare una sorta di analisi del rischio, calibrando la ricerca degli inquinanti che da letteratura sono verosimilmente afferibili al caso studio.

“Cova Contro colma il vuoto di pensiero critico, incrociando i dati reperibili su: stampa, letteratura scientifica, atti giudiziari e fonti riservate elaborando una griglia valutativa che si prefigge l'obiettivo di ricercare le sostanze più pericolose o con il maggior grado indiziaro, utili a rafforzare la tesi di un nesso di causalità alla luce anche del principio di copertura scientifica al quale devono sottostare anche le sentenze, conservando sempre uno sguardo sull'economicità”, è questo l'obiettivo dichiarato dell'associazione.

Il segreto industriale e la difficoltà di controllo

L'ostacolo del segreto industriale in questo lavoro di ricerca è ancora forte, basta consultare le pubblicazioni di settore e vedere come ogni anno l'industria chimica mondiale sforni nuove molecole, (lo abbiamo visto anche col caso Solvay che ha rifiuto di fornire i dettagli tecnici per la determinazione analitica di alcuni Pfas come sanno bene i lettori del Salvagente), non rintracciabili neanche nei laboratori più attrezzati. L'industria petrolifera è tra le più prolifiche in questo caso, visto che le compagnie stesse operanti in Basilicata, come Eni e Total, hanno al loro interno aziende specializzate nell'ingegneria chimica e dei materiali. E lavorano una gamma infinita di polimeri che è praticamente impossibile identificare con un controllo indipendente, magari a sorpresa, perché i laboratori hanno bisogno del nome/struttura della sostanza, dati che le compagnie non forniscono e che purtroppo neanche al legislatore e alle amministrazioni locali paiono utili, tant'è vero che da anni Cova Contro chiede a Regione e ministeri di redigere un registro pubblico degli additivi petroliferi, senza ricevere risposta.



© Emiliano Albensi/LaPresse



Il peso dell'industria petrolifera

Nel 2020 la stessa Ong era riuscita a documentare come l'industria petrolifera da decenni stia modificando anche i batteri per impiegarli nel trattamento del petrolio, dato che i volontari ambientalisti avevano intuito già dal 2018 svolgendo in maniera pionieristica uno studio incrociato del lago del Pertusillo usando satelliti per osservare gli sversamenti, droni per sopralluoghi ravvicinati nell'ottico, ed analisi genetica di tipo 16NGS sulla comunità batterica dell'invaso. Il risultato? Nel Pertusillo un gruppo di scienziati ha sequenziato comunità batteriche mangia-petrolio aliene agli invasi d'acqua dolce ma tipiche del contesto marino, specializzate nel metabolizzare il petrolio, praticamente un marcatore immunitario che attesta l'esposizione dell'invaso agli sversamenti petroliferi. Studi puntualmente ignorati dalle autorità locali che continuano a svolgere controlli lacunosi e non accreditati con standard di decenni fa mentre cittadini, liberi scienziati e liberi magistrati cercano di reagire con penuria di mezzi. "Una penuria voluta e ribadita dalle decisioni nazionali, vista anche l'assenza di investimenti in materia di controlli ambientali all'interno del Pnrr" spiegano da Cova Contro.



Cos'è Cova Contro e come funziona

Nata nel 2013 come organizzazione di volontariato per affrontare la tematica petrolifera in Basilicata, col tempo si è specializzata in crowdfunding e citizen science per finanziare dal basso i controlli che le istituzioni locali non svolgevano o compivano in ritardo con grandi limiti tecnici e di trasparenza. Oltre che le matrici ambientali col progetto G.A.S. (Gruppo Analisi Solidali) l'associazione cerca di riunire i consumatori di un determinato prodotto o area geografica, anche microgruppi familiari, per svolgere analisi terze, incrociate e approfondite anche sui contaminanti emergenti o non previsti nei controlli ordinari. Collabora con altre associazioni, ricercatori universitari, giornalisti, enti locali e magistratura per calibrare al meglio le analisi e contrastare più efficacemente i reati ambientali. Grazie al lavoro di Cova Contro dal 2015 le autorità pubbliche hanno intrapreso iniziative di ogni tipo, dai sequestri alle ordinanze di divieto di utilizzo di suoli, sorgenti, pozzi artesiani. "Purtroppo sia noi che i nostri laboratori siamo sottoposti a pesanti pressioni e minacce di vario tipo", ci dicono i volontari. Per maggiori informazioni <https://covacontro.org>.



© Emiliano Albensi/LaPresse

▶ Ma che c'azzecca la presenza del Dcpa con le attività che si realizzano nel "Texas italiano"? Da quello che sostiene Cova Contro l'erbicida bandito dall'Europa c'entra eccome con l'industria petrolifera. "Fonti interne alle compagnie ci hanno spiegato che la molecola potrebbe essere un ingrediente di altri additivi usati come disemulsionanti o comunque usati nell'ambito della modulazione dei fluidi, sostanze la cui solubilità doveva essere prevedibile invece oggi temiamo che il Dcpa si stia accumulando in alcuni habitat lucani da lustri se non decenni, e che gli enti locali si siano sempre rifiutati di aggiornare i controlli ai reali rischi".

Chi risponde ai cittadini?

Eni interrogata più volte nella realizzazione di questo servizio non ha inteso dare una risposta. E tantomeno lo hanno fatto le autorità regionali che, in una Regione a vocazione agricola, non hanno mai inserito il Dcpa nei controlli routinari di fitosorveglianza. Purtroppo i reflui petroliferi prodotti in Basilicata sono stati

esportati anche in altre regioni, presso altri depuratori industriali tra Puglia e Calabria, e anche in queste regioni la sostanza non è tra gli obiettivi dei controlli.

Spiegano da Cova Contro: "Noi con i nostri mezzi abbiamo trovato questa molecola ma temiamo seriamente che decine di altri composti pur presenti siano invisibili agli standard tecnologici della maggior parte dei laboratori accessibili ai comuni cittadini, timore confermato dai nostri chimici di fiducia che negli anni pur consegnandoci svariati sfioramenti di legge non sono riusciti a spiegarci alcune anomalie visive, tattili od olfattive di alcuni campioni i cui colori, consistenza ed olezzi non trovavano chiaro e consolidato riscontro in letteratura. Riscontri che in alcuni casi mancano addirittura per i livelli stessi di contaminazione, come nel campo petrolifero di Tempa Rossa, sempre in Basilicata, ove nel 2016 un allevatore locale denunciava negli organi delle sue pecore tenori di metalli pesanti ineguagliati finanche da analoghi campioni prelevati nelle aree più contaminate della Cina".



BETTER LIFE
Ti miglioriamo la vita



GRATIS
il Purificatore

**Paghi Solo
la manutenzione**



**ACQUA PURA
LISCIA O
GASSATA**

Chiamaci al **800 11 11 05**
www.betterlife.srl

 Better Life - Erogatore Acqua

 [better_life_srl](https://www.instagram.com/better_life_srl)

 Better Life



Scegli l'Università LUMSA.

23 Corsi di Laurea, oltre 70 Master ●

Corsi di Laurea triennale

- Economia e commercio (Palermo)
- Economia e gestione aziendale
- Mediazione linguistica e culturale
- Scienze del servizio sociale e del non profit (Roma, Palermo e Taranto)
- Scienze dell'educazione (Roma, Palermo)
- Scienze della comunicazione, marketing e digital media
- Scienze e tecniche psicologiche
- Scienze politiche internazionali
- Tecniche informatiche per la gestione dei dati

Corsi di Laurea Magistrale a ciclo unico

- Giurisprudenza (Roma e Palermo)
- Scienze della formazione primaria (Roma e Palermo)

Corsi di Laurea Magistrale

- Comunicazione, innovazione ed experience design
- Economia e management (Palermo)
- Management and finance
- Marketing & digital communication
- Politiche, amministrazioni e innovazione
- Programmazione e gestione delle politiche e dei servizi sociali (Roma, Palermo e Taranto)
- Progettazione e gestione dei servizi socio-educativi, formativi e per la media education
- Psicologia
- Psicologia del lavoro e del benessere organizzativo
- Relazioni internazionali



Caro bollette, è ora di cambiare?

L'**aumento** record di luce e gas spinge a domandarsi se sia giunto il momento di lasciare il servizio a maggior tutela e "buttarsi" nel **mercato libero**. Abbiamo messo a confronto 20 offerte elettriche per vedere se e a chi conviene

di **Leonardo Masnata**

A settembre, quando il ministro per la transizione ecologica, Roberto Cingolani, ha annunciato il rischio di pesanti rincari per le bollette future, è stato chiaro a molti che non si sarebbe trattato di una parentesi. E infatti, nonostante un primo intervento del governo abbia contenuto gli aumenti, per il trimestre successivo si è registrato un +29,8% per la bolletta dell'elettricità e a +14,4% per quella del gas. Una curva che continuerà a salire a causa dell'aumento dei costi delle materie prime energetiche e che ha convinto l'esecutivo a permettere la rateizzazione per le bollette di luce e gas dei primi quattro mesi del 2022. Con queste variazioni in corso, è lecito chiedersi se non sia arrivato il momento di guardare alle offerte del libero mercato in tema di energia. L'ombrello rassuran-

te costituito dal servizio a maggior tutela, in cui i prezzi e le condizioni contrattuali per le utenze domestiche sono definiti dall'Autorità di regolazione per energia reti e ambiente (Arera) verrà definitivamente chiuso a partire dal 1°

gennaio 2024 (a meno di un'ennesima deroga). Ci siamo chiesti se i fornitori di energia elettrica abbiamo approfittato dell'aumento dei prezzi per lanciare offerte tali da convincere anche i più restii a buttarsi subito nel mare aperto del mercato libero, da cui del resto, per tutto il periodo transitorio, si può tornare indietro.

Per rispondere abbiamo messo a confronto 20 offerte di energia elettrica, per nuclei da 2 (una coppia, due amici) e da 4 persone (la classica famiglia con due bimbi). Il risparmio c'è ma non è l'unico aspetto da valutare per prendere una decisione.



Luce, tutte le proposte migliori per chi vive in coppia

I nuclei familiari italiani sono sempre meno numerosi. La famiglia formata da due persone, che siano giovani conviventi o anziani, è una delle più diffuse. Ecco le offerte a prezzo fisso per loro, sia in tariffe monorarie che a fasce

Le offerte che compariamo in queste pagine sono state rilevate il 17 dicembre 2021 tramite il portale delle offerte di luce e gas di Arera e Acquirente unico (www.ilportaleofferte.it). Sono tutte offerte con il prezzo bloccato per tutta la durata del contratto. Le offerte placet, che hanno condizioni contrattuali fissate da Arera hanno un prezzo bloccato per almeno 12 mesi. I consumi medi per nuclei di 2 e 4 persone sono stati calcolati dalla stessa Autorità. Alcune tariffe potreste non trovarle perché ritirate nel frattempo dal portale.

2 PERSONE MONORARIA



2 persone

Consumo annuo 2.700 kWh. Senza distinzione di fasce orarie di consumo

Con maggior tutela 593,54 euro annui

Compagnia

Italpower Energia, Riverenergia, Lux Esco, Omnia24, Zefiro, Power. It, Fonte Energia

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

514,23 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-79,31 euro

Compagnia

Sienergia

Offerta Energia Amica

Costo stimato

536,47 euro annui

Note

Sconto del 4,167%

per tutta la durata del contratto.

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-57,06 euro

Compagnia

Global Power Plus

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

539 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-54,53 euro

Compagnia

B-On

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

539,04 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-54,50 euro

Compagnia

Ambiens

Offerta

Domestico Web

Costo stimato

546 euro annui

Note

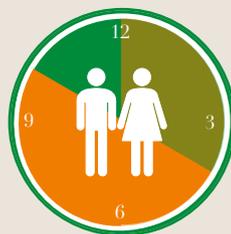
Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-47,54 euro

2 PERSONE FASCE ORARIE



2 persone

Consumo annuo 2.700 kWh. Soprattutto la sera e nei weekend

Con maggior tutela 590,95 euro annui

Compagnia

Italpower Energia, Riverenergia, Lux Esco, Omnia24, Zefiro, Power.It, Fonte Energia

Offerta

Placet fissa

Costo stimato

515,21 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-75,74 euro

Compagnia

B-On

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

530,62 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-60,34 euro

Compagnia

Sienergia

Offerta

Energia Amica

Costo stimato

535,48 euro annui

Note

Sconto 4,167% per tutta la durata del contratto

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-55,48 euro

Compagnia

Eplus

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

552,40 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-38,56 euro

Compagnia

Ermes Gas & Power

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

557,02 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-33,94 euro



Per le famiglie numerose pesano di più le abitudini

Più si è, più si consuma, una legge della natura che quando si applica alle bollette domestiche può far piangere il portafogli. Per fortuna in alcuni casi si riesce a risparmiare

4 PERSONE MONORARIA



4 persone

Consumo annuo
3.600 kWh. Senza distinzione di fasce di consumo

Con maggior tutela
780,50 euro annui

Compagnia

Italpower Energia, Riverenergia, Lux Esco, Omnia24, Zefiro, Power.It, Fonte Energia,

Offerta

Placet Fissa

Costo stimato

677,65 euro annui

Note

Sconto annuo 6 euro con fattura elettronica e domiciliazione

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-102,86 euro

Compagnia

Sienergia

Offerta Energia Amica**Costo stimato**

704,43 euro annui

Note

Sconto del 4,167% per tutta la durata del contratto.

Durata del contratto

Non definita

Confronto con maggior tutela

-76,08 euro

Compagnia

Global Power Plus

Offerta

Placet Fissa



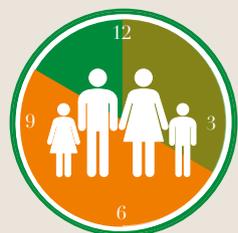
Le offerte che compariamo in queste pagine sono state rilevate il 17 dicembre 2021 tramite il portale delle offerte di luce e gas di Arera e Acquirente unico (www.ilportaleofferte.it). Sono tutte offerte con il prezzo bloccato per tutta la durata del contratto. Le offerte placet, che hanno condizioni contrattuali fissate da Arera hanno un prezzo bloccato per almeno 12 mesi. I consumi medi per nuclei di 2 e 4 persone sono stati calcolati dalla stessa Autorità. Alcune tariffe potreste non trovarle perché ritirate nel frattempo dal portale.

Costo stimato
705,39 euro annui
Note
Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-75,12 euro

Compagnia
B-On
Offerta
Placet Fissa
Costo stimato
710,27 euro annui
Note
Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-70,23 euro

Compagnia
Ambiens
Offerta
Domestico Web
Costo stimato
717,12 euro annui
Note
-
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-63,39 euro

4 PERSONE FASCE ORARIE



4 persone
Consumo annuo
3600 kWh.
Soprattutto la sera e nei week end
Con maggior tutela
777,06 euro annui

Compagnia
Italpower Energia, Riverenergia, Lux Esco, Omnia24, Zefiro, Power.It, Fonte Energia,
Offerta Placet fissa
Costo stimato
678,95 euro annui
Note
Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione

Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-98,11 euro

Compagnia
B-On
Offerta Placet Fissa
Costo stimato
699,05 euro annui
Note
Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-78,02 euro

Compagnia
Sienergia
Offerta Energia Amica
Costo stimato
703,06 euro annui
Note
Sconto del 4,167% per tutta la durata del contratto.
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-74,01 euro

Compagnia
Meta Newpower
Offerta Placet Fissa
Costo stimato
721,36 euro
Note
Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-55,70 euro

Compagnia
Ermes Gas & Power
Offerta
Placet Fissa
Costo stimato
725,45 euro annui
Note
Sconto annuo 6 euro con fatturazione elettronica e domiciliazione
Durata del contratto
Non definita
Confronto con maggior tutela
-51,62 euro

“La placet? Non c’è più ma le facciamo un’offerta”

Dopo aver raccolto le migliori offerte dal portale, abbiamo provato a chiamare le compagnie per verificare. Quasi tutte hanno accampato scuse per proporci altre tariffe. Arera: “La legge parla chiaro, sono obbligate ad attivarle”

A un certo punto della nostra comparazione ci siamo dovuti fermare e prendere in considerazione l’idea che il servizio fosse inutilizzabile. Dopo aver raccolto le offerte, abbiamo infatti provato a chiamare le compagnie con i prezzi più convenienti. Ma il tenore di quanto ci siamo sentiti rispondere è stato, pressoché identico. Molte ci hanno risposto in questi termini: “L’offerta che vedete sul portale offerte non c’è più, ora le tariffe sono decisamente più alte”. Alle nostre recriminazioni sul fatto che quello dell’Arera sia uno strumento ufficiale e che dovrebbe essere costantemente aggiornato, qualcuno ha provato a replicare addossando la responsabilità all’Autorità. “Noi abbiamo inviato i nostri listini all’Arera ma non siamo noi ad aggiornare il sito”, ci hanno spiegato sia Fonte Energia che Pentacom, due tra gli operatori che apparivano tra i più convenienti nella nostra ricerca. Insomma non sarebbe colpa loro se a due mesi di distanza dagli aumenti che hanno sconvolto il mercato continuano a comparire le vecchie offerte. Per la verità c’è anche chi non ha voluto sentire ragioni e alla nostra richiesta di poter firmare un contratto di tariffa placet come indicata dal portale ci ha chiesto “per politica aziendale” di inviare una mail con la nostra bolletta tipo per poi formularci una proposta ad hoc. “Lo facciamo per la vostra tutela” ci ha spiegato Power.it. Volete scommettere che ci sarebbe arrivata una proposta molto lontana dai risparmi promessi da quella a prezzo bloccato che appariva in cima alla classifica di convenienza? In ogni caso, temendo che la nostra comparazione non avesse senso, abbiamo contattato Arera

che ha dissipato i nostri dubbi. Innanzitutto, spiega l’Autorità, “ogni venditore di luce o gas è obbligato a proporre almeno 2 offerte Placet, una a prezzo fisso e una variabile”. Dunque, deve sempre essere data all’utente la possibilità di stipulare un contratto a tariffa vincolata, almeno per 12 mesi.

Riguardo alle responsabilità delle società rispetto alle offerte pubblicate sul portale dell’Autorità e dell’Acquirente unico, l’Arera cita la delibera 51 del 2018 che prevede che “i venditori sono tenuti a inserire tempestivamente nel portale offerte, in ogni caso prima della loro immissione in commercio, tutte le informazioni necessarie ai fini della pubblicazione delle offerte proposte alla generalità dei clienti” così come le modifiche relative alle offerte già pubblicate.

Il venditore, continua la delibera “è responsabile in modo pieno ed esclusivo della completezza, veridicità e correttezza delle informazioni trasmesse”.

Qualora il venditore non fosse in grado di correggere o aggiornare una tariffa tempestivamente, “deve darne immediata comunicazione al gestore”. E soprattutto: “Per tutto il periodo di validità dell’offerta i venditori sono tenuti a stipulare contratti con le caratteristiche e alle condizioni conformi a quelle pubblicate nel Portale Offerte”.

Ma come può difendersi un consumatore che si vede rispondere dalla compagnia con un “no” come è successo a noi? Arera risponde: “Invitiamo i clienti che si imbattono in comportamenti volti ad eludere la regolazione a contattarci attraverso lo Sportello per il consumatore al numero verde 800-166654 per segnalare il problema e risolvere la questione”.

L’Autorità spiega come comportarsi per far valere i propri diritti nel caso di un operatore che prova a fare il furbetto

“Le società nascondono le proposte migliori”

C'è una bella differenza tra le migliori tariffe riscontrabili sul sito dell'Authority e la politica di marketing aggressivo con cui vengono raggiunti spesso i consumatori, come ci spiega Mauro Zanini, presidente del centro Studi Ircaf

Nel febbraio 2021, Ircaf aveva avvertito i consumatori: niente fretta a passare al mercato libero, perché le offerte non convengono quasi mai rispetto alla maggior tutela. A distanza di quasi un anno siamo tornati a parlarne con Mauro Zanini, presidente del centro studi Ircaf, e uno dei principali esperti nel mondo consumerista delle tematiche energetiche. E lo abbiamo trovato ancora scettico.

Zanini, abbiamo trovato a partire dal portale delle offerte di Arera, diverse opzioni più convenienti del mercato tutelato.

Sono essenzialmente offerte Placet.

Cosa hanno di particolare?

Sono offerte a prezzo libero ma a condizioni equiparate di tutela. Vuol dire che il prezzo è deciso dal venditore, ma il modo in cui è strutturato e le condizioni contrattuali sono fissate dall'Arera.

Dunque, le compagnie sono diventate più buone?

La verità è che nessuna delle società che vende energia propone le Placet ai propri clienti via telefono, nei negozi, o pubblicizzandole sul sito. Sono solo lo specchietto per le allodole per il portale dell'Arera. Oltretutto sarebbero tenuti a comunicare tutte le offerte disponibili al portale, ma ne comunicano molte di meno, e quasi solamente le Placet.

Nonostante le violazioni, non corrono rischi?

L'Arera fa pochi controlli. Dopo il nostro rapporto, in cui denunciavamo la cosa, forse sono un po' aumentati, ma in sostanza non è cambiato molto. Ma c'è di più. Le società dicono sempre che tramite i canali con cui contattato il cliente fanno offerte personalizzate, così eludono l'obbligo di caricarle sul portale dell'Arera.

Tornando alla convenienza, lo scorso febbraio i numeri erano impietosi.

In quel report ci risultava che solo il 9% delle offerte provenienti dal mercato libero erano migliori del servizio a maggior tutela. Se i numeri sono questi è evidente come ci sia ancora molto da fare affinché il consumatore si trovi di fronte a offerte più convenienti.

Tra prezzo fisso e variabile su quale tipologia bisogna puntare?

In questo periodo di caro bollette, conviene scegliere offerte a prezzo fisso, che in genere sono vincolate per almeno 12 o 24 mesi. Invece, chi ha stipulato lo scorso aprile-maggio una tariffa sul mercato libero a prezzo variabile, oggi rischia di affrontare aumenti ancora maggiori.

Le nostre abitudini di consumi possono influenzare ancora molto la bolletta?

Secondo le nostre rilevazioni, tra monoraria e a fasce (la vecchia bioraria, ma ora le fasce sono tre, ndr), non c'è più grande differenza, si parla di 2 o 3 euro l'anno. Questo perché con l'arrivo delle energie rinnovabili, si sono molto ridotti i picchi di fabbisogno di energia da fossili che portavano ad far alzare i prezzi nelle ore del giorno con più richiesta. Ora non c'è più quel grande differenza tra mattina e sera. **Un consumatore attento può risparmiare con il portale offerte?**

Sì, ma sempre verificando le condizioni contrattuali offerte. Spesso sono offerte civetta. Ti fanno uno sconto sul contratto e al momento del rinnovo aumentano i prezzi. È vero che l'utente può sempre cambiare compagnia, ma spesso per distrazione o per pigrizia, si finisce per rimanere dove si è e fare il gioco della società fornitrice.

“Secondo il rapporto dello scorso febbraio solo il 9% delle offerte a mercato libero era più conveniente”

bsoul



ESISTE UN RIMEDIO NATURALE EFFICACE PER TRATTARE L'INVECCHIAMENTO DELLA PELLE?

*La risposta è sì, esiste e i risultati
sono davvero unici!*



Se desideri saperne di più, richiedi la tua consulenza personalizzata e gratuita qui bsoul.it/esperta-della-pelle, sarò felice di consigliarti e guidarti passo dopo passo in questo meraviglioso percorso

oppure scrivimi a consulenzapersonalizzata@bsoul.it

ti risponderò con piacere
Martina



bsoul.it



ASSISTENZA WHATSAPP
3441845800

MARTINA[®]
PRO AGING SPECIALIST

Salute



Quel dolore che ci prende alle spalle

Inizia spesso con **qualche fastidio** per trasformarsi ben presto in un **ostacolo** anche **ai movimenti** più normali. Parliamo di una patologia seconda in Italia solo al mal di schiena per assenze dal lavoro

di **Daniela Molina**



Una parte del corpo estremamente complessa, visto che unisce gli arti superiori al tronco e che deve permettere il movimento in diverse direzioni, il dosaggio della forza, la rotazione. Per questo la spalla anatomicamente si compone di tre ossa principali (scapola, omero e clavicola) e cinque articolazioni coordinate per permettere il movimento nonché una vasta serie di legamenti e muscoli che completano la sua funzionalità. Inutile sottolineare che questo meccanismo deve essere sempre perfettamente “oliato”. Eppure può capitare di avere “mal di spalla”, un campanello d’allarme che non va sottovalutato. Visto il ruolo della spalla, possono essere molte le cause scatenanti il dolore: da una posizione scorretta (per esempio stando molte ore davanti al pc) a una lesione della cuffia dei rotatori (l’insieme di muscoli e tendini che circonda l’articolazione) alla frattura di un osso. Dipende dalle nostre abitudini. Ma può anche esserci un problema collegato ad altre patologie, ad esempio la cosiddetta spalla con-

gelata, che si verifica spesso negli over 40 e potrebbe essere dovuta a diabete, ipertiroidismo, malattie cardiache o polmonari.

In ambito ortopedico in Italia il dolore alla spalla è la seconda causa di assenza dal lavoro dopo il mal di schiena. Per quanto riguarda le fratture, quelle d’omero sono più frequenti nelle donne over 60, per via dell’osteoporosi, la patologia che fa diminuire la densità dell’osso rendendolo più suscettibile a un evento traumatico. La lussazione della spalla invece è molto più frequente nei giovani maschi che praticano discipline sportive a rischio traumi. “Dipende dalla tipologia di sport. Se si pratica ciclismo, motociclismo o rugby si possono avere degli eventi traumatici importanti, come fratture di clavicola o di omero, lussazioni (la classica ‘uscita di spalla’); se invece consideriamo degli sport dove il contatto e la possibilità di cadere sono remoti, come il tennis, il baseball o la pallavolo, difficilmente si ha una frattura ma si possono avere patologie infiammatorie - spesso purtroppo croniche - a carico dei tendini della spalla, noti come cuffia dei rotatori perché avvolgono la testa dell’omero come una cuffia”. A farci il quadro dei dolori che interessano molti di noi è il dottor Giovanni Di Giacomo, specialista ortopedico che proprio in questi giorni sta scrivendo un libro sulla spalla insieme alla giornalista scientifica Patrizia Prezioso. Nell’intervista che leggerete nelle prossime pagine, Di Giacomo ci spiega come si preven- gono i problemi alla spalla, i cui due sintomi più frequenti sono: dolore particolarmente fastidioso e difficoltà nel movimento.

I numeri

✓ Spalla congelata frequente negli **over 40**

✓ Fratture dell'omero frequenti in donne **over 60**

✓ Lacerazione dei tendini **over 40**

✓ Lussazione della spalla **under 35**

✓ Durata fisioterapia post trattamento chirurgico **dai 3 ai 4 mesi**

✓ Età valutazione posturale **8-11 anni**

✓ Durata artroscopia terapeutica **dai 40 ai 60 minuti**

✓ Malattia parziale o totale dei rotatori della cuffia colpisce **il 50% degli over 60**

✓ Durata artroscopia diagnostica **dai 15 ai 30 minuti**

✓ Durata fisioterapia conservativa **da 1,5 a 2 mesi**

I problemi più comuni e come riconoscerli

Spalla congelata, tendinite, borsite, lacerazioni di tendini e muscoli e lussazioni sono gli stati patologici più frequenti a carico di questa delicata porzione del nostro corpo. Ecco di cosa si tratta e come nascono i dolori più frequenti

L' Istituto superiore di sanità elenca i problemi più comuni che possono colpire la spalla. Ecco un estratto che può aiutarci a riconoscerli.

La **spalla congelata** è una malattia che provoca una rigidità persistente e un dolore tali da rendere molto difficoltosi i movimenti della spalla, a volte impossibili. Si verifica quando il

tessuto che circonda l'articolazione della spalla si ispessisce provocando un rimpicciolimento dello spazio in cui si colloca l'omero (l'osso principale della spalla). Chi ne soffre ha difficoltà a vestirsi, a guidare, persino nelle posizioni che assume durante il sonno. I sintomi sono avvertiti in tre stadi nel corso di mesi o anni. Come abbiamo già anticipato, la spalla con-



© LSOphoto/Adobe Stock

gelata può essere causata da altre patologie.

Tendinite e borsite della cuffia dei rotatori, che si producono spesso in combinazione, sono dovute a irritazione e infiammazione derivanti da un danno o da un sovraccarico alla spalla. La tendinite è l'infiammazione di un tendine, la borsite è l'infiammazione di una borsa (piccola sacca di siero che si trova sopra le articolazioni, tra i tendini e le ossa). Si verificano solitamente nelle persone che per lavoro sollevano pesi in alto o negli atleti che facciano questi movimenti. Se si produce un danno nell'articolazione della spalla, i tendini o la borsa possono infiammarsi riducendo lo spazio di azione dei muscoli e dei tendini che rimangono intrappolati tra le ossa della spalla irritandosi a ogni movimento. Se il tendine è ripetutamente scalfito contro le ossa, si indebolisce e si può arrivare alla sua lacerazione.

Lacerazioni di tendini e muscoli causano dolore intenso ed indebolimento del braccio e della

spalla. Le lacerazioni dei tendini si producono maggiormente nelle persone di oltre 40 anni; quelle che si verificano nelle persone più giovani sono, in genere, causate da un incidente. Si stima che circa la metà degli ultrasessantenni abbia una malattia parziale o totale dei rotatori della cuffia perché i tendini si indeboliscono con l'età.

La lussazione della spalla si ha quando l'estremità rotonda dell'omero fuoriesce dalla scapola. Ciò causa un dolore intenso, spasmi muscolari, limitazione dei movimenti. E che il braccio sia fuori dall'articolazione è ben visibile. Questa instabilità della spalla si

produce generalmente nei giovani (under 35) e può essere di origine traumatica, per esempio a causa di un incidente, o atraumatica nel caso in cui la spalla fuoriesce gradualmente a seguito di movimenti ripetuti del braccio come, ad esempio, negli sport in cui si lancia un oggetto o nel nuoto.

Non è solo un lavoro pesante a provocare le infiammazioni. Spesso un ruolo importante lo gioca la sedentarietà

Un antinfiammatorio? Può fare più male che bene

Giovanni Di Giacomo, specialista ortopedico, ci spiega che molti farmaci a cui ricorriamo per ridurre i fastidi, nascondono le vere cause del problema e rallentano le cure, col risultato di rendere indispensabile l'intervento

Specialista ortopedico, responsabile del reparto di Ortopedia e traumatologia del Concordia hospital di Roma, responsabile medico Nitto ATP Finals Torino, il dottor Giovanni Di Giacomo ci spiega che “in ambito non sportivo le patologie più frequenti sono le tendiniti e le borsiti della spalla dovute a difetti

posturali. Soprattutto in persone in sovrappeso o che fanno vita sedentaria, che non fanno attività sportiva e che stanno molte ore al computer, perché tendono a chiudersi con le spalle su sé stesse alterando così la meccanica di questa articolazione. Nel tempo si infiammano i tendini e si sviluppano delle



tendiniti che, se prese in tempo, si trattano con un protocollo riabilitativo specifico”.

Dottor Di Giacomo, quali complicazioni possono avere se trascurate?

Succede spesso ed è un peccato, perché vengono curate con farmaci che sfiammano e tolgono il dolore mentre il dolore serve per accorgersi che qualcosa non va e bisogna intervenire subito. Molte persone rimandano ma chi va subito dal medico riesce a evitare di sottoporsi a un intervento chirurgico e risolve il problema grazie alla fisioterapia.

Il fisioterapista come può intervenire?

È importante una comunicazione di alta qualità tra ortopedico e fisioterapista. Nella maggior parte dei casi si fanno degli esercizi specifici per recuperare una buona postura, laddove la causa sia questa. Invece nel postchirurgico si usano terapie di tipo laser o tecar per togliere il dolore, quindi si recupera il movimento con esercizi attivi o passivi e infine si recupera la forza e si reintegra la spalla nella catena cinetica del movimento.

Le indagini da eseguire e i primi rimedi

Quando si ha un dolore alla spalla, invece di usare il solito fai-da-te con farmaci da banco che curano solo il sintomo, ci si dovrebbe recare dal proprio medico che, dopo averci ascoltato e visitato, potrà prescriverci una radiografia, una risonanza magnetica, una ecografia o delle analisi del sangue (per capire se la causa è una patologia che esula dall'ambito della spalla). È in questo caso che il dottore può prescrivere un antidolorifico. Bisogna naturalmente evitare tutte le attività che possono peggiorare i sintomi, come alcuni movimenti o sollevamenti di pesi. Se il dolore è stato causato da un impatto, ci si può mettere sopra del ghiaccio. Una volta ottenuti i risultati degli accertamenti, il medico di base potrà indirizzarci da uno specialista e questi, se ritiene, da un fisioterapista. La tempestività è essenziale. E se si tratta di una lussazione, visto che la fuoriuscita della spalla è visibile, meglio correre al pronto soccorso.

Quanto tempo ci vuole?

Nei trattamenti non chirurgici la media è tra 6 settimane e 2 mesi; nel postchirurgico la fisioterapia normalmente dura tra i 3 e i 4 mesi.

E quali sono i casi in cui bisogna intervenire chirurgicamente?

Le fratture scomposte, le lesioni importanti dei tendini, le spalle che dislocano, che lussano diverse volte. Tutte le patologie che interferiscono in modo importante nella vita dei pazienti.

In quali modi invece si può prevenire?

In ambito sportivo la prevenzione è quella di essere preparati dal punto di vista psicofisico, quindi non andare a svolgere attività sportive di punto in bianco, magari ricordandosi che da piccoli si giocava a tennis e organizzando una partita con un amico giocando due ore di seguito dopo anni che non lo si praticava. Questo crea degli scompensi importanti per l'articolazione della spalla. Bisogna avere un buon fitness, un buono stato del tono muscolare, mantenersi in esercizio. E se si decide di fare uno sport imparare bene, tramite maestri, il gesto atletico, perché la qualità del gesto atletico è fondamentale. Nel caso del tennis bisogna avere un buon movimento (servizio, dritto, rovescio) e in Italia abbiamo scuole eccellenti di cui si potrebbe approfittare.

Invece per chi fa una vita sedentaria e nessuno sport, la prevenzione in cosa consiste?

Nel fare esattamente il contrario: non fare una vita sedentaria e praticare sport.

Per quanto riguarda i bambini, invece, quali consigli dare in un'ottica di prevenzione?

La prevenzione sta nella valutazione dell'atteggiamento posturale, poiché alcune problematiche della spalla sono legate ai difetti di postura, i vizi di posizione della colonna vertebrale, quegli atteggiamenti scoliotici - che non sono così rari - identificabili già in età adolescenziale. Far fare una visita di controllo ai propri figli quando hanno 8, 9, 10 e 11 anni, quindi far fare della ginnastica è la forma di prevenzione migliore. E chiaramente educare i ragazzi a fare delle attività sportive che rispettino le loro caratteristiche morfologiche.

Ovvero?

Per esempio se un ragazzo ha problemi frequenti alle spalle non gli si consiglia di fare il giocatore di pallavolo o di tennis. Se un ragazzo ha problemi frequenti alle ginocchia deve evitare sport come il salto. Non siamo tutti uguali, per morfologia intendo le caratteristiche fisiche personali.

Quando l'unica soluzione è l'intervento chirurgico

Gran parte di quelli che si fanno oggi - anche in sede diagnostica - sono in artroscopia ambulatoriale, una tecnica molto meno invasiva di quelle utilizzate in passato. E che garantisce un rapido recupero

L'artroscopia è nello stesso tempo una tecnica diagnostica e chirurgica, poiché consente di guardare all'interno della spalla con una micro videocamera. Si tratta di una tecnica poco invasiva. La micro videocamera, ovvero l'artroscopio (lo strumento chirurgico utilizzato per guardare e operare), va inserito attraverso delle piccole incisioni cutanee mentre il paziente è anestetizzato (anestesia generale). L'intervento può durare dai 15 ai 30 minuti, se la procedura è solo diagnostica, e dai 40 ai 60 minuti se è terapeutica. Vi si ricorre quando l'ortopedico lo ritiene necessario in caso di patologie e infortuni a carico delle strutture articolari o degli elementi muscolo-tendinei della spalla, in presenza di problematiche resistenti ai trattamenti non chirurgici o curabili soltanto tramite chirurgia. Grazie all'artroscopia ambulatoriale si è così in grado di riparare le lesioni di un elemento della cuffia dei rotatori, riparare le lesioni di un legamento delle articolazioni della spalla, pulire dalle calcificazioni i tendini o eliminare gli osteofiti dovuti all'artrosi. Ma anche decomprimere il tendine del muscolo sovraspinato o riparare le lesioni che riguardano il capo lungo del muscolo bicipite brachiale. Insomma, nomi altisonanti a parte, sono molte le situazioni in cui ci si può ricorrere ma attenzione: nella maggioranza dei casi se si interviene per tempo non occorre eseguire l'artroscopia. Nei primi giorni successivi a una artroscopia della spalla, questa sarà dolente e gonfia, cosa

che renderà difficoltosa la ripresa delle attività quotidiane per qualche giorno, tanto più che per una settimana la spalla dovrà restare imbragata. Di conseguenza, una volta a casa si può assumere un semplice antidolorifico (vi dirà il medico quale), fare degli impacchi di ghiaccio, dormire semi-seduti e stare a riposo. Le incisioni chirurgiche si rimargineranno e i punti si riassorbiranno nel giro di una o due settimane.

E se serve la protesi?

La valutazione dell'opportunità di sostituire una parte di spalla danneggiata con una protesi deve farla lo specialista ortopedico tenendo conto del grado di compromissione della funzionalità della spalla, ma anche dell'età del paziente e del dolore che percepisce nonché delle sue esigenze professionali e sociali. Vi si può ricorrere nei casi di artrosi allorché la cartilagine sia così usurata da aver portato alla scomparsa dello spazio articolare tra omero e scapola, con conseguente deformazione delle superfici articolari e comparsa di osteofiti (escrescenze simili a grosse spine). L'artrosi può essere dovuta a traumi, malattie infiammatorie, patologie metaboliche, pratica di attività usuranti per la spalla. Come abbiamo visto, il primo trattamento è quello conservativo ma se si è rivelato insufficiente e la limitazione funzionale è grave o il dolore invalidante, è necessario l'intervento chirurgico. Ma la chirur-

Anche nei casi di artrosi può essere valutata l'opportunità di sostituire una parte della spalla danneggiata



© Helke Kramacher/Stock Adobe

gia protesica della spalla può essere indicata anche nell'osteoartrite, ovvero quella "forma degenerativa legata all'usura per l'avanzare dell'età che porta le ossa a sfregare l'una contro l'altra, proprio come avviene nell'artrosi" si legge in una nota dell'Humanitas research hospital. E ancora: nei pazienti con artrite reumatoide, osteonecrosi (interruzione del flusso di sangue all'osso con degenerazione dei tessuti), artropatia della cuffia dei rotatori, lesione della cuffia dei rotatori che porta lo spostamento dell'omero, gravi fratture.

Totale o parziale

Nei casi più seri la protesi può essere totale, ovvero può sostituire l'intera parte articolare danneggiata e in questo caso consiste in una

sfera di metallo attaccata a uno stelo che si inserisce a livello omerale (per incastro o con cemento) e da una componente in plastica fissata a livello scapolare. Ma ci sono anche patologie in cui è sufficiente una protesi parziale (emiartroplastica), che sostituisce la sola testa dell'omero con la sfera di metallo e lo stelo. Non si tratta ovviamente di un'operazione semplice e non possono essere escluse complicazioni, inoltre al risveglio dall'anestesia e per alcuni giorni a seguire si avvertirà dolore. Perciò vi si ricorre quando il paziente soffre di un dolore quotidiano e a riposo così forte da interferire con la sua normale vita (dalle comuni attività giornaliere al sonno) o abbia una limitata funzionalità della spalla e debolezza e gli altri trattamenti non abbiano risolto il problema.

Sei stanco delle truffe in bolletta?

Finalmente con Revoluce hai un prezzo al kWh tutto incluso e senza costi fissi.

$$e = p \times c$$

Totale da pagare

Prezzo tutto incluso

Consumi quotidiani



Un prezzo **chiaro** moltiplicato per i tuoi consumi.

Puoi dire addio alle bollette incomprensibili piene di errori e spese nascoste. Con la nostra formula rivoluzionaria paghi solo l'energia che consumi e calcoli il totale da pagare con una semplice moltiplicazione: prezzo tutto incluso x consumo

Scopri l'energia ricaricabile di Revoluce e **in regalo un anno de Il Salvagente** (anche se sei già abbonato)

revoluce
energia ricaricabile



Vai su ilsalvagente.revoluce.it



Se avete un dubbio o un quesito da porre in materia di pensioni o trattamenti previdenziali, potete inviare una mail a pensioni@ilsalvagente.it

Assegno unico, si parte Ecco chi ci guadagnerà

Caro Salvagente, io e mia moglie siamo entrambi lavoratori dipendenti con un figlio che sta finendo il liceo. Abbiamo saputo che a gennaio 2022 dovrebbe scattare un nuovo tipo di assegno che sostituirà l'assegno al nucleo familiare.

Armando Batelli, Roma

Dopo tanta attesa e i numerosi rinvii per il definitivo e concreto varo del provvedimento, in questi giorni si è saputo che il nuovo assegno familiare partirà, salvo sorprese, da marzo 2022. È un peccato che la nuova normativa prenda avvio in maniera così stentata e incerta se non altro per le speranze che il nuovo assegno, di cui ormai si parla da anni, avevano suscitato nei potenziali beneficiari. A fine agosto 2021 erano state presentate all'Inps 352mila domande rispetto ai quasi 2 milioni di istanze preventivate: una famiglia su 5. Al di là della lunga attesa, sarebbe quindi opportuno chiedersi se tutti i destinatari finali dell'assegno unico abbiano compreso cosa succederà concretamente all'indomani dell'entrata in vigore delle nuove disposizioni. Per meglio dire chi ci guadagna e se qualcuno potrebbe rimetterci. Premesso che per beneficiare dell'assegno sarà sempre necessario presentare apposita domanda, il nuovo assegno comprende e sostituisce tutti gli sgravi, i bonus e gli incentivi esistenti. Il nuovo assegno unico assorbe infatti i vecchi assegni al nucleo familiare (Anf), le detrazioni Irpef previste

per i figli a carico, i bonus bebè, il bonus nascita, gli assegni per le famiglie numerose ed è basato sulla dichiarazione Isee che prende in considerazione l'intero patrimonio familiare e non più i redditi soggetti ad Irpef.

Secondo quanto riferito dall'Istat, dall'avvento del nuovo assegno unico avrebbero benefici con conseguente aumento del reddito, circa il 68% delle famiglie. Ne avranno giovamento, in particolare, i lavoratori autonomi, i professionisti e gli incapienti che con le vecchie regole non avevano diritto ad alcun sostegno. Per il 2,4% dei cittadini non cambierà nulla, mentre per circa il 30% (parliamo di 400mila famiglie sostanzialmente di lavoratori dipendenti) si avrebbe un probabile peggioramento delle condizioni attuali. Si parla di nuclei familiari con figli ultraventunenni a carico che sarebbero esclusi sia dall'assegno unico che dalle attuali detrazioni, delle coppie di fatto, in quanto per il subentrato passaggio di riferimento all'Isee, si dovrebbero considerare i redditi di entrambi i genitori, e di nuclei familiari possessori di redditi e patrimoni consistenti.

È indiscutibile che il nuovo "assegno unico" costituisca un intervento importante per la maggior parte dei cittadini. Va tuttavia notato che si tratta di un intervento di natura assistenziale e di redistribuzione sociale ma non è la "svolta" auspicata né un vero incentivo alla natalità che, come è noto, ci vede all'ultimo posto in Europa.

Pensioni baby

Come pensioni baby, ci si riferisce anche alle pensioni di anzianità liquidate con 35 anni? Dopo tanti anni in fonderia non mi sembrerebbe giusto.

Marcello Grassi, Firenze

Le "vere" pensioni baby sono state (e restano con gli "esodati") un grande scandalo: per motivi di convenienza elettorale, dal 1973 al 1992, si consentì ai dipendenti pubblici di andare in pensione a qualsiasi età con 20 anni di contributi e con soli 14 anni e sei mesi alle donne con figli. Quasi mezzo milione di persone per una spesa di 7 miliardi di euro l'anno.

Evasione contributiva

Perché non si parla di evasioni contributive? Oggi si assume solo se si rinuncia ai contributi e alla prima richiesta... licenziamento per riduzione di personale.

Fiorella Corda, Roma

Secondo l'Istat sono circa 3,6 milioni le posizioni irregolari e il dato si ferma al 2019. Eppure più cresce la crisi dell'occupazione, più aumentano impieghi sottopagati e sfruttamento, meno si rilanciano gli Ispettorati provinciali del lavoro con formazione e nuove assunzioni. Forse a qualcuno va bene così.



Assemblea e deleghe

È normale che nel verbale di assemblea vengano inseriti solo i nomi dei deleganti e non anche quelli dei delegati?

Alberto Gilardi

Sebbene non ci sia un obbligo a indicare nel verbale di assemblea sia i nomi dei condomini deleganti che dei delegati, è opportuno, oltre che prassi consolidata, che vengano messi entrambi. Al verbale vanno anche allegate le deleghe rilasciate, che per legge devono essere scritte. L'art. 67 disp. att. c. c. stabilisce al primo comma: "Ogni condomino può intervenire all'assemblea anche a mezzo di rappresentante, munito di delega scritta".

Lavori fognature

Dobbiamo effettuare lavori di riparazione all'impianto fognario. Chi deve concorrere alle spese, solo i condomini serviti o tutti?

Sandra I., Chieti

Devono contribuire i soli condomini serviti dall'impianto, in base ai millesimi di proprietà. Questo principio vale a meno che un regolamento contrattuale non chiami a concorrervi anche quelli le cui unità immobiliari non sono allacciate (Corte di Cassazione 6/12/1991, n. 13160).

Manutenzione caldaia paga l'inquilino?

Caro Salvagente, nell'appartamento dove vivo in affitto, la caldaia collaudata 5 mesi prima funzionava così male che ho dovuto chiedere alla proprietaria di sostituirla. Nel conguaglio annuale delle spese mi è stato chiesto di corrispondere la quota di 7/12 a titolo di manutenzione ordinaria, mentre all'inquilino precedente sono stati chiesti i 5/12. Ma secondo voi devo pagare per la manutenzione di una caldaia difettosa che è stata sostituita?

Alessandro Rutter

La manutenzione degli impianti e dei componenti è tra i motivi di discussione più frequenti tra proprietario e inquilino, soprattutto se nel contratto di affitto non è stata messa per iscritto la suddivisione delle spese. Diciamo subito che in linea generale la manutenzione ordinaria spetta all'affittuario, sulla base del principio che tutte le spese inerenti l'utilizzo e il normale logorio dei beni competono al conduttore, mentre le riparazioni straordinarie al proprietario. Per manutenzione ordinaria si intende la sostituzione dei componenti soggetti a usura, la certificazione di conformità obbligatoria per legge, tutti gli adempimenti previsti dal libretto, il pagamento della tassa alla Asl, gli interventi tecnici per la pulizia ordinaria dell'impianto, dei filtri e degli ugelli, con il relativo controllo dei fumi. Le spese per il rifacimento dell'impianto e per la sua ri-

strutturazione sono a carico del proprietario se la rottura della caldaia o dei suoi componenti è dovuta alla vecchiaia dell'apparecchio, o a casi fortuiti non dipendenti dalla responsabilità dell'inquilino (fulmini, sbalzi di corrente, ecc.). Il locatore è obbligato a pagare anche le spese per le riparazioni, oltre a quelle per l'adeguamento per legge dell'impianto e della caldaia. Il controllo annuale della caldaia compete quindi all'inquilino che ha in vigore il contratto di affitto alla data precisa della necessità della manutenzione ordinaria, mentre il nuovo affittuario dovrà garantire la continuità della manutenzione, nel momento in cui gli viene trasferita la responsabilità dell'impianto. Il codice civile all'art. 1575 stabilisce che il locatore deve garantire e consegnare la cosa in un buono stato di manutenzione: l'immobile non deve quindi necessitare di nessuna riparazione o altro intervento prima che l'inquilino vi entri. Tra i doveri del conduttore c'è invece l'obbligo di restituire la cosa locata alla scadenza del contratto nello stesso stato in cui si trovava quando gli è stata consegnata (art. 1590 c. c., n. 3). Perciò il proprietario è tenuto a consegnare l'appartamento in buono stato manutentivo, con tutti gli impianti, caldaia inclusa, a norma e funzionanti (conforta tra le altre la sentenza della Corte di Cassazione 32298/2006) e nulla può pretendere dal nuovo inquilino.



Fotovoltaico Semplice

Il Fotovoltaico per Ville n.1 in Italia

**GRAZIE ALL'INTEGRAZIONE CON
I SISTEMI A POMPA DI CALORE ED IBRIDI
RISCALDAMENTO COSTO ZERO**



**RISCALDAMENTO
COSTO ZERO**

IL CALORE DI CASA CON LE ENERGIE RINNOVABILI

**SIAMO PRONTI ALL'OFFERTA
ECOBONUS 110%**

Chiedi l'Analisi Energetico Finanziaria Gratuita

Numero Verde
800-587362

UNA VERA COLLEZIONE DA ESPERTI

il Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

12 libri di approfondimento l'anno,
1 al mese, in aggiunta al Salvagente

È il nostro **regalo** agli abbonati esperti
per diventare consumatori critici

Un'occasione da non perdere

Su **abbonamentisalvagente.com**
potrai scoprire tutte le nostre offerte





Vai su ilsalvagente.it/le-guide
e acquista il libro che preferisci

Oppure sottoscrivi
un **abbonamento esperto**
Ogni mese lo riceverai a casa tua



Glifosato, c'è



Mentre l'Europa aspetta la fine del 2022 per decidere sulla **sorte del pesticida**, considerato dalla Iarc come probabile cancerogeno, nel nostro paese sono già tante le realtà che si sono mosse in anticipo per **vietarne o limitarne** fortemente l'uso nei campi e in città

di **Lorenzo Misuraca**

Persino un colosso economico come la Germania ha deciso di anteporre gli interessi di ambiente e salute dei cittadini di fronte ai rischi connessi al glifosato. A fine novembre, infatti, il Parlamento tedesco ha approvato un'importante legge ambientale che limita l'uso di pesticidi, tra cui il glifosato. Il testo, pensato per aumentare la protezione degli insetti, sancisce l'uscita di scena del famigerato erbicida alla fine del 2023 e prevede inoltre una restrizione all'uso dei pesticidi intorno ai corsi d'acqua e nelle aree protette. La decisione di Berlino si allinea

così alle tante a livello locale o regionale, che puntano a scavalcare la prudenza del dibattito in corso a livello comunitario, dove la decisione sull'erbicida, considerato probabile cancerogeno dallo Iarc, è ancora in alto mare. Alla fine del 2022 si darà il via alla procedura di riautorizzazione del prodotto reso popolare dal Roundup della Monsanto (ora della tedesca Bayer). Sono in tanti, ambientalisti su tutti, a chiedere un bando totale del glifosato, che a oggi è proibito solo in alcuni contesti. In Italia, per esempio, non può essere utilizzato nelle aree "frequentate dalla popolazione o da gruppi vulnerabili quali

chi dice no



renda protagonista di un voltafaccia, come nel 2017, quando, dopo aver limitato l'uso dell'erbicida entro i suoi confini, diede il suo Ok al via libera all'uso in Europa. L'Italia, che durante l'ultimo dibattito comunitario si era schierata decisamente contro il rinnovo, questa volta potrebbe essere meno netta, essendo guidata ora da un governo a tradizione meno ambientalista.

Sul fronte italiano, intanto, i piani di discussione sono tanti: la legge nazionale sull'agricoltura biologica è ferma alla Camera dopo aver concluso il suo iter e il nuovo Piano di azione nazionale per l'uso sostenibile dei prodotti fitosanitari (Pan) non è stato elaborato, mentre il vecchio piano è scaduto dal febbraio 2019. Secondo il Wwf Italia, inoltre, il Piano strategico nazionale della nuova politica agricola comune rischia di decretare la rinuncia del nostro paese a intraprendere la strada per una vera transizione ecologica della nostra agricoltura. "Lo sviluppo dell'agricoltura biologica e la riduzione dell'uso dei pesticidi sono due obiettivi prioritari del green deal europeo, declinati nelle due Strategie Ue 'Farm to Fork' e 'Biodiversità 2030', entrambi strumenti ignorati e sottovalutati in modo evidente dai nostri decisori politici e dalle amministrazioni dello Stato e delle Regioni" sostiene Franco Ferroni, responsabile Agricoltura dell'associazione. Il Wwf chiede l'approvazione di un nuovo Pan, che recepisca l'obiettivo della riduzione del 50% dell'uso dei pesticidi entro il 2030, iniziando dall'eliminazione del diserbo chimico, a partire dalle produzioni dell'agricoltura integrata.

E mentre l'industria alimentare italiana sembra abbia capito il potenziale di prodotti glifosato free, le istituzioni a vari livelli sono ancora troppo timide. Per fortuna con delle eccezioni. In queste pagine proviamo a raccontare gli esempi positivi di chi ha detto no all'erbicida tossico, dai grandi enti, come la Toscana e l'Emilia-Romagna, ai piccoli comuni come Nepi, fino ai distretti produttivi che hanno deciso di puntare a una filiera sempre meno dipendente da sostanze chimiche. In questo senso sono positivi i primi passi dei consorzi del Prosecco.

parchi, giardini, campi sportivi e zone ricreative, aree gioco per bimbi, cortili e aree verdi interne a complessi scolastici e strutture sanitarie", mentre in campagna non può essere utilizzato nei campi per accelerare la maturazione e la raccolta.

A giugno 2021, invece, una revisione condotta dalle autorità di quattro paesi (Francia, Olanda, Svezia e Ungheria) ha concluso che "il glifosato non è cancerogeno, non è mutageno, né tossico per la riproduzione". Il documento sembra preludere a un voto favorevole di questi quattro paesi al rinnovo, mentre i contrari all'erbicida sperano che questa volta la Germania non si

La guerra sui pesticidi tra delibere e ricorsi

Dopo Toscana e Calabria, anche l'Emilia-Romagna si incammina verso un'agricoltura libera dal glifosato. Intanto, nella Toscana e in Alto Adige la volontà delle comunità locali di puntare al bio viene osteggiata dall'agroindustria

Nonostante le lentezze burocratiche e gli equilibrismi politici in ambito comunitario, a livello locale c'è chi si muove per ridurre l'impatto dei pesticidi, e per dichiarare zone off limits per il glifosato. Tra gli ultimi a fare questa scelta c'è l'assemblea regionale dell'Emilia-Romagna che lo scorso novembre ha approvato una risoluzione, a prima firma di Silvia Zamboni, con cui viene tracciata una road map verso la dismissione dell'erbicida.

La risoluzione parte da un monitoraggio avviato nel 2018 sulla presenza nelle acque, col risultato che in tutti i 205 campionamenti effettuati sono stati rinvenuti sia glifosato sia il suo metabolita Ampa. In 57 casi per il glifosato e in 160 per l'Ampa (78% dei campionamenti) si è superato addirittura il limite di qualità delle acque. La risoluzione, dunque, chiede come prima tappa il divieto dell'uso in tutte le aree extra agricole, il potenziamento della ricerca per individuare sostanze e pratiche di contrasto agli infestanti che siano rispettose della salute dei lavoratori agricoli e dei consumatori e la predisposizione di misure e azioni, all'interno del prossimo Piano di sviluppo rurale, per sostenere gli agricoltori che si impegnano da subito a eliminare l'utilizzo dei prodotti fitosanitari e del glifosato.

Prima dell'Emilia-Romagna, a muoversi erano state la Calabria, nel 2020, e la Toscana a maggio del 2021, decidendo per lo stop al glifosato nelle misure del Psr, i piani di sviluppo regionali finanziati dall'Ue tramite la Pac.

Ma non sono solo le Regioni a decidere lo stop al glifosato. Nepi, piccolo comune nella Toscana, ha istituito anche delle zone di rispetto, stabilendo che nei primi cento metri dai corsi d'acqua non si può coltivare mentre nei secondi cento metri è consentita solo l'agricoltura biologica. A raccontare al Salvagente la storia di Nepi, lo scorso

agosto, era stato Famianno Crucianelli, presidente del Biodistretto della via Amerina e delle Forre nella Toscana nel cui territorio la coltivazione della nocciola - primo polo di produzione nazionale, e tra i principali fornitori della Nuttella Ferrero - ha assunto ormai da anni i caratteri della monocultura. Circa 25mila gli ettari coinvolti, con un impatto ambientale notevole a causa degli ingenti trattamenti fitosanitari. Tanto che i Comuni che insistono nel territorio, non

I meleti dell'Alto Adige, una delle zone d'Italia in cui l'utilizzo dei pesticidi è più massiccio. Non a caso nell'area sono nate alcune iniziative di cittadini che chiedono di vietarne l'uso, tra cui il referendum dei cittadini del piccolo Comune di Malles.



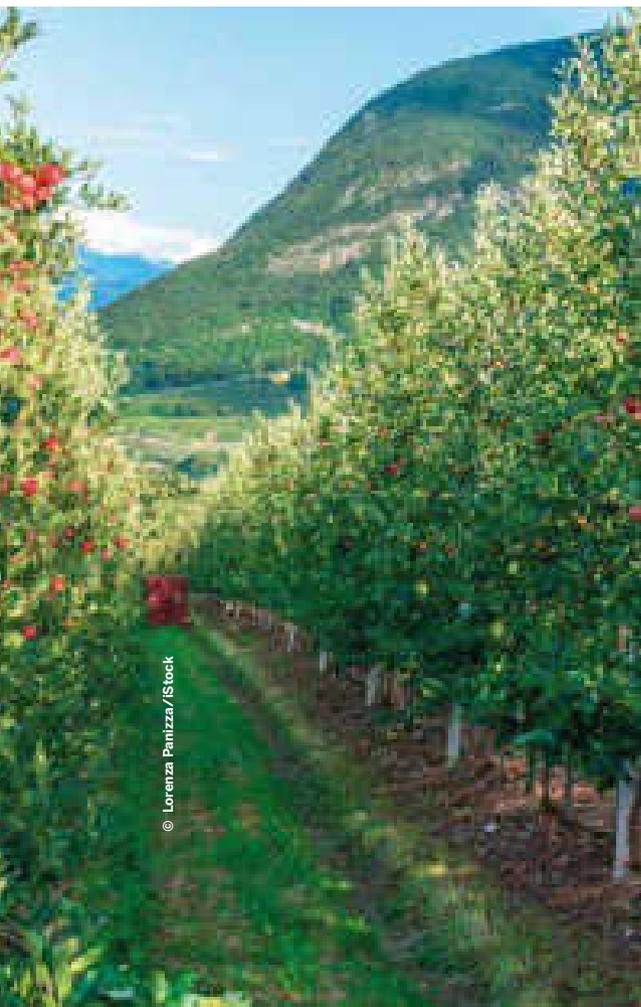
solo Nepi ma anche Gallese, Corchiano, Castello e Calcata, hanno da tempo emanato ordinanze per vietare l'uso del glifosato e in alcuni casi anche dei neonicotinoidi, i pesticidi killer delle api. Ma, tornando alla delibera di Nepi, ai produttori di nocciole di Assofrutti - "che in zona è come dire Ferrero" precisa Crucianelli - non è bastata la concessione alla coltivazione biologica a 100 metri dai corsi d'acqua (la legge nazionale in assenza di specifiche regionali parla di 200 metri). Sono ricorsi al Tar del Lazio contro l'ordinanza di Nepi. E hanno perso. Per Crucianelli, "le ordinanze, strumenti di emergenza, dovrebbero essere trasformate in regolamenti comunali per vietare definitivamente nei nostri territori queste sostanze". Intanto, anche il Comune di Civita Castellana, nella stessa area, ha approvato una mozione per introdurre il divieto di impiego del glifosato nel regolamento comunale.

Spostandoci al Nord, ha ragione il bioreport della Rete rurale nazionale a dare a Malles, un piccolo comune di 5mila abitanti in alta Val Venosta, provincia di Bolzano, il ruolo di apripista: "Il primo in Italia a porsi il problema dei pesticidi all'interno di un'analisi più ampia riferita al

contesto territoriale". Malles si trova in uno dei territori maggiormente interessati dalla produzione intensiva di mele e, quindi, con un impiego molto consistente di pesticidi.

Secondo l'Ispra, infatti, il Trentino-Alto Adige è la regione italiana con la distribuzione più elevata di prodotti fitosanitari per unità di superficie: 45,02 kg per ettaro nel 2014 contro una media nazionale di 6,66. Già nel 2009, all'apparire delle prime coltivazioni intensive di mele nel territorio di Malles si sono riscontrate le prime contaminazioni a danno degli agricoltori che avevano scelto di coltivare secondo il metodo biologico a causa dei trattamenti chimici effettuati nei frutteti vicini. Anche gli abitanti di Malles hanno cominciato a preoccuparsi per l'utilizzo di pesticidi anche in prossimità di scuole, parchi e abitazioni. Così, dopo aver formato il Comitato "Malles Venosta, comune libero dai pesticidi", nel 2014 promuovono un referendum per vietare l'uso di fitofarmaci nell'intero territorio comunale in base al principio precauzionale di tutela della salute.

Al referendum, 3 abitanti su 4 votano contro l'utilizzo di pesticidi e, in seguito ai risultati, nel 2015 il Comune di Malles approva un apposito regolamento comunale che recepisce le indicazioni provenienti dalla consultazione popolare. Tra i punti centrali del regolamento, che interessa l'intero territorio comunale, sia le aree agricole che non, vi è la scelta di incrementare progressivamente le superfici agrarie del territorio comunale condotte con il metodo dell'agricoltura biologica, prevedendo incentivi per la conversione. Oltre al divieto totale di utilizzo dei pesticidi tossici o molto tossici, il regolamento fissa per l'uso dei fitofarmaci una distanza minima di 50 metri dalle aree utilizzate dai gruppi vulnerabili, tra cui scuole dell'infanzia, asili nido, centri diurni, parchi gioco, strutture sanitarie, e giardini pubblici. La stessa distanza di 50 metri va rispettata anche dal confine delle aree protette e da qualunque tipo di edificio pubblico e privato o da aree coltivate dove non si effettuano trattamenti fitosanitari. Il regolamento entrato in vigore nel 2018, viene però bocciato nel 2019 da Tar e Corte di giustizia europea sul ricorso di un gruppo di coltivatori abituati all'uso di fitofarmaci (che secondo i promotori del referendum rappresentano non più del 4% degli agricoltori locali). Nel 2020, invece, la Corte d'appello di Bolzano dà ragione ai promotori del referendum: avevano diritto a invitare la popolazione a esprimersi.



Dal Nord al Sud, la provincia

Aumenta di anno in anno il numero di comuni italiani che decidono di liberarsi delle sostanze chimiche nei campi e negli spazi pubblici. Dalle terre del Prosecco alla Puglia, le storie emblema del cambiamento

Sono quasi 70 i comuni italiani che hanno regolamentato l'uso dei pesticidi in Italia. Una lista che si allunga costantemente. Fanno parte della Rete europea delle città libere dai pesticidi, e grazie all'accordo con l'associazione Borghi autentici d'Italia, hanno visto l'ingresso anche di alcuni splendidi borghi che hanno deciso di tutelare le loro bellezze artistiche inserendole in un discorso più ampio di tutela del territorio. La mappa completa è consultabile sul sito www.citta-libere-dai-pesticidi.info, ma qui raccontiamo alcuni esempi positivi.

Conegliano-Valdobbiadene

✓ Il prosecco rappresenta il gioiello dell'export italiano nel settore vitivinicolo italiano degli ultimi anni. E, almeno in parte, i produttori hanno deciso di puntare anche su un rapporto di qualità col territorio. Dal 2019, il Consorzio di tutela Conegliano Valdobbiadene Prosecco superiore Docg mette al bando l'utilizzo degli erbicidi a base di glifosato. Nel protocollo vinicolo dell'anno successivo, il consorzio afferma di voler puntare alla riduzione dell'uso della chimica e a promuovere metodi "naturali" di lotta ai patogeni. Nonostante questo, sono ancora tanti i pesticidi utilizzati nelle vigne della zona, come aveva dimostrato un test del Salvagente nel 2018, che ne aveva trovati fino a 7 nella stessa bottiglia. I cittadini di Conegliano Veneto decidono allora di raccogliere le firme per un referendum contro l'uso di pesticidi nell'area comunale. Questa volta, Confagricoltura, Coldiretti, Confederazione italiana agricoltori, il Consorzio di Tutela della Doc Prosecco e il Consorzio Tutela del Vino Conegliano-Valdobbiadene Prosecco provano a fermarli, ma il Consiglio di Stato nel maggio 2021 dà ragione ai promotori del referendum, che deve ancora essere svolto. Intanto le rappresentanze sindacali e i consorzi ci riprovano querelando il comitato dei garanti dei promotori.



Citerna, Perugia

✓ Il territorio di Citerna, centro della Val Tiberina, in provincia di Perugia, è un'area storica di produzione di tabacco. Qui, il regolamento sull'impiego dei fitofarmaci in agricoltura, adottato dal Consiglio comunale nel 2016, prevede il divieto di usare prodotti fitosanitari classificati come tossici, molto tossici, nonché i prodotti con tempi di rientro superiori a 48 ore in centri abitati, parchi e giardini pubblici, campi sportivi e aree ricreative, cortili delle scuole e parchi gioco per bambini, oltre che in aree in cui insistono strutture sanitarie o socio-assistenziali, strade, marciapiedi e piste ciclabili. Nelle zone agricole, il regolamento invita a privilegiare misure di controllo biologico e i trattamenti con prodotti a basso rischio e contenenti sostanze attive ammesse in agricoltura biologica, mentre vieta l'uso di alcuni fitosanitari particolarmente nocivi a distanza inferiore a 30 metri da abitazioni (40 se in centri abitati), e a 50 metri nel caso di parchi e giardini pubblici, campi sportivi, cortili delle scuole, strutture sanitarie.

Il Parco del Cilento, Vallo di Diana e Alburni

✓ A dire no all'erbicida della Bayer c'è anche il Parco nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, che si trova in provincia di Salerno e comprende 80 Comuni, per un'estensione di 1.810 kmq, e una tradizione di eccellenza produttiva in ambito enogastronomico. Con una delibera nel

punta a un futuro verde



Le colline del Prosecco per la loro bellezza e importanza storica e produttiva, sono state riconosciute come patrimonio dell'Unesco. Purtroppo nell'area vengono utilizzati ancora diversi tipi di pesticidi.

2018, il parco ha vietato l'uso di erbicidi sistemici a base di glifosato nell'intera area protetta, aree agricole comprese. Trovandosi di fronte al problema di alcuni Comuni il cui territorio non ricade interamente nei confini dell'area protetta, il Parco ha predisposto un'ordinanza tipo, in modo che il divieto di utilizzo del glifosato possa interessare l'intera superficie dei Comuni.

Melpignano, Lecce

✓ Questo piccolo Comune di circa 2mila abitanti, nel leccese, si distingue da diversi anni per la creatività contro l'uso della chimica nei campi. Nel regolamento adottato nel 2015, l'amministrazione prevedeva la possibilità di concedere terreni a giovani, disoccupati e cassaintegrati per la realizzazione di orti, con alcuni vincoli però: non dovevano essere utilizzati pesticidi e diserbanti e bisognava usare almeno una varietà di piante autoctona, al fine di reintrodurre la biodiversità agricola tradizionale. Successivamente, Melpignano, è entrata a far parte della Rete europea delle città libere dai pesticidi creata da Pan Europe (Pesticide Action Network), e implementato il proprio regolamento comunale, inserendo il divieto di utilizzo di pesticidi ai giardini privati oltre che nelle aree sensibili. Per il verde pubblico, nel 2016, Melpignano avvia il progetto "integrare con Geo", che prevede la gestione del verde pubblico con l'aiuto di un asino come "tosaerba", in modo da ridurre l'uso di sostanze chimiche.

Il braccio di ferro scientifico

Heal, organizzazione europea che rappresenta associazioni a difesa della salute e dell'ambiente tra cui Isde - Medici per l'ambiente Italia, si è appellata alla commissaria alla Salute Stella Kyriakides denunciando il fatto che la valutazione per la riautorizzazione del glifosato alla quale lavorano Efsa e Echa, "è ancora per lo più basata su studi forniti dall'industria chimica e non prende in considerazione tutti i dati scientifici disponibili". Secondo Heal: "Le prove scientifiche della letteratura indipendente che riportano effetti negativi causati dal glifosato, o errori nella procedura di valutazione, sono troppo spesso considerate irrilevanti o inaffidabili per la valutazione". Del resto, già la Ong francese Générations Futures aveva denunciato che solo il 10% degli studi presentati dai diversi portatori di interessi sono stati ammessi alla consultazione da parte di Efsa ed Echa. E a fine novembre, due ricercatori dell'Università di Vienna hanno revisionato gli 11 studi presentati a Efsa e Echa per la riautorizzazione del glifosato da Bayer e altre aziende chimiche, concludendo che ben 9 "non soddisfano gli attuali standard internazionali di validità scientifica". Pochi giorni prima, Le Monde svelava che nel 2016 l'Agenzia nazionale per la sicurezza alimentare, ambientale avrebbe insabbiato la parte più critica della perizia commissionata sul glifosato". Nel frattempo, un recente studio dell'Istituto Ramazzini ha collegato l'assorbimento di questo fitofarmaco all'alterazione del microbiota intestinale.

Francesco Battistoni: “La road map per il bio”

Il sottosegretario alle Politiche agricole risponde alle nostre domande sui tanti rallentamenti italiani verso un modello sostenibile: dalla legge ferma alla Camera, al Piano pesticidi scaduto fino a quello strategico richiesto dall'Ue

Le questioni aperte in Italia riguardo l'utilizzo dei pesticidi e i modelli agricoli da adottare in futuro, sono tante: dal Piano strategico della Pac, a quello sui pesticidi, fino alla legge sul biologico ferma in Parlamento. Ne abbiamo chiesto conto a Francesco Battistoni, sottosegretario alle Politiche agricole, con delega all'agricoltura bio.

Battistoni, Il Wwf accusa il governo di stare preparando un Piano strategico nazionale della Pac troppo timido. Chiedono obiettivi più coraggiosi come il 30% della superficie agricola (Sau) biologica entro il 2027 e al 40% entro il 2030.

Il raggiungimento del 25% di Sau biologica entro il 2030 è un obiettivo contenuto nella nuova Pac al quale devono puntare tutti gli Stati membri. Attualmente l'Italia è a circa il 17% a livello nazionale. L'ambizione è quella di superare il 25% di coltivazioni biologiche molto prima del 2030. Da questo punto di vista sono ottimista.

Nell'ottica del contrasto al cambiamento climatico, non è sbagliato incentivare l'agricoltura convenzionale con i fondi della Pac?

No, perché la nostra agricoltura, sostenuta con i fondi della Pac, dovrà rispettare la “condizionalità rafforzata” nella programmazione 2023-2027 ciò significa che dovrà evolversi nel solco della sostenibilità ambientale e climatica.

La legge sull'agricoltura biologica è ferma in Parlamento. È possibile stimare entro quanto diventerà legge?

Auspico che quanto prima se sia approvata la legge sul biologico.

Nessuna data certa, dunque. Quali sono i punti più importanti?

Per il settore è un'assoluta priorità perché la legge prevede l'istituzione di un marchio per il biologico italiano, il riconoscimento dei prodotti italiani rispetto agli altri, la formazione di un tavolo tecnico per la produzione biologica con il compito di definire le priorità del Piano d'azione nazionale e, molto importante, la definizione della base giuridica dei distretti biologici ‘Bio-distretti’, relativamente all'organizzazione e alla produzione del mercato. La legge sul biologico, una volta approvata, affi-

derà al governo la delega per la revisione, l'armonizzazione e la razionalizzazione della normativa sui controlli per la produzione agricola e agroalimentare biologica.

Qual è la sua posizione rispetto al riferimento esplicito nel testo all'agricoltura biodinamica?

“Sono favorevole al riconoscimento del biodinamico all'interno della legge sul biologico”

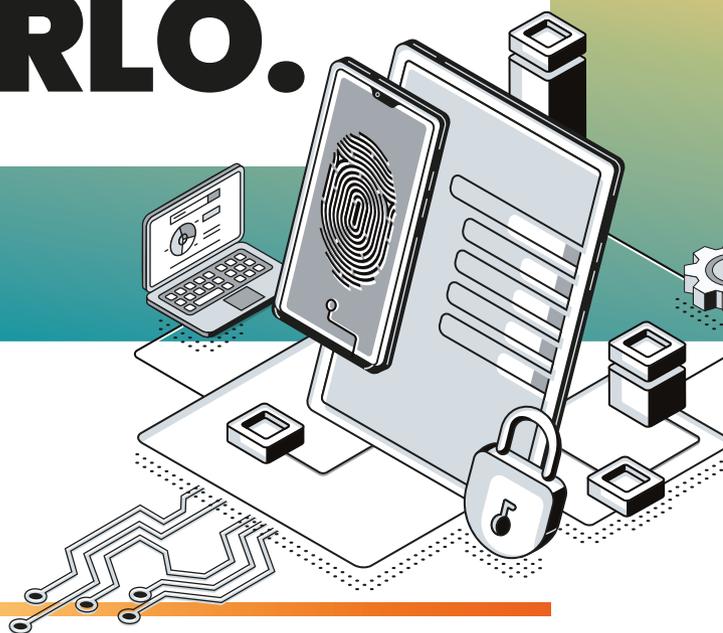
Sono favorevole al suo riconoscimento all'interno della legge per darle la giusta equiparazione. Il Piano di azione nazionale per l'uso sostenibile dei prodotti fitosanitari, è scaduto dal 2019. **Quando verrà finalmente presentato e approvato il nuovo piano?**

Siamo in una fase interlocutoria che si sta definendo. Credo sia possibile entro fine anno arrivare a una bozza del nuovo piano.

La Germania vieterà il glifosato a partire dalla fine del 2023. Quale è la sua posizione e come si comporterà l'Italia?

Personalmente mi sono sempre dichiarato contrario all'utilizzo del glifosato in agricoltura. Fino a dicembre 2022 la Ue non prevede alcuna sostituzione. Da quella data in poi si farà una rivalutazione per stabilire se anche il glifosato avrà la stessa sorte del dimetoato utilizzato nel settore olivicolo.

L'UNICO MODO SBAGLIATO DI USARE LA TECNOLOGIA È NON FARLO.



Soundreef nasce da un desiderio: garantire ad Autori ed Editori totale trasparenza sui loro guadagni, e farglieli arrivare più in fretta. Ci siamo riusciti, e oggi si fidano di noi i più grandi nomi della musica italiana. Era il nostro sogno, e lo abbiamo realizzato investendo energia e capitali in tecnologia. Solo così, oggi siamo in grado di monitorare in maniera 100% analitica ogni singolo passaggio online, in radio e in tv della musica che gestiamo. Ma, soprattutto, possiamo dare ad Autori ed Editori la piena visibilità dei loro guadagni. **Perché il senso della tecnologia, per noi, è rendere tutto più trasparente, equo e veloce.**



SOUNDREEF
ROYALTIES MADE EASY



Poke, il piatto che viene dalle Hawaii e ha conquistato i giovani italiani

Viaggiare è parte importante del nostro essere, così spiccatamente sociale. Guai se così non fosse, perché non avremmo avuto le contaminazioni culturali che ci hanno permesso di scambiare conoscenze ed esperienze. I viaggi hanno anche favorito i rimescolamenti genetici che sono alla base dell'evoluzione dell'umanità sino a essere la specie animale dominante in determinati contesti. Se si vogliono seguire i flussi migratori delle popolazioni, ecco che l'enogastronomia e le tradizioni alimentari ci permettono di scoprire inaspettate commistioni culturali. In Italia, patria della dieta mediterranea, vediamo spesso nuovi piatti, nuovi ingredienti. In alcuni casi mode transitorie che, come Pino Daniele canta, sono solo "Neve al sole". Oggi parleremo dei poke che sono diventati molto diffusi specie fra i giovani.

Ho sentito parlare dei Poke, credo siano solo delle originali insalate da provare

VERO Il Poke, o Poke Bowl, appartiene alla pur limitata cucina americana che si è impadronita di un piatto hawaiano abbastanza ricco e nutrizionalmente interessante servito in una ciotola. Ingredienti base sono di solito riso, con verdure e del pesce crudo fatto a cubetti. Questo modo di tagliare il pesce, in lingua hawaiana si chiama poke. Al tutto si aggiunge avocado, semi e salsa di soia. Il pesce, rigorosamente crudo, può essere tonno, salmone oppure polpo. Si trovano spesso anche gamberi e altri crostacei. Il poke come piatto nasce dai pescatori al loro ritorno dalla pesca che usavano i pesci meno pregiati o qualche avanzo della pulizia per sfamarsi dopo una giornata di duro lavoro e lasciavano insaporire questo pesce in varie salse e intingoli. Il grande vantaggio dei poke è di poterlo costruire su misura dei propri gusti. Al posto del pesce è possibile usare ingredienti vegani o aggiungere tofu o seitan che però arricchiscono il piatto di tante proteine e di glutine ottenuto da grano cotto. Insomma, del poke hawaiano tradizionale resta la ciotola.

Il poke è di moda ma non troverà spazio fra i giovani per molto tempo

FALSO I piatti innovativi hanno bisogno di un rodaggio che permetta di superare le barriere culturali, sensoriali e anche gli stereotipi che spesso inquinano il giudizio. Come tutti i piatti esotici gode di un periodo di luna di miele dove la spinta viene dall'emulazione, dalla curiosità, dal semplice andare fuori a cena per stare con amici. Finito questo periodo

occorre che il poke si affermi come una alternativa alle insalate salutistiche che già conosciamo, ai piatti freschi e agli abbinamenti e veda un bilanciamento soprattutto tra proteine, grassi e il contorno di salse, semi e vegetali. I consumatori devono scegliere i locali in cui viene assicurata la freschezza degli ingredienti, l'abbattimento del pesce, il bilanciamento nutrizionale in tutti i sensi e la sensorialità innovativa e stimolatrice. Se attraverso un poke raggiungiamo un maggiore consumo di pesce fresco, di verdure, di fibre, di molecole salutistiche... allora ben venga il poke. Al contrario, se tutto questo si sacrifica per avere una marginalità di guadagno ampio e veloce, allora i rischi saranno da valutare e i benefici saranno insufficienti a compensarli adeguatamente. Sarà il mercato a sancire o meno la scelta del poke come nuovo piatto, in caso contrario una sana insalata mediterranea con olio extravergine di oliva, tonno, verdure fresche, etc. è a portata di mano senza ricorrere ad arzigogolate alternative.

Il poke è un piatto molto salutistico e ricco di ingredienti utili per la nostra salute

VERO A patto di essere bravi e attenti nella scelta degli ingredienti. Introdurre del pesce a tavola è sempre positivo perché si forniscono proteine e acidi grassi omega-3 insaturi, che abbiamo imparato essere amici del nostro sistema cardio-vascolare, nervoso e naturali antinfiammatori. Le verdure, gli ortaggi come cipolla e carote utilizzate nei poke sono da sempre fonte di vitamine e sali minerali, ma anche di fibre e molecole antiossidanti utili. Inoltre, ritroviamo nella ricetta classica dei poke l'aggiunta di avocado che sap-

piano essere uno scrigno di benessere. Lo stesso riso, se usiamo quello integrale, si trasforma in una fonte di fibre, ma si può usare in alternativa del farro o del riso bianco ad esempio basmati o ancora meglio jasmine. La scelta dei semi da aggiungere alla ciotola ci permette di introdurre ad esempio quinoa o altri semi ricchi di vitamine liposolubili o sostanze protettive e ancora di fibre. Insomma, un poke ben fatto rappresenta un vero piatto della salute e aiuta a stare meglio. Questa squadra di ingredienti presenti nel poke rafforza il sistema immunitario, migliora e protegge il nostro microbiota grazie, ad esempio, agli alimenti fermentati che agiscono da probiotici naturali. E rallenta l'invecchiamento per gli antiossidanti e le vitamine presenti.

Una ciotola di poke non comporta nessun rischio per la salute

FALSO La qualità dei prodotti scelti e l'equilibrio fra i vari ingredienti rende possibile definire un prodotto sicuro rispetto a uno simile, ma preparato diversamente. La scelta della salsa di soia

rende onore all'origine asiatica del prodotto, ma questa salsa è molto sapida, ricca di sodio e certamente non fa bene abusarne chi ha problemi di ipertensione. Certo, si possono scegliere salse come la shoyu, la tamari oppure la teryaki che prevede anche la presenza di zucchero e saké. L'aggiunta di vari oli vegetali come il sesamo, o di altri grassi concede una sensorialità non da trascurare ma anche le calorie aggiunte diventano un peso da valutare in un piano alimentare equilibrato. Lo stesso avocado è un frutto da circa 240 calorie per etto, per cui oltre alle sue vitamine K, C, A e E e a microelementi come il ferro o il magnesio, può far squilibrare in calorie il poke. La scelta del pesce crudo da utilizzare va ben valutata perché alcune specie sono ricche di metalli pesanti come il mercurio, fra queste proprio tonno o sgombrò, ma a questo si può aggiungere un rischio microbiologico collegato a esempio alla Salmonella che negli alimenti crudi può dare dei problemi. La base di riso bianco può creare uno squilibrio a chi consuma dei poke per l'elevato indice glicemico del riso, pari a 89, e magari un diabetico di tipo 2 deve scegliere riso integrale che ha indice glicemico di 59 o preferire altri ingredienti in sostituzione del riso in ciotola.





Una ricetta sarda e una irlandese. La fregola è una pastina casalinga sarda ottenuta con un procedimento analogo a quello per fare il cuscus, ma si trovano sacchetti di fregola artigianale (consigliata) o industriale. Per la zuppa irlandese, è importante l'aggiunta della birra scura.

Zuppa di patate irlandese

Ingredienti per 4 persone:

½ kg di patate
1 porro
1 piccola costa di sedano
1 spicchio di aglio
1 cipolla
40 g di burro
1 bicchiere di latte
1 bicchiere di half and half (metà birra chiara e metà birra scura)
1, 5 litri di brodo di pollo
1 foglia di alloro
prezzemolo, pepe bianco, sale

Affettate cipolla, porro e sedano e fate appassire nel burro a fuoco lento. Aggiungente le patate tagliate a tocchetti piccoli o grattugiate a julienne. Fate insaporire per un paio di minuti, poi aggiungete l'aglio pestato nel mortaio, il brodo bollente e cuocete per 30 minuti. Con la foglia di alloro unite il latte caldo e mescolate fino a ottenere una zuppa piuttosto cremosa. Se lo desiderate, potete anche frullarla con il pimer dopo aver rimosso l'alloro. Fuori dal fuoco, aggiungete la birra, pepate e cospargete con il prezzemolo tritato. Servitela con crostoni di pane.

Una cucina più etica

Il Covid ha portato molti cambiamenti alla cucina che vanno oltre la panificazione domestica e la pasta fatta in casa. C'è anche una maggiore attenzione alla qualità delle materie prime e più sensibilità verso il problema dello spreco alimentare. Insomma, una cucina più etica.



Fregola con le arselle

Ingredienti per 4 persone:

Per la fregola:

250 g di semola di grano duro a grana grossa per cuscus
1 bustina di zafferano
acqua, sale

Per la fregola con le arselle

300 g di fregola
1 kg di arselle (o vongole)
½ bicchiere di vino bianco secco
300 g di pomodori San Marzano
prezzemolo
2 spicchi di aglio
4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
peperoncino

La fregola

Sciogliete in un bicchiere di acqua tiepida lo zafferano con un pizzico di sale. Gettate un cucchiaino di semola in un piatto bagnatela con qualche goccio di acqua e giratela sul piatto con punta delle dita fino a formare delle palline. Raccogliete le palline in una ciotola e continuate con un altro cucchiaino di semola fino a esaurimento. Quando tutta la fregola è pronta, stendetela in un'ampia teglia senza alcun condimento e passatela dieci minuti al forno a 100 gradi per asciugarla. D'estate potrete asciugarla al sole.

La fregola e vongole

Fate spurgare le arselle o le vongole in

acqua di mare se l'avete disponibile o in una soluzione di acqua e sale nella proporzione di 35 g/litro. Mettetele dentro un tegame con uno spicchio di aglio e un ciuffetto di prezzemolo, senza acqua, e incoperchiate. Fatele cuocere finché non sono aperte. Buttate via quelle che sono rimaste chiuse e filtrate attraverso un colino ricoperto di un tovagliolo umido l'acqua che si è depositata nel fondo del tegame. Sgusciate i due terzi delle vongole e rimuovete l'eventuale sabbia. Sbollentate i pomodori, lasciateli raffreddare, puliteli, privateli dei semi e tagliateli a tocchetti. In questa stagione, usate quelli in scatola. Fate un battuto con un ciuffetto di prezzemolo e il secondo spicchio di aglio. Scaldate in un tegame il mezzo bicchiere di olio e mettetevi a soffriggere a fuoco allegro i tocchetti di pomodoro assieme al peperoncino. Dopo un paio di minuti aggiungete il trito di aglio e prezzemolo e la fregola. Fate tostare la pasta per un minuto e poi bagnate con il vino che farete evaporare a fuoco forte. Quando il vino è completamente sfumato, bagnate con l'acqua di apertura delle vongole e continuate la cottura. Unite altra acqua bollente come si farebbe con un risotto e portate a cottura tendendo la pasta molto all'onda. A fine cottura aggiungete le vongole e cospargete con prezzemolo tritato finissimo.

BUONI DENTRO.

NEI PRODOTTI COOP, COME LE NUOVE CONSERVE DI POMODORO,
C'È SEMPRE UN MONDO DI BONTÀ E VARIETÀ,
NEL RISPETTO PER IL LAVORO E PER L'AMBIENTE.



UNA BUONA SPESA PUÒ CAMBIARE IL MONDO

LA **coop** SEI TU.

SOSTENIAMO IL FUTURO.

Esistono due modi per guardare al domani: c'è chi lo osserva con paura e diffidenza e chi invece pensa che il futuro ci corra incontro a braccia spalancate. Noi di Conad abbiamo il dovere di guardare agli anni a venire con positività, perché la sfida più grande, bella ed entusiasmante che ci attende è esattamente lì. Per Conad esiste solo un modo di fare business: farlo in modo sostenibile attraverso un insieme di azioni concrete basate sulla partecipazione e sull'inclusività. Ciascuno deve fare la sua parte: soci, clienti, produttori, dipendenti, consorzi, collaboratori, cooperative, tutti, con la guida sicura dell'insegna leader della GDO italiana, una regia forte in grado di mettersi al servizio della Comunità con impegno facendo educazione, aiutando le persone a fare scelte d'acquisto sostenibili e semplificando ogni complessità. Da sempre siamo impegnati ad alimentare le forze positive della Comunità: crediamo che la sostenibilità parta dal singolo e si diffonda nel contesto circostante, e noi stiamo facilitando questo diffondersi di buone abitudini sostenibili. Concretamente, **Sosteniamo il Futuro** con un grande progetto di sostenibilità ambientale, sociale ed economica, concentrando il nostro impegno su tre ambiti principali: **Sosteniamo Ambiente e Risorse**, lavorando ogni giorno per confezionare i prodotti a marchio in packaging ecocompatibile (ora al 60%); ottimizzando costantemente il nostro

modello logistico composto da 5 hub e 48 centri di distribuzione regionali in grado di efficientare i processi di smistamento e distribuzione di merci, carichi e tratte. Investiamo inoltre risorse per ridurre le emissioni di CO₂ e far crescere la compensazione con programmi di riforestazione. **Sosteniamo Persone e Comunità**, sviluppando azioni per valorizzare e far crescere il territorio, con una attenzione particolare ai borghi più piccoli, grazie a **500 negozi in comuni al di sotto dei 5.000 abitanti**, in zone prevalentemente rurali e montane. Solo nel corso del 2020, l'investimento su attività sociali nelle Comunità è stato pari a **30 milioni di euro**. Investiamo da 10 anni nell'educazione con operazioni come **Insieme per la Scuola**, che ogni anno scolastico devolve a **15.000 istituti italiani più di 3 milioni di euro** in materiale didattico e laboratori. **Sosteniamo Imprese e Territorio**, valorizzando 6.900 fornitori locali e sviluppando un volume d'affari di 2,6 miliardi di euro che restano sul territorio. E sosteniamo le grandi filiere del nostro Paese: **oltre il 90% dei nostri prodotti a marchio Conad è italiano**. Il futuro, per noi di Conad, è già iniziato: si chiama Sosteniamo il Futuro, e si fa insieme. Partiamo da queste certezze per costruirne, giorno dopo giorno, di nuove. Per lasciare ai nostri figli un mondo migliore. Scopri tutte le iniziative di sostenibilità su futuro.conad.it



Sosteniamo il futuro



futuro.conad.it

 **CONAD**
Persone oltre le cose