



Anno 30 • numero 8 • mensile • agosto 2021 • 4,90 euro

Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

Bambini

Mars, Magnum, Winner, Twix...
Otto barrette gelato a confronto

L'inchiesta

Fanghi tossici nei campi
il rischio arriva nei piatti



LA PILLOLA NON VA GIÙ

L'Europa "scopre" il pericolo del **biossido di titanio** ma l'industria fa finta di niente
Ecco i prodotti in cui c'è l'additivo dannoso tra **dentifrici, farmaci e integratori**
In più la ricerca esclusiva: una compressa su due **non rilascia** le sostanze benefiche



p.i. 30 luglio 2021

10008
9 4771123473008



**NON ABBIAMO UNA STORIA.
NE ABBIAMO TANTE.**

ASCOLTALE SU INTESA SANPAOLO ON AIR

Scopri tutti i podcast di **Intesa Sanpaolo On Air**
su gruppo.intesasanpaolo.com e Spotify, Apple Podcast,
Google Podcast.

gruppo.intesasanpaolo.com

INTESA  SANPAOLO



Cambiamenti climatici: nessuno è al sicuro (dagli interessi di pochi)

È passato quasi un mese da quando abbiamo dovuto assistere alle immagini drammatiche della Germania (ma anche del Belgio) devastata dalle alluvioni. Pochi giorni prima avevamo visto attoniti l'ondata di caldo, oltre 50°, che aveva fatto centinaia di morti in Canada. E immagini simili arrivavano anche dalla repubblica siberiana di Sakha.

“Nessuno è al sicuro” ci ripetono ora gli scienziati che per decenni ci avevano inutilmente messo in guardia contro il riscaldamento climatico. E contro quello che sta accadendo possiamo fare poco, se non riprogettare le nostre città e le nostre vite. Semmai si possono mettere in atto azioni che impediscano che questi fenomeni peggiorino ancora. È questa la verità innegabile (a meno di far parte della per fortuna sempre più esigua schiera dei negazionisti) con cui dovremmo fare i conti.

E le azioni da compiere sono altrettanto chiare (e indicate vanamente da molto tempo): abbandonare i combustibili fossili, ridurre fortemente allevamenti intensivi e consumo di carne, impedire la deforestazione che sta devastando intere aree del paese. E, possibilmente, non cedere al “vangelo del libero mercato che predice che l’innovazione possa avvenire solo lasciando mano libera alla creatività delle imprese private, da indirizzare con incentivi e disincentivi” come ha scritto in maniera molto efficace sul Fatto Quotidiano il professor Giuliano Garavini. I rischi di quello che è un assioma anche della politica europea, sono più che evidenti in questi giorni tanto in Italia che fuori.

Iniziamo da quelli che si sono immediatamente manifestati nel nostro paese dopo che la Ue ha presentato il pacchetto clima con l’obiettivo di tagliare del 55 per cento delle emissioni di CO₂ entro il 2030. Misure che prevedono, tra l’altro, la messa al bando delle vendite di nuove auto a benzina e diesel al 2035 e l’aumento

delle rinnovabili per raggiungere il 40 per cento al 2030.

Apriti cielo! Anche di fronte a misure considerate ampiamente insufficienti da ambientalisti e ricercatori si è scatenato il fronte delle Cassandre nostrane, pronte a esibire lo spettro dei “costi per i cittadini”. Come se i costi della crisi climatica, oggi e domani, li avesse pagati (anche in termini di vite umane) e li dovesse affrontare chissà chi altro.

Tra questo fronte industrial-populista, ovviamente, Confindustria, il ministro dello sviluppo Giorgetti e quel Roberto Cingolani ministro della Transizione ecologica che tra distinguo sul bando della plastica, ripensamenti sull’impatto degli allevamenti intensivi e paventato crollo del mercato delle automobili di lusso (altro che rischi del clima!) ci sta abituando a prese di posizione del genere.

Uscendo fuori dai nostri angusti confini, però, il disegno di quello che è il vangelo del libero mercato appare più chiaro. Per esempio considerando che nel pacchetto clima europeo non c’è una parola sulla conservazione delle foreste. E non solo di quelle dell’Amazzonia, decimate dagli interessi della destra di Bolsonaro, ma anche su quelle europee a uso industriale e per i combustibili.

E che c’azzecca (direbbe un ex pm e politico di altra epoca) il pacchetto clima

con una Pac che elargisce denaro pubblico a produzioni agricole e allevamenti intensivi? E, se si allarga ancora di più l’analisi, che obiettivo può avere un summit mondiale dell’alimentazione, come quello i cui esordi ci sono in questi giorni proprio a Roma, lasciato dalla Fao in mano a lobbies e fondazioni come la Bill e Melinda Gates e la Rockefeller che predicano la “rivoluzione verde” a suon di Ogm, chimica e brevetti, come leggerete nel servizio di Francesco De Augustinis di questo numero?

Che c’azzecca il pacchetto clima con la Pac che distribuisce miliardi ad agricoltura e allevamenti intensivi?

Anno 30 - Numero 8 - agosto 2021

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
Silvia Biasotto
Adriana Picarella
Chiara Affronte
Daniela Molina
Paolo Onesti
Patrizia Pallara
Francesco De Augustinis
Alberto Ritieni
Martino Ragusa

Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 23 luglio 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
tel. 06 91501264
pubblicita@ilsalvagente.it

Stampa

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

Distribuzione

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

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

Copertina: foto di Artinun, Adobe Stock

Questa testata non fruisce
di contributi statali

Consumi

10 Il Test del mese - Biossido di titanio, ecco chi lo usa



L'Efsa ha bocciato l'additivo alimentare E171. In attesa della messa al bando per lo "sbiancante" finisce nei cibi, nei dentifrici, nei farmaci e non solo di *Valentina Corvino*



23 Integratori, così la pillola non va giù. La nostra prova



Metà delle compresse analizzate attraversano il nostro organismo assolutamente intatte. Senza rilasciare alcuna sostanza di *Roberto Quintavalle*

28 Maionese e ketchup in stile industriale

Le salse più vendute, sono spesso presentate come "leggere". La realtà però è ben diversa di *Dario Vista*

33 Contro lo spreco c'è vita oltre l'etichetta

Ogni anno si butta via tanto cibo. Spesso perché non si conosce la differenza tra scadenza e Tmc, il termine minimo di conservazione. La nostra guida di *Enrico Cinotti*

42 Gelati, un piacere per i bambini da scegliere con attenzione

Tra zuccheri, grassi saturi e additivi in eccesso, il nostro confronto su 8 barrette al cioccolato con crema mou di *Silvia Biasotto*

48 Mondo Italia

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



Diritti

52

L'inchiesta. Fanghi tossici la ferita è ancora aperta



Il decreto Genova non è mai stato modificato. E così, tra metalli pesanti e diossine, il pericolo minaccia ancora le nostre tavole di *Lorenzo Misuraca*

65

Scuola, più che una mensa sembra proprio un fast food

La denuncia di Foodinsider: troppi alimenti processati e poche verdure nei menu. E sulle stoviglie regna l'usa e getta di *Chiara Affronte*

75

Un'estate al mare senza brutte sorprese

In spiaggia, sugli scogli e in acqua: come evitare i pericoli e intervenire in caso di incidente di *Daniela Molina*



85

Pensioni

a cura di *Paolo Onesti*

86

Condominio

a cura di *Patrizia Pallara*

Sul prossimo numero

Corn flakes e acrilammide: indovina chi viene a colazione?

In edicola dal 27 agosto



Scelte

88

L'ombra delle multinazionali sul summit dell'alimentazione



A settembre si terrà il Food System Summit Onu per ridisegnare il sistema globale per la lotta a fame e cambiamenti climatici. E non mancano gli appetiti dei big di *Francesco De Augustinis*

96

Mlti alimentari

Come scegliere il pesce 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: 14,50 euro
Annuale: 45 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

Postepay clonata, rivedrò i miei soldi?

Caro Salvagente,

qualche giorno fa, dopo aver notato un messaggio sul mio telefono, ho controllato l'importo disponibile sulla mia Postepay standard, ricaricata da pochi giorni con 200 euro. L'importo disponibile era di pochi spiccioli, quindi ho fatto ciò che è previsto: blocco carta, denuncia presso la locale stazione dei Carabinieri, disconoscimento operazioni non effettuate presso ufficio postale. Non so se otterrò rimborso. Che consigli potete fornirmi?

Lettera firmata

La nostra lettrice ha correttamente fatto i primi passi per mettere al riparo il proprio conto e allo stesso tempo avviare le procedure di indennizzo. Alla richiesta, Poste dovrà rispondere entro 60 giorni con il dettaglio delle operazioni anche al fine di valutare se vi

sia stato un omesso controllo e quindi possa adire all'Arbitro Bancario finanziario per far valere i suoi diritti.

Per evitare queste frodi può essere utile attivare i servizi di sms alert che consentono di monitorare il conto in tempo reale. È importante inoltre che l'intermediario attivi sistemi di autenticazione rafforzata come richiesto dalla legge. Attenzione, poi, ai dati personali custoditi sul cellulare e alla inconsapevole condivisione di password e altre credenziali con finti call center: la banca non ha mai bisogno di chiedere per mail, telefono o via messaggio i nostri dati personali e le password. Quindi diffidare da tentativi di terzi di carpire i dati e custodire password e carte con la stessa attenzione con cui siamo abituati a mettere al riparo un portafogli con i contanti.

Barilla e i cornetti alla nocciola del Mulino Bianco

Caro Salvagente, nel vostro numero di giugno, abbiamo letto alcuni commenti in merito al nostro prodotto Cornetti alla nocciola Mulino Bianco.

Da sempre come Barilla siamo attenti alla corretta informazione e trasparenza verso il consumatore e a garantire la massima qualità e sicurezza dei nostri prodotti. Vorremmo farvi notare come alcuni numeri siano stati erroneamente da voi interpretati nell'articolo. La percentuale di nocciola sulla crema è pari infatti al 12,2% e al 3% sul

prodotto finito. La percentuale di nocciole della crema, peraltro, è in linea con le principali creme alla nocciola sul mercato.

Vorremmo inoltre esprimere alcune considerazioni in merito al tema della "vanillina". Prima di tutto, non è corretto associare la "vanillina" ad accuse di cancerogenicità. Ricordiamo che quest'ultima è un aroma ammesso da Regolamento EU n.1334/2008, e come tale è stato sottoposto ad apposito iter procedurale in cui si è accertato che la sostanza in questione non presenta un rischio per la salute dei consumatori. Inoltre, consideriamo inopportuno parlare di "aromi artificiali" e

“aromi naturali identici” in quanto queste definizioni appartengono alla vecchia Direttiva n. 388/1988, ormai abrogata da diversi anni dal Regolamento EU n.1334/2008. A seguito di quest’ultimo infatti, le due diciture espresse pocanzi sono state sostituite dalla semplice dichiarazione di “aroma”. È quindi rischioso parlare di termini ormai non più presenti in etichetta in quanto si potrebbe confondere il consumatore.

Ci teniamo anche a puntualizzare che sebbene il Regolamento lo permetta, Barilla non dichiara mai solo “vanillina” poiché non tutti potrebbero conoscere la natura di tale sostanza e riteniamo quindi indispensabile integrare tale dicitura con la parola “aroma”.

Ricordiamo, infine, che l’utilizzo della vanillina non ha come obiettivo quello di caratterizzare fortemente il prodotto sopperendo alla mancanza di determinati ingredienti, ma viene tradizionalmente utilizzata nel panorama dolciario, e nello specifico anche nelle creme alla nocciola più vendute, semplicemente per arrotondare le percezioni delle varie note presenti nel prodotto.

Barilla Spa

L’inchiesta di Report sul Kamut e la replica dell’azienda

Caro Salvagente, vorremmo segnalare alcune precisazioni riguardo l’articolo pubblicato sul numero di luglio 2021: “Kamut, le accuse di Report al grano made in Canada”. Kamut®, marchio registrato di Kamut International Ltd. e Kamut Enterprises of Europe bvba, da più di 30 anni contraddistingue e commercializza una specifica varietà dell’antico grano khorasan, garantendone l’origine da agricoltu-

ra biologica e determinate caratteristiche benefiche per la salute.

Il grano a marchio Kamut®, nato come progetto per supportare e dare sostenibilità agli agricoltori biologici locali, è sempre stato e continuerà a essere coltivato con metodo biologico. Il Progetto Kamut® ha sempre promosso il biologico, anche sostenendo gli agricoltori biologici e incoraggiando le aziende di tutto il mondo, inclusa l’Italia, a certificare i loro prodotti come biologici.

Per continuare a sostenere gli agricoltori biologici e promuovere la crescita delle produzioni biologiche e delle superfici coltivate secondo il metodo dell’agricoltura biologica, in passato Kee ha adeguato i propri requisiti per estendere la possibilità di utilizzare il grano certificato biologico a marchio Kamut® anche in prodotti finali non certificati biologici. Ciò nonostante, il progetto continua a produrre e fornire grano a marchio Kamut® come biologico, come ha sempre fatto, nel rispetto delle normative vigenti in Italia.

Qualsiasi dichiarazione di contaminazioni ripetute nel grano fornito a marchio Kamut® è falsa.

L’ufficio stampa di Kamut Enterprises of Europe

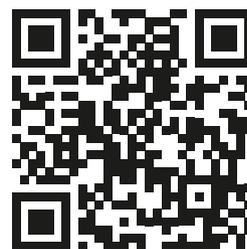
Prendiamo atto delle precisazioni della Kamut Enterprise of Europe. Resta il fatto che la trasmissione Report ha mostrato analisi su quattro container che nel 2017 contenevano grano contaminato da gliofosato. Non ci è chiaro se l’impresa voglia smentirne l’autenticità. Nel nostro articolo abbiamo poi semplicemente raccontato quanto mostrato nella puntata e quanto deciso da importanti marchi del biologico come Alce Nero e Natura sì (e anche da marchi come De Cecco) di dismettere il marchio Kamut. E in questo caso ci sembra che l’azienda non abbia smentito.

Se amate gli animali questa è la vostra guida



Ogni estate si ripetono drammatici appelli a non abbandonare il proprio animale. Il Salvagente ha voluto fare un passo in più regalando ai suoi abbonati esperti e mettendo in vendita sul proprio negozio digitale (ilsalvagente.it/le-guide) a 14,90 euro, la guida di 164 pagine “Cani, gatti & Co. una vita assieme”. Dentro gli amanti degli animali troveranno i consigli degli esperti della Lav su come adottare un animale, come comportarsi, che cibo scegliere. Assieme a un capitolo sugli animali selvatici e sulla donazione testamentaria a favore di questi esseri.

Per acquistare il libro basta inquadrare il codice qui sotto con la app del telefono e seguire le istruzioni al video.



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**

€ **45,00** / 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

L'Europa dell'**E171**

È dal 2016 che si sollevano timori e allerta sul **biossido di titanio** l'additivo che "sbianca" cibi, farmaci, integratori, dentifrici.

Ora anche l'Efsa lo sconsiglia come additivo alimentare per i potenziali effetti **genotossici**.

In attesa che venga bandito, ecco la lista di **chi lo usa** ancora

di **Valentina Corvino**

Meglio tardi che mai. Dopo che di tossicità del biossido di titanio si parlava almeno dal 2016, l'Efsa, l'Autorità europea per la sicurezza alimentare ha concluso la rivalutazione dell'E171 ritenendolo non sicuro come additivo alimentare.

Questa bocciatura apre la strada all'eliminazione dell'E171 dall'elenco degli additivi alimentari autorizzati.

Anni di appelli, prove e denunce di sospetta genotossicità, insomma, alla fine produrranno l'effetto che si proponevano. Ma con almeno otto anni di ritardo: qualunque bando, infatti, non entrerà in vigore almeno fino al 2024. Da qui a quella data sarà ancora permesso usare il biossido di titanio in alcuni alimenti, negli integratori alimentari e nei dentifrici. A meno che, ovviamente, non siano



scopre i rischi



le industrie a rinunciarci volontariamente. Cosa che, almeno al momento, sembra ancora lontana, come dimostra l'elenco che pubblichiamo di quante ancora lo prevedono tra gli ingredienti.

Il colorante della discordia

Utilizzato da almeno 50 anni, il biossido di titanio è un additivo alimentare il cui uso è autorizzato in 48 diverse categorie di alimenti. Secondo l'Autorità per la sicurezza alimentare europea le principali fonti dell'esposizione alimentare all'E171 sono i prodotti da forno, le zuppe, i brodi, le salse (per neonati, bambini piccoli e adolescenti) e le creme spalmabili. Poiché la legislazione non prevede la quantità massima, le aziende alimentari devono utilizzarlo in conformità con le buone pratiche di fabbricazione e utilizzarne solo la quantità necessaria per raggiungere lo scopo previsto. Scopo che è solo ed esclusivamente estetico: il biossido di titanio, infatti, è una polvere di colore bianco e, come additivo alimentare, non ha motivi funzionali ma viene aggiunto ai cibi per renderli più belli alla vista. Ai confetti, ad esempio, viene aggiunto per farli apparire più bianchi e per molti anni anche le caramelle colorate M&M ne hanno fatto uso.

Se è vero che si mangia anche con gli occhi, in questo caso ne avremmo fatto volentieri a meno. Perché, come dicevamo, all'E171 negli anni sono stati dedicati molti studi - ignorati dall'Efsa - che ne hanno evidenziato le caratteristiche di tossicità. Tant'è vero che, in virtù del principio di precauzione che l'Europa sembra aver dimenticato, la Francia lo ha messo al bando dal 2020 basandosi su un parere 

Il test del mese

▶ dell'Anses, l'Agenzia nazionale francese per la sicurezza sanitaria dell'alimentazione, dell'anno prima. Nella sua valutazione, l'Agenzia aveva sottolineato che, con i dati scientifici disponibili sugli effetti del biossido di titanio, era impossibile eliminare l'incertezza sull'innocuità dell'additivo alimentare. In quell'occasione, l'Anses aveva quindi raccomandato di "limitare l'esposizione dei lavoratori, dei consumatori e dell'ambiente nel quadro di un approccio graduale, favorendo specialmente dei prodotti sicuri ed equivalenti in termini di funzione e di efficacia, privi di nanomateriali". Detto, fatto, almeno dall'esecutivo transalpino, con un bando - previsto inizialmente per un solo anno - poi stato prolungato anche nel 2021.

Il pericolo nanoparticelle

Un altro aspetto a lungo indagato è stata la presenza di biossido di titanio anche in forma nanometrica: un campo di studio in continua evoluzione perché se i rischi dell'E171 in quanto tale sembrano (oramai) appurati, quelli delle nanoparticelle sono ancora tutti da dimostrare. Quando parliamo di nanoparticelle intendiamo sostanze in cui almeno una delle tre dimensioni fisiche richiede di essere misurata in poche decine di nanometri, ovvero nella scala dei miliardesimi di metro (o milionesimi di millimetro). È una misura difficile da immaginare: se si visualizza lo spessore di un capello umano, occorre poi provare a immaginare qualcosa di almeno mille volte più piccolo.

Le nanoparticelle possono essere di origine naturale (per esempio prodotte dalla combustione ad alte temperature in particolari condizioni) o artificiale, e in questo caso possono avere forma e dimensioni predefinite o essere il sottoprodotto di una lavorazione industriale. Da tempo si è scoperto che molte sostanze di cui si pensava di conoscere tutte le caratteristiche, in scala nanometrica, presentano proprietà molto diverse da quelle studiate e note da tempo in scala macro o microscopica. Inoltre si è rilevato che possono mutare in modo significativo anche nell'ambito della scala nanometrica, quando vengono modificate anche leggermente forma e dimensioni. In pratica ciascuna variante (materiale, forma, dimensioni) di una

sostanza in formato "nano" può dare origine a un comportamento specifico, che richiede di essere valutato con attenzione se entra in contatto con l'organismo umano.

Sulle nanoparticelle di biossido di titanio, ad oggi, sappiamo, grazie ad uno studio dell'istituto di ricerca pubblica francese Inrae, che sono in grado di passare attraverso la placenta delle donne incinte e raggiungere i loro feti. Gli scienziati hanno, infatti, riscontrato la presenza di biossido di titanio in tutte le 22 placente delle donne incinte che hanno potuto studiare, così come nella metà delle prime feci di 18 neonati.

Una strada lunga e tortuosa

Nonostante queste evidenze la strada burocratica da percorrere per arrivare al bando dell'E171 è lunga e tortuosa. Lunga perché l'Efsa ha solo fornito un parere alla Commis-





sido di titanio insieme all'Agenzia europea per i medicinali che dovrebbe esprimersi per un'eliminazione graduale a ottobre di quest'anno. L'esecutivo di Bruxelles spera di avere pronta una proposta di divieto dopo l'estate, da sottoporre al voto degli Stati membri a settembre. Il Parlamento europeo e il Consiglio (colegislatori) avranno poi del tempo per rivedere la proposta almeno fino all'inizio del 2022.

Ma non è finita qui perché si deve aggiungere un periodo di transizione (alcuni Stati membri vogliono fino a 2 anni - in particolare per il settore degli integratori alimentari). Ciò significherebbe (a condizione che tutto vada come previsto) che il biossido di titanio dovrebbe essere rimosso dal cibo (e, si spera, dagli altri prodotti) nel 2024.

Dicevamo che la strada è anche tortuosa: il biossido di titanio vanta, infatti, una lobby potentissima che già in passato ha svolto egregiamente il suo lavoro come ha denunciato nel 2018

il Corporate europe observatory (Ceo), il gruppo di ricerca che vigila sulla trasparenza in Europa. La lobby di riferimento si chiama Titanium dioxide manufacturers association (Tdma): l'associazione che riunisce i produttori di biossido di titanio, pur non presente nel registro per la trasparenza istituito dalla Commissione europea, è riuscita ad accreditarsi presso l'esecutivo e ha messo (e forse continua a mettere) in campo le strategie migliori soprattutto a suon di quattrini per indirizzare le decisioni della Commissione. Della Tdma fanno parte diverse aziende produttrici di biossido di titanio tra cui la slovena Cinkarna Celje, la tedesca Evonik - che dichiara di spendere quasi due milioni di euro l'anno in attività di lobbying - la statunitense Venator, che ha sedi anche in Polonia e in Repubblica Ceca, e il produttore numero due al mondo, la Cristal, che ha sedi in Gran Bretagna, Francia e Belgio. Solo il tempo ci dirà se la lobby, che in passato ha certamente vinto diverse battaglie, vincerà la guerra finale.

sione europea, che ora deve agire. Il commissario Kyriakides ha già fatto sapere che la Commissione proporrà un divieto di uso dell'E171 e che le discussioni con gli Stati membri dell'Ue in tal senso sono già iniziate a maggio.

“C'è stato un sostegno unanime da parte degli Stati membri per il divieto di uso dell'additivo negli alimenti, anche se non c'è accordo su quando dovrebbe essere applicato” ci ha detto Antoine D'haese di Safe, Safe Food Advocacy Europe, una Ong europea molto attiva e informata sulla vicenda. Questo divieto riguarderebbe in teoria solo i prodotti alimentari (non i farmaceutici, dunque), ma la Commissione ha confermato che esiste un legame giuridico diretto tra l'uso negli alimenti e nei prodotti farmaceutici, perché solo i coloranti approvati come additivi alimentari possono essere impiegati nei medicinali. La Commissione, quindi, sta valutando l'impatto di un divieto del bios-

Dentifrici, integratori e farmaci non ci rinunciano

Grazie anche al contributo delle segnalazioni dei nostri lettori, abbiamo stilato l'elenco dei prodotti che ancora impiegano l'E171. Una lista utile per chi vuole evitare il pericolo nascosto dietro questa sostanza. Anche prima del bando del 2024



DENTIFRICI

Aquafresh Tripla Protezione
Aquafresh Piccoli Denti
Antica Erboristeria
AZ 3D White 3 in 1
AZ 3D White Luxe
AZ 3D White White&Cool
Blanx Oxygen Power
Colgate MaxWhite
Colgate Total
Conad Micro Granuli
Conad Top White
Conad Whitening
Conad 7-13 anni
Elmex Protezione Carie
Elmex Sensitive Professional
Elmex Junior 6-12 anni
Elmex 0-6 anni
Himalaya SparklyWhite
Himalaya Complete Care
Iodosan Protezione Globale
Mentadent Prevenzione Completa
Mentadent kids

Meridol Whitening
Paradontax Extra Fresh Complete Protection
Paradontax Ultra CleanAcrovit
Paradontax Whitening
Sensodyne Complex Daily Care
Sensodyne Gentle Whitening
Sensodyne Herbal Fresh
Sensodyne Rapid Action
Sensodyne Tartar Control

ALIMENTI

C. Confetti Via Montenapoleone
Milano Confetti fruttati misti
Mania Black Cat Liquorice
Mania Mini Gessetti gusto menta
Paneangeli Confetti di cioccolato

INTEGRATORI

Acrovit compresse
Agaton Normorelax compresse
Agaton Ostacol Plus

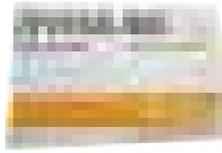


Esserre Pharma ColBer compresse filmate
EthicSport Pro Sintech aminoacidi essenziali
Guna Gunamino Formula compresse
IBSA Iosel Capsule molli
Kura Ficoxpea capsule
Laboratori Legren TireoSIm
Leonardo Medica PeyroCur
Matt Divisione Pharma Fitosteroli e riso rosso colesterolo
Matt Divisione Pharma Metionina e Biotina Capelli
Matt Divisione Pharma Valeriana
Matt Divisione Pharma Complesso B Energia
Maya Pharma Mayafer 30 complex
Minerva Medica Solvix
Named Menoflavin forte menopausa
NYL Laboratories Quercitina compresse
Pharma Line Dianazen compresse rivestite

Pharma Suisse Cognivel
 Shedir Pharma FastCap capsule
 Shedir Pharma Flogeril capsule
 Sigma Tau Proxana Plus
 Stardea Garkidol capsule
 Swisse Perdita di peso

FARMACI

Aristo Tadalafil compresse rivestite
 Buscopan Compositum
 Doc Generici Idrossiclorochina compresse rivestite
 Doc Generici Letrozolo compresse rivestite
 Doc Generici Levocetirizina compresse rivestite
 Dompè Argonal compresse gastroresistenti
 Dompè Artrosilene capsule rigide a rilascio prolungato



Dymalife Pharmaceutical Dymauric
 EG Montelukast compresse rivestite
 EG Olmesartan Medoxomil compresse rivestite con film
 EG Valsartan compresse rivestite con film
 Giuliani Asacol compresse a rilascio modificato
 Grunenthal Italia Neo Furadantin capsule rigide
 Grunenthal Palexia compresse a rilascio prolungato
 H.Lundbeck Cipraxel compresse rivestite con film
 Johnson&Johnson ActiSinu compresse rivestite con film
 Lyrica Pregabalin capsule rigide

Mylan Fulcrosupra compresse rivestite
 Mylan Pregabalin capsule rigide
 Novartis Gilenya capsule rigide
 Polifarma Digerent capsule rigide
 Reckitt Benckiser Healthcare Nurofen compresse rivestite
 Sandoz Bisoprololo compresse rivestite con film
 Sandoz Esomeprazolo compresse rigide gastroresistenti
 Sandoz Tadalafil compresse rivestite
 Sanofi Plaquenil compresse rivestite
 Teva Esomeprazolo capsule gastroresistenti
 Teva Italia Venlafaxina capsule a rilascio modificato

Chi ha smesso di ricorrere al colorante

Dal 2019, anno in cui abbiamo condotto l'ultimo test per valutare in laboratorio la presenza di biossido di titanio, sono cambiate molte cose. In positivo, soprattutto. In quell'occasione le analisi avevano confermato la presenza dell'E171 nei confetti al cioccolato M&M: oggi, invece, l'additivo è scomparso dalla ricetta. Il biossido appariva anche nella lista ingredienti delle gomme da masticare Vivident ma l'esame in laboratorio non ne aveva trovato tracce. Assenza confermata, all'indomani dell'uscita in edicola del giornale, anche da Perfetti Van, che produce il marchio, che ci aveva fatto sapere di aver detto addio al biossido (usato per rendere più bianche le gomme da masticare) già dal 2015. L'E171 appariva anche tra gli ingredienti del Buscopan Compositum e purtroppo c'è ancora. Diversa la sorte

delle compresse Efferalgan: nell'ultimo foglio illustrativo l'eccezione è scomparso. Anche all'estero, sulla scorta dell'azione di Foodwatch, molte aziende alimentari sono state costrette a bandirlo. È il caso di Mars, Lindt, Haribo che da un paio di anni hanno rinunciato ad arricchire i loro prodotti dolciari dell'additivo sospetto. Stessa strada percorsa da Cameo in Germania che dopo una petizione firmata da 40mila consumatori, è stata costretta ad abbandonare le sue convinzioni circa la sicurezza dell'E171 e a rimuoverlo dalle sue ricette. Lo ha sostituito con il meno dannoso carbonato di calcio. Ad oggi Cameo è l'unica che ha trovato e comunicato un'alternativa al biossido di titanio: d'altronde di questo additivo di può fare volentieri a meno.



Può danneggiare il Dna Il sospetto che fa paura

“Non si può escludere il rischio, né fissare una dose giornaliera ammissibile”. Il giudizio dell’Autorità di sicurezza alimentare europea, seppur tardivo, sembra un deciso cambio di rotta come ci spiega Fiorella Belpoggi del Ramazzini

Dopo aver condotto una revisione di tutte le evidenze scientifiche disponibili in merito, l’Agenzia per la sicurezza alimentare ha concluso che non si possono escludere pericoli circa la genotossicità, delle particelle di biossido di titanio. La nuova valutazione ha rivisto i risultati della precedente valutazione condotta sempre dall’Efsa pubblicata nel 2016, che aveva evidenziato la necessità di ulteriori ricerche per colmare alcune lacune nei dati. Nel comunicare la decisione a maggio scorso, Maged Younes, presidente del gruppo di esperti sugli additivi

e aromatizzanti alimentari, ha detto: “Tenuto conto di tutti gli studi e i dati scientifici disponibili, il gruppo scientifico ha concluso che il biossido di titanio non può più essere considerato sicuro come additivo alimentare. Un elemento fondamentale per giungere a tale conclusione è che non abbiamo potuto escludere pericoli in termini di genotossicità connessi all’ingestione di particelle di biossido di titanio. Dopo l’ingestione l’assorbimento di particelle di biossido di titanio è basso, tuttavia le particelle possono accumularsi nell’organismo umano”.



In altre parole - spiega al Salvagente Fiorella Belpoggi, direttrice scientifica del Centro di ricerca sul cancro dell'Istituto Ramazzini di Bologna - per l'Agenzia, l'E171 ha la capacità di apportare modifiche al materiale genetico. Il Dna contiene le informazioni genetiche essenziali per il funzionamento delle cellule e quindi dell'intero organismo. Un danno al Dna può quindi tradursi in un'alterazione anche grave, nella morte cellulare (inducendo apoptosi o necrosi), ma potrebbe comportare anche lo sviluppo del cancro.

L'Agenzia non si è fermata a questa valutazione ma è andata avanti sostenendo che sulla scorta di tali preoccupazioni, i suoi esperti non ritengono più sicuro l'E171 se usato come additivo alimentare e, di conseguenza, non è più possibile stabilirne una dose giornaliera accettabile. Questo significa - spiega ancora la Belpoggi - che gli studi su cui ha lavorato l'Agenzia non sono robusti abbastanza da dimostrare quale livello di esposizione alla sostanza sia privo di rischio. Stabilire la Dga (la Dose giornaliera ammissibile), infatti, è un esercizio fondamentale nella valutazione della sicurezza di un additivo alimentare: visto

che queste sostanze vengono aggiunte deliberatamente agli alimenti per svolgere una determinata funzione o effetto tecnologico (ad esempio per colorare, addolcire, conservare, ecc.), devono essere sicure per l'uso ed essere elencate nell'elenco positivo della Ue per gli additivi alimentari come stabilito nel Regolamento 1333/2008. Nel caso del biossido di titanio - aggiunge la Belpoggi - l'Efsa ha anche tenuto in considerazione che l'esposizione avviene in diversi modi: è, come sappiamo, un additivo alimentare e quindi viene ingerito ma può essere anche inalato (è contenuto nelle vernici da muro) e può essere trattenuto dalla pelle quando, ad esempio, aggiunto come filtro solare nelle creme protettive.

Questa serie di indizi di "colpevolezza", tuttavia, non hanno spinto l'Autorità a mettere bando con effetto immediato il biossido di titanio.

"Le autorità regolatorie sono sempre molto caute nel mettere al bando le sostanze se non sulla base di dati molto solidi per evitare i ricorsi milionari delle industrie" ci ha spiegato la direttrice del Centro di ricerca sul cancro del Ramazzini, sottolineando che "nel caso del biossido, in particolare, l'Efsa non ha identificato effetti comprovati, ma per ora solo sospetti legati all'ingestione dell'additivo". Si tratta comunque - precisa la scienziata - di una decisione molto importante: "In altre occasioni, ad esempio nel caso dell'aspartame, le prese di posizioni dell'Agenzia sono state molto più timide e questo mi fa pensare che dopo anni in cui l'Efsa è stata accusata di scarsa indipendenza abbia iniziato a percorrere una strada di cautela e, finalmente, a tutela della salute dei cittadini".

Che fare nel frattempo? "Applicare il principio di precauzione è sempre un'ottima strategia" suggerisce la Belpoggi: in alcuni casi, pensiamo agli alimenti e ai prodotti per l'igiene personale, il biossido di titanio appare nella lista degli ingredienti permettendo ai consumatori di evitare i prodotti che lo contengono".

La DgSanco sta inoltre organizzando un gruppo di lavoro per avviare la ri-analisi dei dati circa la sicurezza del biossido di titanio quando utilizzato nei giocattoli. Una notizia certamente positiva - afferma la Belpoggi - che dimostra che l'Unione europea mantiene alta l'attenzione sulla salute dei cittadini ma dimostra anche quanto sia ubiquitaria la presenza di questa sostanza e quanto sia diffuso il pericolo per noi consumatori".

**Perché tanto ritardo?
"Le autorità Ue sono caute in casi del genere per evitare i ricorsi milionari delle industrie"**

Tanta cautela fa pensare al conflitto di interessi

Matteo Giannattasio, è stato docente dell'Università di Padova ed è l'autore di una guida sugli additivi alimentari. E ci spiega come ce ne siano molti su cui pesano dubbi che non smuovono le istituzioni Ue. Un immobilismo equivoco

Nonostante l'Efsa, l'Autorità europea per la sicurezza alimentare, proclami l'indipendenza come uno dei suoi valori cruciali, il ritardo con cui ha dichiarato l'E171 non sicuro come additivo alimentare fa aumentare i sospetti di un conflitto di interesse che già da qualche anno pesano sui suoi membri. Non si può dimenticare, infatti, quanto accaduto qualche anno fa con il glifosato, l'erbicida Monsanto più usato al mondo, la cui autorizzazione è stata rinnovata nel 2017 nonostante il parere sfavorevole di Iarc e Oms, che tuttora lo ritengono un probabile cancerogeno.

La critica che in quella occasione venne mossa alla Commissione europea - responsabile del rinnovo - fu l'eccessivo peso che diede alla valutazione con cui l'Efsa aveva assolto l'erbicida: nel documento l'Agenzia avrebbe copiato e incollato centinaia di pagine dalla richiesta di rinnovo dell'autorizzazione di Monsanto. Certo, sono accuse, ma vale la pena ricordare che all'indomani di questa vicenda - che tutti conosciamo come *Monsanto Papers* - fu istituita addirittura una Commissione parlamentare europea Pesticidi incaricata di indagare proprio sulla procedura di autorizzazione dei fitofarmaci da parte dell'Unione europea.

Dopo una visita di due giorni alla sede di Parma dell'Authority, il presidente Eric Andrieu spiegò che "l'Efsa ha un gruppo di esperti di pesticidi 10 volte inferiore a quello dell'omologo ente canadese e le risorse economiche destinate al suo funzionamento non sono adeguate. Non è in grado dunque - continuò il presidente - di condurre le proprie valutazioni su tutte le pos-

sibili minacce alla salute umana potenzialmente causate da sostanze tossiche, cancerogene e nocive che interagiscono con gli animali e con l'ambiente".

Un presagio di quanto è accaduto con il biossido di titanio? Forse ma quel che è certo che oltre all'E171 la lista dei sospetti contiene numerose altre sostanze che andrebbero eliminate perché

tossiche o sospettate di tossicità come ci ha spiegato Matteo Giannattasio, già docente del corso Qualità degli alimenti e salute dei consumatori all'Università di Padova e autore del libro "Additivi alimentari, una guida" (160 pagine, edizioni L'Aratro).

Professor Giannattasio, sul biossido di titanio c'erano sospetti della sua tossicità già dal 2016 ma l'Efsa solo recentemente ha concluso che "non è sicuro come additivo alimentare". Secondo lei perché l'Autorità europea per la sicu-

"E104, E174, E239, E242...Tutti questi additivi sarebbero da eliminare per il principio di precauzione"



rezza alimentare è intervenuta così in ritardo?

Quanto è successo a proposito del biossido di titanio prova che la commissione di esperti dell'Efsa, che dà pareri sulla sicurezza degli additivi alimentari, non tiene conto del sacrosanto principio di precauzione citato nel trattato sul funzionamento dell'Ue. Tale principio prevede che debba essere vietato l'impiego degli additivi alimentari per i quali non c'è ancora consenso scientifico sulla loro sicurezza e quindi esiste il rischio che si tratti di sostanze nocive. Ciò fa sospettare che i pareri di tale commissione possano essere condizionati da pressioni esercitate dalle industrie che producono o utilizzano gli additivi alimentari. Secondo un rapporto pubblicato nel 2017 (Corporate Europe Observatory), circa il 50% degli esperti dell'Efsa in carica per il periodo 2015-2018 si trovava in una situazione di conflitto di interessi, cioè avevano legami finanziari diretti o indiretti con tali industrie. Per ovviare a questa situazione l'Unione europea ha emanato recentemente regole più restrittive per la nomina degli esperti delle commissioni

dell'Efsa. Non è ancora dato di sapere quanto esse siano efficaci.

Quale sarà secondo lei il futuro di questo additivo? Verrà vietato tout court?

L'Ue eliminerà il biossido di titanio dalla lista degli additivi alimentari autorizzati. Resta da vedere se questo colorante continuerà a essere usato nei farmaci e nei cosmetici.

Ci sono altri additivi su cui pesano sospetti circa la loro sicurezza ma che sono ancora utilizzati?

Parecchi additivi alimentari attualmente permessi hanno ricevuto il parere favorevole dell'Efsa nonostante non ci siano dati scientifici sufficienti per valutare la loro tossicità o sono risultati tossici a concentrazioni molto basse. Tra questi ce ne sono alcuni impiegati in prodotti alimentari di largo consumo come i coloranti giallo di chinolina (E104) e alluminio (E174) e i conservanti esametilentetramina (E239) e dimetildicarbonato (E242). Tutti questi additivi dovrebbero essere eliminati per il principio di precauzione.

Come dovremmo regolarci noi consumatori in questi casi?

Poiché gli additivi sono riportati in etichetta tra gli ingredienti, il consumatore responsabile dovrebbe leggerla per sapere quali additivi sono presenti negli alimenti che intende comprare e se tra questi ci sono quelli in odore di tossicità. Ovviamente per fare una scelta oculata dovrebbe anche disporre della lista, abbastanza lunga, degli additivi alimentari che si dovrebbero evitare. La vostra rivista potrebbe farsi carico di redigere questa lista.

Lo abbiamo fatto, professore, nella guida "Il semaforo degli additivi" che continuiamo di aggiornare regolarmente. A proposito, alcune sostanze utilizzate come conservanti sono state vietate di recente ma continuano ad essere usate come pesticidi. Perché tanta confusione? Non si potrebbe partire dall'assunto che se una sostanza è tossica lo è in tutti i suoi usi?

Non c'è dubbio. Purtroppo a volte le decisioni dell'Ue sembrano cozzare con il buon senso e danno adito al sospetto che siano dettate da interessi di parte.



© Deveseren/iStock

E sui cosmetici arriva l'avviso in etichetta

A ottobre compariranno dei "warning" che mettono in guardia i consumatori dalla eventuale inalazione, dopo che il biossido di titanio è stato classificato cancerogeno di categoria 2 in questi casi. E le lobby già protestano

Il biossido di titanio non è utilizzato solo come additivo alimentare. Lo troviamo anche in prodotti cosmetici, come le creme solari e ombretti, oppure nelle vernici murali e, infine, negli spray per capelli. L'Unione europea è già intervenuta in questi ambiti per regolamentarne l'uso. Entrerà in vigore a ottobre, infatti, il regolamento 2020/217/UE che prevede, non già di vietare l'uso della sostanza, ma di inserire un'avvertenza di pericolo sui prodotti che contengono il biossido di titanio in forma liquida o solida. Questa necessità nasce dal fatto che, dopo quasi un decennio di lavoro, la Commissione europea ha deciso di classificare il biossido di titanio come cancerogeno di categoria 2 per inalazione.

La classificazione ha seguito un parere pubblicato dal Comitato di valutazione

dei rischi (Rac) dell'Agenzia europea per le sostanze chimiche (Echa) nel 2017.

L'etichetta dell'imballaggio delle miscele liquide contenenti una percentuale maggiore o uguale a 1 di particelle di biossido di titanio di diametro aerodinamico pari o inferiore a 10 µm (dunque nanometriche) deve recare la seguente indicazione: "Attenzione! In caso di vaporizzazione possono formarsi goccioline respirabili pericolose. Non respirare i vapori o le nebbie". Per quanto riguarda le miscele solide, invece, l'etichetta deve avvisare: "Attenzione! In caso di utilizzo possono formarsi polveri respirabili pericolose. Non respirare le polveri".

Va ricordato che questa classificazione si basa solo sulla via di esposizione per inalazione e che non sono stati riscontrati effetti cancerogeni per l'esposizione orale e cutanea. Inoltre, la cancerogenicità è stata dimostrata negli animali (ratti), ma non è stata confermata da studi epidemiologici sull'uomo.

Inutile dire che l'attivissima associazione che raggruppa i produttori di biossido di titanio, la Titanium dioxide manufacturers association, si è dichiarata "non d'accordo con la classificazione". "Questo rischio teorico di cancerogenicità per inalazione non è nuovo e, soprattutto, non è specifico per il TiO₂ ma si applica a più di 300 sostanze" ha fatto sapere attraverso una nota.

La preoccupazione della lobby ovviamente riguarda l'impatto economico della decisione europea: "Anche se la classificazione riguarda solo la forma in polvere, è probabile che anche le avvertenze per la salute su molti prodotti che non possono essere inalati, come liquidi e miscele, aumentino la percezione del rischio da parte dei consumatori e quindi influenzino la domanda".



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.



Un ambiente sano è un ambiente sereno dove lavorare



**Conosci i rischi derivanti dai tuoi impianti aria?
Un'errata gestione igienica del proprio impianto di trattamento aria
può esporre a pericoli concreti, spesso sconosciuti e ignorati.**

Con il Metodo Garantito Alisea gestiamo in modo integrato ogni problematica derivante dall'inquinamento chimico, fisico e microbiologico degli impianti aria. Il Metodo Garantito Alisea è un sistema multidisciplinare di gestione igienica degli impianti di trattamento aria adottato già dalle più grandi aziende italiane.

Contattaci subito al numero verde per maggiori informazioni 800 821 845

Una pillola dura da digerire

Lo studio esclusivo: metà degli **integratori** che sono stati analizzati in laboratorio attraversano il nostro organismo assolutamente **intatti**. In pratica non rilasciano alcuna sostanza e si rivelano **del tutto inutili**

di **Roberto Quintavalle**

Gli integratori alimentari sono ormai un classico degli armadietti degli italiani. Che si tratti di assumere vitamine, minerali, Omega 3 o altri micronutrienti, nel nostro paese si ricorre sempre più spesso a compresse e capsule che compensino quello che non riusciamo a ottenere (a volte per pigrizia) dalla nostra dieta quotidiana. Stiamo diventando come gli statunitensi, che ogni anno spendono 8 miliardi di dollari per questi supplementi? Forse in proporzione gli italiani fanno anche di più, se si considera che con più di 3,2 miliardi di euro spesi ogni anno il nostro paese è al primo posto come quota del mercato europeo (23%), seguita da Germania (13%), Francia (9%) e Regno Unito (8%). In totale, sono 32 milioni gli italiani che fanno uso di integratori alimentari. Tra questi, circa 18 milioni li usano tutti i giorni, mentre più di 4 milioni qualche volta al mese. Gran parte degli utilizzatori, pari al 62,8%, ha un'età compresa tra i 35 e 64 anni, mentre il 60,5% sono donne. Un popolo, insomma, che ricorre all'integrazio-

ni per stare meglio. Ma quanti ipotizzerebbero che le compresse colorate a cui affidano un ruolo sempre più importante della loro salute o della prevenzione delle malattie rischiano di fare inutilmente il loro viaggio nel nostro organismo senza "liberare" nessuna delle sostan-

Valutazione della disaggregazione

CAMPIONE 1

Tipo **Comprese rivestite**

Numero di campioni analizzati **18**

CONFORME

CAMPIONE 2

Tipo **Comprese rivestite**

Numero di campioni analizzati **18**

CONFORME

CAMPIONE 3

Tipo **Comprese**

Numero di campioni analizzati **18**

NON CONFORME

► ze utili che promettono di regalarci? Insomma che come le assumiamo così, assolutamente intatte, le evacuamo? È uno dei risultati del test che ha condotto la professoressa Fabiana Quaglia, ordinario di Tecnologia e legislazione farmaceutiche all'Università degli studi di Napoli Federico II, dipartimento di Farmacia laboratori di Tecnologie farmaceutiche. Lo studio, che il Salvagente può presentare in esclusiva, mostra come solo la metà dei campioni analizzati simulando il transito intestinale abbia davvero svolto la sua funzione, in tre casi su sei - come si direbbe volgarmente - "così come sono entrati sono usciti". In sostanza non sono serviti assolutamente a nulla e di certo non hanno rilasciato i micronutrienti che contenevano. Spiega la professoressa: "Le compresse più diffuse negli integratori alimentari sono rivestite e non. Le non rivestite possono essere monostrato o multistrato. Le rivestite, invece, sono ricoperte con uno o più strati di miscele di varie sostanze; il rivestimento ha diversi scopi tra cui quello di proteggere i principi attivi dalla degra-

dazione, favorire la deglutizione oppure modificare il rilascio del principio attivo in termini di spazio e tempo. In quest'ultima categoria rientrano le compresse gastroresistenti, concepite per resistere al fluido gastrico e rilasciare i principi attivi nel fluido intestinale". Aggiunge Fabiana Quaglia: "Le compresse devono necessariamente disaggregarsi in un mezzo acquoso in un arco di tempo definito per permettere la liberazione di quanto contengono e il loro assorbimento nel tratto gastrointestinale. La scelta degli eccipienti e le modalità di produzione sono essenziali al fine di garantire la disaggregazione e la performance del prodotto".

La legge che non c'è

Fin qui parrebbe ovvio: per svolgere il loro ruolo, gli integratori debbono sciogliersi, perfino banale. Quello che è meno noto è che la legislazione europea sugli integratori alimentari non preveda alcun obbligo di un test sulla capacità di queste compresse di disaggregarsi. "Le

di integratori alimentari

CAMPIONE 4

Tipo **Comprese**
 Numero di campioni analizzati **18**
CONFORME

CAMPIONE 6

Tipo **Comprese gastroresistenti**
 Numero di campioni analizzati **18**
NON CONFORME

CAMPIONE 5

Tipo **Comprese gastroresistenti**
 Numero di campioni analizzati **18**
NON CONFORME

farmacopee indicano come valutare la disaggregazione in vitro, le condizioni sperimentali da adottare per l'esecuzione del saggio nonché il tempo massimo in cui il processo di disaggregazione deve concludersi" spiega la docente. E aggiunge: "Sebbene per gli integratori alimentari non vi siano controlli tecnologici obbligatori sul prodotto finito, la United States Pharmacopeia (Usp) riporta un saggio di disaggregazione/dissoluzione per questi prodotti in compresse e capsule a base di vitamine-minerali, botanicals e loro combinazioni e le specifiche del tempo di disaggregazione. L'esito di questo saggio può essere indicato sul confezionamento del prodotto e garantisce che gli attivi contenuti nella compressa possano essere assorbiti".

In laboratorio

Dato che in Europa questo non avviene e in etichetta non c'è alcuna indicazione per i consumatori, la professoressa Quaglia ha deciso di mettere alla prova sei integratori, scelti tra mul-

tivitaminici, prodotti che apportano aminoacidi, oli essenziali e "botanicals" (a base di alghe). Per questa prova ha scelto lo standard che si utilizza per il test sui medicinali. L'apparecchiatura - un Disgregatore Erweka - è composta da un cestello porta tubi, da un becher cilindrico basso, della capacità di un litro e destinato a contenere il liquido di immersione, da un sistema termostatico che permetta di mantenere il liquido ad una temperatura compresa tra 35 e 39°C e da un dispositivo per alzare ed abbassare alternativamente il cestello nel liquido di immersione ad una frequenza costante.

Nella prova si introduce, in ciascuno dei sei tubi del cestello, una compressa e si mette in funzione l'apparecchio. Trascorso il tempo indicato, si solleva il cestello dal liquido e si esamina lo stato degli integratori. Tutte le unità devono essere completamente disaggregate. Se una o due unità non sono disaggregate, si ripete il saggio su ulteriori dodici unità. I requisiti del saggio sono soddisfatti se almeno sedici delle diciotto unità sottoposte al saggio sono disaggregate.

Come fare un rapido test fai-da-te

Se i consumatori italiani, almeno per ora, non possono avere certezze sulla capacità di una compressa di integratore di sciogliersi una volta assunta, possono per lo meno fare un semplice test casalingo per averne un'idea. Non sarà rigoroso come un test di laboratorio (che utilizza attrezzature speciali e condizioni controllate), ma è pur sempre utile.

A suggerirlo è ConsumerLab.com, uno dei portali più conosciuti di test indipendenti e informazioni per aiutare i consumatori e gli operatori sanitari a identificare i prodotti per la salute e la nutrizione della migliore qualità.

Per determinare da solo la capacità del tuo integratore di disintegrarsi, suggerisce ConsumerLab, prova il seguente test:

✓ Riscalda una tazza d'acqua in una tazza resistente al calore sulla parte della piastra riscaldante di una macchina da caffè a 98,6°F (37°C, la temperatura corporea). Per un rapido controllo della temperatura, usa un termometro a lettura istantanea, e non lasciarlo appoggiare sul fondo della tazza dove il calore è più intenso, dando una falsa lettura;

✓ Metti una pillola nella tazza, quindi mescola continuamente per 30 minuti, senza colpire la pillola e mantenendo la temperatura vicino a 37°C. Se necessario,

muovi la tazza sul fuoco per mantenere una temperatura costante;

✓ Le compresse normali dovrebbero disintegrarsi entro 30 minuti.

Questo test, ammonisce il portale, potrebbe non funzionare con prodotti a "rilascio programmato" o a "rilascio prolungato". Potrebbe anche non funzionare per i prodotti "masticabili", che devono essere scomposti dalla masticazione. Inoltre, i prodotti "rivestiti con rivestimento enterico" potrebbero non rompersi completamente in questa prova perché sono progettati per rilasciare i loro ingredienti più a fondo nell'intestino, dopo essere stati sottoposti a un ambiente che è prima acido (come nello stomaco) e poi neutro o leggermente basico (come nell'intestino).



Falsa sicurezza

L'analisi ha mostrato che gli integratori alimentari in compresse attualmente commercializzati, non sono sempre in grado di disaggregarsi in un fluido acquoso. In sostanza in tre casi su sei queste compresse non avrebbero avuto nessun effetto su chi le avesse assunte, se non quello placebo. Con qualche rischio legato al passaggio nell'intestino? Tranquillizza la gastroenterologa Filomena Morisco: "Tenderei a escluderlo in un soggetto sano. Nei soggetti con la presenza di una stenosi intestinale l'ingestione di compresse che non disaggregano può creare almeno in

via teorica complicanze quali l'occlusione intestinale. Dal momento che la presenza di stenosi intestinali può favorire questa complicanza, condizioni che possono causare stenosi del tratto gastrointestinale (malattia Crohn, presenza di aderenze in seguito a precedenti interventi laparotomici) potrebbero essere a rischio. Altre controindicazioni potrebbero essere la presenza di diverticoli e in particolare dei diverticoli ad ampio colletto o del diverticolo di Zenker". Resta il problema, questo sì per tutti, che la falsa sicurezza di assumere un integratore senza sapere che non ha alcun effetto potrebbe davvero influenzare la nostra salute.

Il presidente di Federsalus: “Le aziende intervengano”

Germano Scarpa promette di portare il lavoro pubblicato dal Salvagente alla prima riunione degli associati: “Porrò il tema per sensibilizzarli su un problema molto importante”. Ma resta il nodo dell'assenza di regole

“Posso fare una promessa ai consumatori: porterò questo lavoro alla prima assemblea degli associati, lo distribuirò a tutti e porrò il tema per sensibilizzarli su un problema che ritengo molto importante”. Germano Scarpa (Biofarma Group) è stato eletto lo scorso gennaio per la terza volta alla presidenza di Federsalus, l'associazione che rappresenta l'intera filiera del mercato degli integratori alimentari. A lui abbiamo mandato i risultati della ricerca effettuata dalla professoressa Fabiana Quaglia e nell'intervista che ci ha voluto concedere non si è nascosto dietro un dito, non ha cercato di minimizzare i problemi, tutt'altro.

“Dobbiamo distinguere innanzitutto tra compresse e capsule - ci spiega Scarpa -, le capsule sono involucri di gelatina prodotti esclusivamente da grandi multinazionali con tutti i controlli del caso.

Dunque certamente si disgregano. Le compresse, invece, se non vengono prodotte con buone tecniche di galenica farmaceutica corrono il rischio evidenziato in questa ricerca”.

Presidente Scarpa, la professoressa Quaglia ha effettuato un test tutto sommato semplice poco costoso. Non potrebbero farlo tutti i produttori per evitare di correre rischi del genere?

La farmacopea, effettivamente, prevede un test di disgregazione che simula l'ambiente intestinale e la peristalsi. E dà immediatamente il senso della capacità di una compressa (che, ricordiamolo, è prodotta ad alta pressione) di disgregarsi anche grazie agli eccipienti che contiene. Esistono anche altre prove per verificare che gli elementi attivi divengano dispo-

nibili. A volte si tratta di nutrienti liposolubili (si sciolgono nei grassi, ndr) e funzionano se si aggiungono tensioattivi per facilitarne l'assorbimento. Non pensiate a quelli degli shampoo, si tratta di sostanza ammesse nell'alimentazione.

Ci permetta di insistere: se i test ci sono, perché c'è qualcuno che non li usa, con il rischio di rendere perfettamente inutili gli integratori?

Di solito il buon senso vorrebbe che vengano fatte tutt'e due le verifiche per capire se il prodotto si disgrega in un'ora che è il tempo medio di viaggio intestinale. Posso immaginare, non certo giustificare, che le aziende che hanno mercati più piccoli non abbiano margini sufficienti per effettuarli. Di certo quelle più grandi li fanno, posso assicurariglielo.

Di fronte a questa incertezza e al rischio di assumere integratori del tutto inutili, non si potrebbe fissare un obbligo di legge, anche per tutelare i consumatori?

Io non vedrei nessun problema di fronte a un obbligo di legge. Ma è bene capire che la sede è Bruxelles, visto che le regole sono europee.

Ma a Bruxelles ultimamente sembrano diventati molto rigorosi sui prodotti del vostro settore. Almeno a giudicare dal divieto degli idrossiantraceni cancerogeni nell'aloè che ha fatto tanto rumore...

È davvero incomprensibile come si sia scatenato il caos sull'aloè e poi non si riesca a stabilire linee guida su cose così importanti ma che evidentemente non sono nell'universo culturale di tutti. Quello che posso assicurare ai consumatori italiani è che l'associazione farà tutti i passi necessari.

Ci sono verifiche poco costose per garantire che le compresse si disgreghino. Ma nessun obbligo di farle

Le salse che accompagnano molti dei piatti che consumiamo si “vestono”, sempre più spesso di **leggerezza**. Almeno in etichetta. Ma a guardarle da vicino la realtà è spesso molto diversa e si scoprono **differenze interessanti**

di **Dario Vista**



Maionese e ketchup

Che si tratti di fast food o nouvelle cuisine, una cosa è certa, non c'è pietanza che non venga accompagnata da una salsa che ne stravolge il sapore. Preparazioni artigianali, come nel caso delle “cinque salse madri” (vellutata, olandese, besciamella, spagnola, pomodoro) della cucina francese, ma soprattutto industriali, come ketchup, maionese e senape, sono immancabili nelle paninoteche, nei pub e nelle pizzerie di tutto il mondo. E nelle nostre case.

Oggi le varianti di questi prodotti dell'industria sono infinite, nei più svariati packaging, dalla bottiglietta a testa in giù, al vasetto di vetro, alla bustina monodose, al mega bidoncino con dispenser del “camion dei panini”.

La maionese, un'emulsione di olio, tuorlo d'uovo e limone (o aceto), da sette secoli è la regina delle salse e oggi la si trova in innumerevoli versioni e referenze: light, vegan, aromatizzata...

A livello industriale le caratteristiche di una salsa delicata come la maionese devono essere pre-



in stile industriale

servate durante i trattamenti industriali e la vita di scaffale. La consistenza deve essere uniforme e durevole nel tempo e, inevitabilmente, è necessario ricorrere ad additivi alimentari.

La cremosità, per esempio, è garantita dall'uso di gomme (come ad esempio xanthano e guar) e amidi modificati. Quest'ultimo additivo, "modificato" chimicamente per resistere ai trattamenti industriali, per quanto classificato come sicuro, è una sostanza ad alto indice glicemico, il cui abuso può risultare pericoloso in alcune condi-

zioni patologiche e che, ad ogni modo, rende il prodotto molto poco dietetico, anche nelle versioni pubblicizzate come "light".

A proposito, ricordiamo che il termine "light" in etichetta è riferito al quantitativo di grassi che riduce di conseguenza le calorie del prodotto, ma non tiene conto dell'indice glicemico determinato da altri ingredienti come in questo caso l'amido modificato.

Discorso ancora più delicato, quando si parla di maionese con dichiarati effetti benefici per la





▶ salute. La “Maionese Senza Uova con Proteine Vegetali Cuore” è un prodotto che riporta in etichetta il claim: “Contiene Olio Cuore, con acido linoleico che aiuta a mantenere i normali livelli di colesterolo e Vitamina B1 (tiamina) che contribuisce alla normale funzione cardiaca”.

Vada per i benefici dell’acido linoleico e della vitamina B1, ma è pur sempre una maionese che nella lista contiene ingredienti che non fanno parte della ricetta tradizionale della salsa come: sciroppo di glucosio, amido modificato e zucchero.

Non bisogna dimenticare che gran parte del colesterolo nell’organismo proviene dalla sintesi endogena (cioè lo produciamo noi stessi), promossa essenzialmente dagli zuccheri semplici, proprio come quelli riportati in questa etichetta.

Una maionese senza amidi, invece, non è un’utopia al supermercato (vedasi Tuscè Bio, Biffi biologica...) e, se pure dovesse

avere un prezzo al kg maggiore rispetto alle più famose, teniamo sempre conto che si tratta di prodotti che vanno consumati con estrema moderazione.

Considerazioni simili vanno fatte su prodotti come la Fresca Mayò della Calvè, una salsa maionese con yogurt magro. Se da un lato in etichetta viene enfatizzata (correttamente) una riduzione del 55% dei grassi rispetto alla Calvè classica, dall’altro si nota che questa variante “light” contiene, per 100 grammi di prodotto, 12 di carboidrati di cui 8 di zuccheri, rispetto a un quantitativo inferiore a 0,5 grammi della versione classica.

Sicuramente più “light” della maionese è il ketchup, ma questa affermazione è abbastanza

scontata per il fatto che nella famosa salsa rossa non sono presenti gli ingredienti grassi come il tuorlo e l’olio.

Chi si basa esclusivamente sul conteggio delle calorie preferisce il ketchup alla maionese, ma deve fare attenzione al fatto che la salsa rossa contiene in media il 22% di zuccheri. Zuccheri semplici, in assenza di fibra, quindi ad altissimo indice glicemico.

Anche nel ketchup molto spesso si trovano addensanti che conferiscono una migliore consistenza. Proprio in merito a questo aspetto, Biffi, brava a non utilizzare amidi nella maionese, come detto prima, non può invece fare a meno

delle gomme (xanthano e guar) nel ketchup, a differenza dei marchi più importanti come Heinz e Calvè, che non ne usano.

Chiude la triade delle salse più famose la senape (o meglio salsa di senape o semplicemente mostarda), statisticamente

non gradita da tutti come le prime due e quindi meno diffusa.

La mostarda prende il nome dal “mosto” che “arde”, per il suo sapore piccante, che probabilmente ne limita la diffusione.

Come per il ketchup, non troviamo olio e tuorlo e quindi le calorie rimangono contenute.

Nonostante i semi di senape siano oleosi e quindi ricchi di grassi che conferiscono una buona consistenza alla salsa, i grandi marchi (Heinz e Calvè) non possono fare a meno di utilizzare gomme per dare corpo e cremosità. Inaspettatamente troviamo una ricetta naturale, priva di additivi, in un negozio di mobili, anziché al supermercato. Stiamo parlando della Senap Mild dell’Ikea.

Una maionese senza amidi? Non è un’utopia come dimostrano alcune salse biologiche facili da reperire

Dal guacamole all'harissa è un tripudio di additivi

Si vanno affermando, sugli scaffali dei supermercati, le linee etniche. In qualche caso fatte più di additivi che di sostanza. Come i coloranti che servono a ridare un "tono" che un 6% di avocado non può assicurare

Non solo maionese, ketchup e senape. Oggi il reparto salse del supermercato è incredibilmente popolato dalle varianti più disparate.

Più diventa complessa la ricetta, maggiore è la possibilità di trovare i più svariati additivi tecnologici.

La Biffi di cui abbiamo parlato nella pagina accanto, ha creato una linea dedicata allo street food delle diverse culture: dalla guacamole messicana alla harissa maghrebina e poi la thailandese e la greca.

La salsa guacamole è un tripudio di ingredienti, tra cui lo sciroppo di glucosio-fruttosio, amido modificato, acidificanti, gomma di xanthano e per riportare all'occhio del consumatore il colore verde di quel misero 6% di avocado che compone la miscela, il produttore utilizza un blu, l'E133 e un giallo, l'E101 che uniti "resuscitano" il colore verde.

L'E133 (Blu Brillante FCF) è un colorante autorizzato dall'Autorità europea per la sicurezza alimentare (l'Efsa), di cui abbiamo parlato tanto nelle inchieste passate per la potenziale tossicità dei suoi sottoprodotti di decomposizione e i possibili effetti sull'iperattività nei bambini.

Ci sono poi le salse barbecue, di cui abbiamo parlato ampiamente in un'inchiesta pubblicata nel numero di ottobre 2020 (un articolo che ha portato alla revisione di un'etichetta da parte di una nota multinazionale). Queste salse, nate semplicemente per arricchire di aromi le carni grigliate sul barbecue, contengono già al loro interno l'aroma di affumicatura (fumo liquido), conferendo in questo modo il sapore di "brace" senza necessariamente accendere il barbecue.

Lo sciroppo di glucosio-fruttosio quasi sempre presente nelle salse greche, nella remoulade (simile alla salsa tartara) è uno degli zuccheri più



graditi da parte dell'industria (prezzo basso, elevato potere dolcificante, alta solubilità), ma per il consumatore è davvero da evitare.

Questo sciroppo oltre a contenere molecole di glucosio e fruttosio legate tra di loro (saccarosio), presenta anche i singoli monosaccaridi liberi. Il glucosio libero ha l'indice glicemico più alto in assoluto e quindi è pericoloso per i diabetici. Il fruttosio libero invece, non fa salire la glicemia, ma favorisce la sintesi di trigliceridi e, se assunto in eccesso, spinge a mangiare molto di più, eludendo il meccanismo della sazietà.

Rimanendo in tema dietetico, non sottovalutiamo che una salsa, una volta aperta, va conservata in frigo per un tempo limitato. Questo induce a incrementare il consumo per evitare lo spreco. Il suggerimento è imparare a fare le salse in casa nella quantità sufficiente per il pasto.

Oramai sul web di ricette ce ne sono a bizzeffe, basta solo cercare. E farne uso sporadico, se non altro per non stravolgere il sapore dei piatti che cuciniamo.



#rispettiamoci

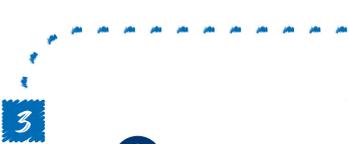


La campagna ACI #rispettiamoci, per il terzo anno consecutivo, accompagna il Giro d'Italia per sensibilizzare gli utenti della strada al rispetto dei più vulnerabili, in particolare ciclisti e pedoni, troppo spesso vittime di incidenti.

LE 7 REGOLE ACI



1 Quando sei al volante, stai attento a pedoni e bici e, soprattutto di notte e in condizioni di scarsa visibilità, tieniti pronto a fermarti o rallentare.



3 Non sorpassare i veicoli fermi davanti le strisce pedonali, potrebbe esserci un pedone che attraversa.



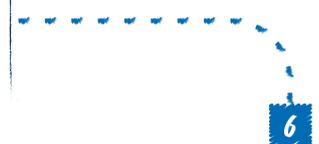
4 Non sostare sulle strisce pedonali, sui marciapiedi e sui percorsi per pedoni e ciclisti.



5 Quando cammini in strada non distrarti ascoltando la musica o guardando lo smartphone e stai sempre attento a quello che ti accade intorno.



6 Quando svolti a destra e non c'è molta visuale libera vai piano, anche se è verde, dietro l'angolo potrebbero esserci dei pedoni che stanno attraversando sulle strisce pedonali.



7 Non aprire mai lo sportello per scendere dall'auto, senza aver prima controllato che da dietro non arriva nessuno.



8 Se vai in bici di notte o in condizioni di scarsa visibilità renditi ben visibile indossando un abbigliamento rifrangente (gilet, bretelle, etc).



C'è vita oltre l'etichetta

Ogni anno si butta via tanto cibo. Spesso perché non si conosce la differenza tra **scadenza** e **Tmc**, il termine minimo di conservazione. Ma dietro la spinta a garantire una vita più lunga agli alimenti ci sono anche gli **interessi** dei produttori

di **Enrico Cinotti**

È un'esigenza concreta e una perdita certa per i consumatori. Ogni anno in Italia buttiamo nella pattumiera quasi 30 chili di cibo e almeno nel 10% dei casi la causa è attribuibile all'errata interpretazione dell'etichetta. Lo spreco alimentare oltre a essere insostenibile dal punto di vista ambientale, rappresenta una perdita economica per le famiglie. Eppure tutto questo dispendio può essere ridotto drasticamente facendo pesare un semplice avverbio ovvero conoscendo la differenza tra la data di scadenza - "Consumare entro" e non oltre - e il Tmc, il termine minimo di conservazione, - "Da consumare preferibilmente entro", che spesso significa che il prodotto è buono anche dopo.

Sono molte le iniziative, come la campagna lanciata dalla app antispreco To Good To Go che raccontiamo in queste pagine, che in questi ultimi anni sono partite per aiutare i consumatori a "usare" le informazioni contenute sulle confezioni.

Dal canto suo l'Unione europea è intenzionata a rivedere la normativa sul Tmc proprio in funzione di una riduzione dei rifiuti alimentari e l'Efsa ha da poco fornito alle aziende nuove indicazioni per calcolare il termine minimo di conservazione.

Le aziende e la grande distribuzione non stanno certo alla finestra. Del resto chi si dichiarerebbe contrario a combattere gli sprechi? Ma poi c'è chi si spinge oltre, come la Danone che in



© Fotofotodigital / iStock

Gli alimenti senza “scadenza”

Esistono categorie merceologiche per le quali non è obbligatorio indicare il termine minimo di conservazione. Sfusi o confezionati ecco quali sono gli alimenti dove non è indicata la “scadenza”:

- ✓ **Ortofrutta fresca, comprese le patate, che non sia stata sbucciata e tagliata**
- ✓ **Vino**
- ✓ **Alcolici con gradazione superiore al 10%**
- ✓ **Prodotti di panetteria e di pasticceria che per loro natura sono consumati entro le 24 ore da quanto sono stati sfornati**
- ✓ **Aceti**
- ✓ **Sale da cucina**
- ✓ **Zucchero**
- ✓ **Prodotti di confetteria**
- ✓ **Gomme da masticare**



- ▶ Belgio sostituirà in etichetta la data di scadenza con il Tmc. La scelta, ha spiega l'azienda al portale Euractiv, è per contrastare lo spreco di cibo visto che ogni anno il 10% degli 88 milioni di tonnellate di rifiuti alimentari è “provocato” dalla data di “fine vita” impressa sui prodotti. Un'accelerazione che poco ha convinto la Ue che ha invitato alla cautela, visto che i prodotti lattiero-caseario per loro natura possono causare pericolose conseguenze per la salute del consumatore se consumati oltre scadenza. Insomma dietro alla sacrosanta crociata anti-spreco possono nascondersi altri obiettivi. “Un Tmc più lungo - spiega Dario Vista, biologo nutrizionista e tecnologo alimentare - significa meno possibilità per i prodotti di raggiungere il fine vita ed essere smaltiti come rifiuto con la conseguente perdita economica dell'ultimo rivenditore. Il produttore-grossista invece con un Tmc più alto può piazzare ordini più grandi ed essere competitivo sul mercato nei confronti di un rivenditore che ha una minore eventualità di smaltire il prodotto come rifiuto”. Avere una shelf life, la vita a scaffale, ben più longeva, insomma, rappresenta un vantaggio tanto per il produttore che per il distributore. Resta un dubbio di fondo: la sicurezza ali-

Lo spreco alimentare in numeri

27 chili

la quantità di cibo buttato nel 2020 da ogni italiano perché scaduto

53%

dello spreco alimentare "nasce" tra le mura domestiche

10%

gli alimenti finiti nella pattumiera per errata interpretazione dell'etichetta

mentare è sempre garantita anche dopo il Tmc? "I prodotti con elevata acidità e bassa attività dell'acqua, ad esempio le conserve di pomodoro, la pasta e il riso - spiega il tecnologo - possono tranquillamente essere consumati anche passato qualche mese dopo il Tmc. Nello specifico la pasta - per la bassa attività dell'acqua - e il tonno - per l'elevato contenuto di sale - sono molto sicuri in questi casi. Sui surgelati sarei più cauto, se non si pone attenzione alla successiva corretta cottura, così come per i prodotti con molti ingredienti dove possono sussistere interazioni con curve di deterioramento diverse". La normativa comunitaria e nazionale sul termine minimo di conservazione affidano già ai produttori molto "margine" per stabilire il termine temporale, c'è così bisogno di aumentare lo spazio di manovra dei produttori? Risponde ancora Dario Vista: "A mio parere, visto che esiste l'autoregolamentazione, è necessario che nella tracciabilità del prodotto, ormai gestibile facilmente con le risorse digitali fruibili a tutti, siano presenti i dati e i risultati relativi alle prove effettuate dalle aziende per la determinazione del Tmc". Combattere lo spreco è importante. Senza però sacrificare la sicurezza alimentare in nome del profitto.

Entro o preferibilmente? Ecco le differenze

Come ogni cosa, anche il cibo arriva a fine vita: deve essere consumato entro un certo periodo che viene indicato dalla data di scadenza o dal termine minimo di conservazione (Tmc). Per alcuni alimenti è sufficiente specificare un termine minimo di conservazione, cioè la data entro la quale l'alimento mantiene integre le sue qualità organolettiche, ovvero il gusto, la fragranza e le proprietà nutrizionali. Superato quel limite non ci sono problemi di sicurezza ma a risentirne può essere il palato.

Il Tmc in etichetta è riportato con le diciture *Da consumarsi preferibilmente entro il...* o *Da consumarsi preferibilmente entro fine...* seguita dalla data che può essere espressa in modo diverso a seconda della conservabilità degli alimenti. Se l'alimento è conservabile per meno di 3 mesi, la data è espressa con il giorno e il mese. Per gli alimenti che hanno una vita da 3 a 18 mesi il Tmc può contenere solo il mese e l'anno. Infine per i cibi con più di 18 mesi di durata si può riportare anche solo l'anno.

Quando è necessario, dopo la data vengono riportate le modalità di conservazione (per l'olio, ad esempio, *Tenere lontano dalle fonti di calore*) necessarie a garantire le proprietà specifiche per il periodo indicato. Ci sono invece cibi molto deperibili e che nel tempo possono essere esposti a proliferazioni batteriche dannose per la salute del consumatore che devono essere consumati tassativamente entro un certo giorno e per questo hanno la data di scadenza. Sulle confezioni del latte, dell'insalata in busta o sul vasetto di pesto troveremo la scritta *Consumare entro...* seguita dal giorno, mese e anno. Se mangiamo il prodotto dopo la data di scadenza ci esponiamo a un rischio sanitario: da un semplice disturbo intestinale a infezioni ben più serie.

La data di scadenza deve essere stampigliata sugli involucri esterni delle confezioni e, qualora all'interno siano contenute delle "singole porzioni confezionate", va impressa anche su queste ultime. Questa è una novità introdotta dal Regolamento 1169/11. Prendiamo le merendine: la data di scadenza va stampata sull'involucro esterno della confezione multi pack e sugli involucri interni delle singole merendine. Anche per i cibi con data di scadenza, ove è necessario, devono essere indicate le modalità di conservazione.

Fino a quando posso consumarlo



Prosciutto affettato e confezionato

Termine minimo di conservazione: **4 mesi**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Interazioni biochimiche e microbiologiche lo rendono immangiabile**

Fino a quando mangiarlo: **1-2 giorni dopo l'apertura della confezione**

Dove conservarlo: **In frigo tra 4 e 8°C**



Biscotti secchi

Termine minimo di conservazione: **1 anno**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Scadenza lunga, i giorni in più non sono rilevanti**

Fino a quando mangiarli: **Si conservano a lungo ma perdono fragranza**

Dove conservarli: **A temperatura ambiente ma al riparo dall'umidità**



Tonno in scatola

Termine minimo di conservazione: **5 anni**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Scadenza lunga, i giorni in più non sono rilevanti**

Fino a quando mangiarlo: **Anche per qualche mese dopo il Tmc**

Dove conservarlo: **In dispensa, a temperatura ambiente**



Pasta secca

Termine minimo di conservazione: **2 anni**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Scadenza lunga, i giorni in più non sono rilevanti**

Fino a quando mangiarla: **1-2 mesi oltre la scadenza se il prodotto è ben conservato e non presenta "farfalline"**

Dove conservarla: **A temperatura ambiente ma al riparo dall'umidità**



Bibite

Termine minimo di conservazione: **18-36 mesi**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Scadenza lunga, i giorni in più non sono rilevanti se chiuse**

Fino a quando berle: **Qualche mese - se chiuse - dopo il Tmc**

Dove conservarle: **A temperatura ambiente ma mai esposte al sole o in frigo**



Caffè

Termine minimo di conservazione: **12-24 mesi**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Scadenza lunga, i giorni in più non sono rilevanti**

Fino a quando si può usare: **Anche un anno dopo il termine minimo di conservazione**

Dove conservarlo: **In barattolo a temperatura ambiente ma al riparo dall'umidità**

senza grandi problemi?



Olio extravergine di oliva

Termine minimo di conservazione: **18 mesi**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Si perdono le qualità organolettiche e il valore nutrizionale**

Fino a quando si può usare: **Qualche mese dopo il Tmc col rischio irrancidimento**

Dove conservarlo: **In bottiglie scure al buio**



Latte fresco

Data di scadenza: **6° giorno successivo a quello del trattamento termico**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Imbevibile: le alterazioni microbiologiche portano a un rapido deperimento**

Fino a quando si può bere: **Non oltre la scadenza**

Dove conservarlo: **Nel frigo tra 0 e 4°C**



Salsa di pomodoro

Termine minimo di conservazione: **2-3 anni**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Scadenza lunga, i giorni in più non sono rilevanti**

Fino a quando si può usare: **1-2 mesi dopo il Tmc se in confezione chiusa**

Dove conservarla: **Una volta aperta, in frigo, nel vano sulla porta**



Uova

Data di scadenza: **28 giorni dopo la data di deposizione**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Il guscio è permeabile e possono contaminarsi. L'antibatterico avidina perde efficacia**

Fino a quando si possono mangiare: **Non oltre la scadenza**

Dove conservarle: **Tra i 4 e gli 8°C**



Surgelati

Data di scadenza: **3-6 mesi per prodotti pronti; 6-12 mesi per carne e pesce**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Nulla se restano surgelati**

Fino a quando si possono mangiare: **Se conservati correttamente anche oltre la scadenza**

Dove conservarli: **In freezer a -18°C**



Yogurt

Data di scadenza: **Entro un mese**

Cosa succede dopo 10 giorni: **Diminuiscono lattobacilli e probiotici. Decadimento nutrizionale**

Fino a quando si può mangiare: **2-3 giorni dopo la scadenza**

Dove conservarlo: **In frigo non sopra i 4°C**

Osserva, annusa, assaggia tre mosse contro lo spreco

La campagna lanciata dall'app Too Good To Go: "Aiutiamo i consumatori a capire la differenza tra Tmc e data di scadenza per ridurre i prodotti che finiscono nella pattumiera. Ma non vogliamo allungare il termine minimo di conservazione"

Osserva, annusa, assaggia. Sono tre le mosse antispreco che si possono compiere per capire se un alimento è ancora buono da mangiare dopo il termine minimo di conservazione. La app Too Good To Go insieme ad alcuni partner ha lanciato la campagna "Etichetta consapevole" per fornire ai consumatori i giusti strumenti per comprendere la differenza tra data di scadenza ("Consumare entro") e Tmc ("Consumare preferibilmente entro") che può aiutare a ridurre gli sprechi alimentari tra le mura domestiche.

Ilaria Ricotti è la responsabile della campagna: "Secondo la Ue il 10% dello spreco alimentare è causato dall'errata interpretazione dell'etichettatura. Per questo Too Good To Go - la app che solo in Italia vanta 4 milioni di utenti e associa oltre 15mila esercenti commerciali che a fine giornata, piuttosto che buttarlo, vendono con lo sconto del 30% il cibo rimasto - ha lanciato in molti paesi, compreso il nostro, una campagna informativa per aiutare i consumatori a capire come si può, conoscendo l'etichetta, ridurre lo spreco alimentare". Spesso dopo il termine minimo di conservazione molti prodotti sono ancora commestibili "e per questo - prosegue la nostra interlocutrice - vogliamo aiutare i consumatori ad assumere questa consapevolezza, perché con un semplice avverbio - "preferibilmente"- è molto facile confondersi. Dall'altro lato, i partner che aderiscono al nostro progetto 'Spesso buono oltre' riportano sulla confezione il richiamo a 'Osserva, annusa, assaggia' per invitare il consumatore a valutare il cibo prima di buttarlo".

I primi in Italia a riportare sulle confezioni

l'effigie delle "tre mosse antispreco" sono stati i prodotti de "La marca del consumatore" ma molti altri hanno aderito all'iniziativa, tra questi Granarolo, NaturaSì, Nestlé e Danone. Non c'è il pericolo di offrire il fianco a chi ha interesse e preme anche in Europa per allungare il Tmc? "Noi non vogliamo allungare il termine minimo di conservazione - risponde la Ricotti - ma solo accrescere nei consumatori la conoscenza dell'etichettatura che può aiutarli a consumare meglio e a ridurre lo spreco". Abbiamo anche chiesto a Ricotti se i grandi gruppi come Nestlé e Danone che hanno aderito alla campagna figurano tra i finanziatori della app e ci è stato risposto che non fanno parte della proprietà di Too Good To Go.

"Le aziende che aderiscono al progetto informativo, come Nestlé e Danone, non sono nostri finanziatori"

La campagna sta intanto dando i suoi frutti. Secondo un sondaggio in Danimarca, dove la app è nata nel 2016, il progetto informativo dopo un anno è stato apprezzato dall'85% degli intervistati e ben il 65% dichiara di sprecare di meno. In Francia, dove sono oltre 400 i prodotti confezionati che riportano le indicazioni antispreco della campagna, i consumatori consapevoli di conoscere la differenza tra Tmc e data di scadenza è cresciuto in poco tempo del 10%. "In Italia la campagna è partita il 31 maggio scorso e tra un anno faremo un primo bilancio", aggiunge la Ricotti. Un'ultima questione: come conciliare l'esigenza antispreco e la sicurezza alimentare? "Il nostro obiettivo è suscitare consapevolezza. Non vogliamo intervenire sulla legislazione. Anche il nostro messaggio è chiaro: aprite le scatole, vedete, annusate il prodotto se non convince buttatelo. Se invece è ancora buono, avremo fatto un gesto contro lo spreco alimentare".

“A queste condizioni si può mangiare anche dopo”

Il professor Alberto Ritieni, Chimica degli alimenti alla Federico II di Napoli:
 “Superato il periodo di conservazione si può consumare un alimento a patto che il pH e l'attività dell'acqua rimangano sotto determinati valori”

“Bisogna garantire un giusto equilibrio tra la riduzione dello spreco alimentare e la sicurezza alimentare. Un cibo può essere consumato anche dopo il termine minimo di conservazione a patto che il pH non scenda sotto 4,5, scongiurando così il rischio botulinico, e che l'attività dell'acqua resti bassa per evitare le proliferazioni microbiologiche”. Con Alberto Ritieni, professore di Chimica degli Alimenti presso il Dipartimento di Farmacia dell'Università Federico II di Napoli, cerchiamo di capire se, e di quanto, il Tmc può essere “allungato” e quali possono essere le controindicazioni.

Professor Ritieni, cosa indica la data di scadenza?

Dove è obbligatoria, ci dice fin quando è sicuro dal punto di vista microbiologico il consumo di quel cibo.

E invece il termine minimo di conservazione?

È l'orizzonte temporale che assicura, se l'alimento è ben confezionato e conservato, la preservazione delle caratteristiche sensoriali e tecnologiche del prodotto per il periodo indicato.

Si può mangiare un alimento da “consumare entro” dopo quella data?

Salvo rarissimi casi, direi proprio no perché si corre un rischio sanitario legato all'alterazione batterica. Se mangio uno yogurt il giorno dopo la scadenza non mi succederà nulla ma in generale ‘entro’ è un termine perentorio.

La presenza dell'avverbio “preferibilmente” invece rende il cibo consumabile anche dopo?

In linea di principio sì, specialmente i prodotti che hanno un'elevata acidità e una bassa attività dell'acqua, come le conserve di pomodoro, la pasta, il riso o il tonno o i prodotti secchi. Pos-

siamo anche aggiungere che più il Tmc è lungo e meno si può posticiparne il consumo.

Chi e come stabilisce il Tmc?

Le aziende devono seguire le linee guida del ministero della Salute e dell'Efsa ma di fatto è il produttore che definisce la data. Per farlo compie dei test in maniera simulata o delle prove reali con il prodotto modificando le condizioni. I cibi vengono sottoposti a temperatura e umidità controllate per verificare il processo di deperimento. Attraverso i risultati di queste prove viene stabilito il termine minimo di conservazione che è di solito sempre protettivo nei confronti del consumatore.

L'autoregolamentazione non mette a rischio il consumatore?

Ricordiamo che il Tmc indica il tempo entro il quale il produttore assicura le qualità sensoriali: l'azienda non avrebbe alcun interesse ad allungarne la vita a scapito del gusto, vero

banco di prova per conquistare il palato dei clienti.

Dal suo punto di vista, il Tmc può essere “allungato”?

Non in maniera assoluta. Bisogna fare prima delle premesse: salvaguardata la sicurezza dell'alimento e la sua conservazione, alcuni parametri possono essere rivisti tenendo presente che il pH deve essere sempre inferiore a 4,5 e l'attività dell'acqua deve restare bassa, pari o inferiore a 0,6. A queste condizioni il consumo “prolungato” è possibile e sicuro.

Noi consumatori possiamo fare la nostra parte?

Sì, rispettando le modalità di conservazione riportate sulle confezioni. L'etichetta è un contratto fra due attori, quindi noi ci impegniamo a conservare bene l'alimento così che il produttore possa meglio mantenere la “promessa” organolettica.

“Giusto ridurre gli scarti in cucina ma non abbassiamo mai la guardia sugli standard di sicurezza e igiene”

Impariamo a conservare a partire dalle confezioni

In etichetta ci sono informazioni obbligatorie che ci aiutano a “stoccare” e a preparare i cibi acquistati. E una volta aperti? È bene conoscere come ordinarli nel frigorifero per garantire più a lungo la loro freschezza

In etichetta devono essere indicate le modalità di conservazione dopo l'apertura delle confezioni e le istruzioni per un uso adeguato degli alimenti secondo quanto previsto dal Regolamento 1169/11, il caposaldo dell'etichettatura alimentare.

Queste informazioni sono obbligatorie quando il cibo deperisce o si può rovinare se esposto a determinate condizioni ambientali o non conservato a dovere. L'olio extravergine di oliva ad esempio soffre l'aria (irrancidisce) e la luce

(perde alcune delle sue proprietà organolettiche) e quindi si deve - come riportato sulle bottiglie - “*Conservare in un luogo fresco e lontano da fonti di calore e al riparo dalla luce*”. Sulla maionese potremo leggere “*Dopo l'apertura conservare in frigorifero*” o sui succhi di frutta “*Una volta aperto il prodotto si conserva in frigorifero*” per almeno 2-3 giorni. Queste informazioni seguono l'indicazione della scadenza o del Tmc.

Di diverso tenore e finalità sono le istruzioni per l'uso che vengono riportate sempre obbligatoriamente sulle confezioni per consentire un uso adeguato degli alimenti stessi: “*Consumare previa cottura*”, “*Riscaldare al microonde a 1000 W per 4 minuti*”, “*Servire fresco e agitare prima dell'uso*”. Sono informazioni altrettanto importanti che aiutano la preparazione dei cibi ed evitano rischi sanitari ma aiutano anche ad esaltare le qualità organolettiche dell'alimento confezionato.

Oltre a leggere le etichette occorre anche saper riporre gli alimenti, i freschi oppure quelli confezionati una volta aperti, nel frigorifero. All'interno la temperatura varia da uno scaffale all'altro e per mantenere il cibo fresco più a lungo ed evitare il rischio di contaminazioni è bene sapere come ordinare il cibo. Ecco alcuni consigli utili per la conservazione:

- Frutta e verdura nei cassetti appositi senza conservarle in sacchetti;
- Carne e pesce nelle zone più fredde del frigorifero, cioè nello scaffale più basso;
- Yogurt, latticini e cibi già aperti dovrebbero essere “stoccati” sugli scaffali intermedi;
- Uova, bevande, salse e altri cibi dovrebbero andare nelle zone meno fredde, che sono gli scaffali più lontani dal freezer e quelli che si trovano all'interno della porta.



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

Un peccato di gola da scegliere bene

Tra zuccheri, grassi saturi e **additivi in eccesso**, la merenda estiva per eccellenza rischia di diventare troppo sbilanciata per i più piccoli. Il nostro confronto su **8 barrette** al cioccolato con crema mou

di **Silvia Biasotto**

Le barrette di cioccolato con la salsa al caramello mou hanno una storia centenaria. L'azienda leader del settore Mars trova le sue origini nel 1911 quando Frank C. Mars iniziò a vendere caramelle alla crema di burro a Tacoma negli Stati Uniti. Nel 2016 la Triennale di Milano ospitò la mostra "50 anni di storia di Mars Italia". L'azienda produce diverse tipologie di barrette nelle sue versioni originali nelle sue varianti gelato. E così molte altre aziende concorrenti anche a marchio della grande distribuzione.

Nelle prossime pagine abbiamo messo a confronto 8 barrette di gelato al cioccolato con crema mou. A metà tra il gelato e le merendine fanno il pieno di calorie, zuccheri e grassi e sono un vero e proprio peccato di gola per grandi e piccini. In estate i bambini mangerebbero il gelato a ogni ora, ma leggendo bene le etichette il consiglio è di non esagerare. "Il gelato - spiega Gianfranco Trapani pediatra e direttore del centro studi Alfred Nobel's Friends di Sanremo - se di buona qualità, può essere una valida merenda da consumare con moderazione. Può essere anche consumato a colazione ma non possiamo considerarlo un sostituto del pasto: questa può essere una scelta molto rara in una giornata di mare. Da evitarlo dopo cena, non sarebbe altro che una integrazione importante di zuccheri e grassi a quanto si è già assunto con cena, soprattutto se al ristoran-

te. D'altra parte, il grande vincolo del gelato è lo zucchero e quindi va trattato proprio come qualsiasi altro dolce".

Ma che cosa si intende per gelato di buona qualità? Alla domanda possiamo rispondere leggendo la lista degli ingredienti nelle confezioni o, se ci troviamo una gelateria artigianale, chiedendo il libro degli ingredienti. "Un gelato di buona qualità - precisa Trapani - usa il latte fresco, la frutta fresca invece degli aromi, evita i mono- e digliceridi degli acidi grassi, usa la panna e il burro al posto di grassi vegetali idrogenati o di olio di palma ricco di grassi saturi". E proprio i mono- e digliceridi degli acidi grassi sono un ingrediente costante in tutti i prodotti rilevati dal nostro test e in generale presenti in tutti i gelati industriali. "Questi additivi - avverte il pediatra - se assunti in eccesso e in maniera frequente si depositano nel fegato e vengono trasformati in trigliceridi. Sono tra i responsabili della steatosi epatiche non alcoliche (Nafld). Una patologia che può colpire anche i bambini con una certa frequenza. Le stesse problematiche sono associate a grassi saturi come l'olio di cocco". Attenzione anche ad altri additivi. "Spesso gli addensanti presenti nei cibi, come le gomme e gli xantani, provocano una sofferenza delle cellule e aumentano il rischio di 'intestino gocciolante' (patologia che favorisce il danneggiamento dell'intestino, ndr) e la loro assunzione può essere correlata con il morbo di Chron".



Bambini

DOLCIANDO BARRETTE PANNA E MOU-EUROSPIN

Prezzo (euro/kg): **9,16**
Calorie (100g/porzione):
325/136
Zuccheri (g per 100g/
porzione): **31/13**

Tipi: **Zucchero, sciroppo
di glucosio, destrosio**



Panna: **11%**
Grassi: **Burro di cacao,
burro anidro, olio cocco**
Copertura: **Cioccolato
al latte (29%)**
Ingredienti sgraditi:
**Mono- e digliceridi
acidi grassi, aroma**



7,5

COOP SNACK GELATO ALLA VANIGLIA RICOPERTO DI CIOCCOLATO AL LATTE

Prezzo (euro/kg): **10,28**
Calorie (100g/porzione):
309/130
Zuccheri (g per 100g/
porzione): **31/13**

Tipi: **Zucchero, sciroppo
glucosio, destrosio,**



zucchero caramellato
Panna: **No**
Grassi: **Burro di cacao,
burro anidro, olio di
cocco**
Copertura: **Cioccolato
al latte (29%)**
Ingredienti sgraditi:
**Aromi, mono- e
digliceridi acidi grassi**



6,7

GELATELLI CAMELLA MOU & ARACHIDI-LIDL

Prezzo (euro/kg): **7,96**
Calorie (100g/porzione):
338/141

Zuccheri (g per
100g/porzione):
30,1/12

Tipi: **Zucchero,
sciroppo di
glucosio,
destrosio**



Panna: **8%**
Grassi: **Burro di cacao,
burro anidro,
olio di cocco**
Copertura: **Cioccolato
al latte (30%)**
Ingredienti sgraditi:
**Mono- e digliceridi
acidi grassi, aroma
naturale**



7,3

MARS ICE CREAM (MARS)

Prezzo (euro/kg): **13,11**
Calorie (100ml/
porzione): **266/136**
Zuccheri (g per 100ml/
porzione): **25/13**

Tipi: **Zucchero, sciroppo
di glucosio, estratto di**



malto d'orzo
Panna: **13%**
Copertura: **al cacao (31%)**
Grassi: **Olio di cocco,
burro di cacao, palma,
grassi del latte**
Ingredienti sgraditi:
**Mono e digliceridi
degli acidi grassi,
carragenina, aroma
naturale**



6,2

Un carico dolce con tante aggiunte

Il confronto di questo mese è dedicato a 8 barrette di gelato farcite di caramello e ricoperte di cioccolato. Ci siamo soffermati soprattutto sui zuccheri e grassi, valutati nella loro quantità e qualità. Senza dimenticare gli additivi e altre presenze sgradite.

Calorie e zuccheri

Buono, fresco, cremoso, il gelato per quanto sia irrinunciabile in estate è pur sempre un dolce ricco di calorie e zuccheri. Le barrette gelato che abbiamo rilevato hanno in media per porzione 142 calorie e 13,8 grammi di zucchero.

Tipo di zuccheri

Segnaliamo lo sciroppo di glucosio e lo sciroppo di glucosio-fruttosio, due ingredienti molto impiegati nel gelato industriale perché al potere dolcificante uniscono in parte anche quello adensante. Preoccupano perché possono indurre picchi glicemici. Inoltre, nel 2016 il Bambino Gesù ha rilevato per il fruttosio, aggiunto presente negli sciroppi e nei dolcificanti utilizzati in varie preparazioni e se abusato quotidianamente, danni a carico del fegato dei bambini.

Panna

La panna assieme al burro dovrebbero essere l'ingrediente che per eccellenza apporta i grassi al gelato, insieme al latte. Ben venga la loro presenza (quando c'è) anche perché conferisce gusto e una consistenza vellutata.

SNICKERS ICE CREAM (MARS)

Prezzo (euro/kg): **10,33**
 Calorie (100ml/porzione): **338/79**
 Zuccheri (g per 100ml/porzione): **26/14**



Tipi: **Zucchero, sciroppo di glucosio**
 Panna: **11%**
 Grassi: **olio di cocco, burro di cacao, palma, grassi del latte**
 Copertura: **cacao (27%)**
 Ingredienti sgraditi: **Mono- e digliceridi acidi grassi, carragenina, aroma**



6,2

WINNER BAR ALGIDA (UNILEVER)

Prezzo (euro/kg): **22,33**
 Calorie (100g/porzione): **358/215**
 Zuccheri (g per 100g/porzione): **27/16**



Grassi: **Olio di cocco, burro di cacao, burro, burro concentrato**
 Panna: **No**
 Copertura: **Cioccolato al latte (22,5%)**
 Ingredienti sgraditi: **Mono- e digliceridi acidi grassi, carragenina, aromi**



3,9

TWIX ICE CREAM (MARS)

Prezzo (euro/kg): **21,85**
 Calorie (100ml/porzione): **287/124**
 Zuccheri (g per 100ml/porzione): **29/13**
 Tipi: **Zucchero,**



sciroppo di glucosio
 Panna: **11%**
 Grassi: **Burro di cacao, cocco, palma, grassi del latte, grassi di semi di palma, burro**
 Copertura: **al cacao (32%)**
 Ingredienti sgraditi: **Mono- e digliceridi acidi grassi, carragenina**



5,7

MAGNUM CARAMEL & NUTS (ALGIDA UNILEVER)

Prezzo (euro/kg): **43,50**
 Calorie (100g/porzione): **346/180**
 Zuccheri (g per 100g/porzione): **33/17**
 Tipi: **Zucchero, sciroppo**



di glucosio-fruttosio
 Panna: **No**
 Grassi: **Burro di cacao, cocco, burro concentrato**
 Copertura: **Cioccolato al latte (28%)**
 Ingredienti sgraditi: **Mono- e digliceridi acidi grassi, aromi, coloranti (E160a)**



3,8

Legenda

- Eccellente (10-9,1)
- Ottimo (9-8)
- Buono (7,9-7)
- Medio (6,9-6)
- Mediocre (5,9-4)
- Scarso (sotto 4)

Grassi

Valutazione negativa per l'olio di cocco e i grassi vegetali di palma, molto ricchi di acidi grassi saturi rispettivamente nell'ordine dell'87% e del 50%. I grassi di palma hanno inoltre il difetto legato alla possibilità di residui di contaminanti di processo, considerati cancerogeni. Rispetto al burro o alla panna, anch'essi ricchi di grassi saturi, sono insapore e non arricchiscono il gusto.

Copertura al cioccolato

Abbiamo indicato la percentuale di copertura al cioccolato per evidenziare come questi i prodotti siano a metà tra lo snack e il gelato: circa un terzo di questi gelati è costituito da cioccolato.

Ingredienti sgraditi

I gelati industriali non riescono a fare a meno

dei mono-e digliceridi degli acidi grassi (E471). Consentono una cremosa emulsione tra la parte acquosa e grassa del gelato contribuendo alla sua durabilità. Diversi studi approfondiscono la possibile alterazione del microbiota intestinale da parte degli emulsionanti. Inoltre, gli E471 possono trasformarsi in acidi grassi trans (soprattutto ad alte temperature). La carragenina (E407) è un additivo con funzioni addensanti. Secondo alcuni studi può avere effetti infiammatori nell'intestino. Ricordiamo che nel 2016 negli Stati Uniti il Cornucopia Institute ha pubblicato un report dal titolo "Carragenina. Nuovi studi rafforzano il collegamento a infiammazione, cancro e diabete". Gli aromi e i coloranti sono sempre considerati con sospetto in quanto servono a conferire al prodotto sapore e colore altrimenti assente o carente.

L'aria, l'ingrediente segreto per prepararlo in casa

Fabio Pasquarella, Accademia del gelato artigianale: "Una buona gelatiera fa la differenza ma si può anche imparare a far senza. Il consiglio? Evitiamo di usare troppi ingredienti e non cediamo al timore di sperimentare"

Sono tante le idee sane e gustose per le merende fatte in casa. E il gelato non può mancare. Per consigliare mamme e papà abbiamo intervistato Fabio Pasquarella, tecnico gelatiere dell'Accademia del gelato artigianale Alberto Pica.

Dottor Pasquarella, alla frutta o alle creme, quali sono gli ingredienti base per fare il gelato in casa?

Più che di ingredienti parlerei di tre componenti essenziali: acqua, una sostanza anticongelante e aria. La prima a caratterizzare un gelato è proprio l'acqua che si ghiaccia in minuti cristalli di ghiaccio grazie alla gelatiera. Si impiegano perciò ingredienti che ne sono ricchi, come latte, bevande vegetali, o la stessa acqua. Il suo congelamento però non deve essere totale, altrimenti rischiamo di avere un ghiacciolo! Per

questo aggiungiamo una sostanza anticongelante come lo zucchero. Poi c'è l'aria, che non possiamo aggiungere come fosse un ingrediente e va in qualche modo intrappolata. E qui entra in gioco la gelatiera, ma non solo, grazie alla sua azione meccanica di mescolamento. Le gelatiere dotate di compressore per la refrigerazione sono da preferire.

È possibile fare il gelato senza gelatiera?

Certamente, d'altra parte così è stato per millenni, ma occorre tener presente che oggi quel che definiamo gelato artigianale, nelle sue qualità strutturali, è strettamente legato a una precisa tecnica produttiva. E per quanti espedienti ci possano essere, nulla può essere paragonabile a un gelato preparato con una buona gelatiera: a patto di saperlo fare.

E preparare gelati senza zuccheri aggiunti?

Si possono impiegare dei sostituti che abbiano funzionalità di anticongelante, come lo xilitolo, ma attenzione a eventuali effetti avversi. Proporrei una più gestibile diminuzione dello zucchero, potendo aggiungere fibre come l'inulina che ci possono aiutare a contenere un po' il ghiaccio.

I segreti per non farlo indurire?

Bilanciare il gelato in rapporto alla temperatura di conservazione e incorporare una discreta quantità di aria, motivo per cui l'uso dell'uovo per i gelati casalinghi è così diffuso. Per i gelati vegan si può optare per l'uso di lecitine e alcune proteine di origine vegetale. Anche raggiungere una buona consistenza della miscela attraverso l'uso di un addensante - come l'agar agar - facilita l'incorporazione di aria.

Tre errori da evitare?

Complicare il gelato con tanti ingredienti, avere timore di sperimentare - è la maniera migliore per imparare - e non divertirsi.

Ossido di etilene, Mars richiama 3 gelati

Mars, a seguito dell'estensione dell'allerta europea sull'ossido di etilene, il battericida impiegato nei silos e nelle stive delle navi per disinfestarle il cui uso è però vietato nella Ue perché considerato cancerogeno, ha avviato una campagna di richiamo in Europa che interessa, al momento in cui scriviamo, alcuni lotti venduti in Austria di gelati Snickers, Bounty e Snickers Crisp.

La presenza possibile dell'ossido di etilene è legata all'uso di additivi come la farina di carrube e la gomma di guar, molto utilizzati nell'industria del gelato. Mars Austria ha effettuato un richiamo dei prodotti interessati in collaborazione con le autorità per la sicurezza alimentare austriache dichiarando che mangiare i gelati interessati non è "dannoso" in quanto contengono solo "una piccola quantità di questo ingrediente".



LA QUALITÀ
PASSA DALLE
NOSTRE SCELTE,



LA CONVENIENZA
DALLE VOSTRE
TASCHE.



 **Todis**



TODIS È UN'INSEGNA DI SUPERMERCATI A MARCA PRIVATA TOTALMENTE ITALIANA NATA NEL 1999. FIN DAL SUO INIZIO TODIS HA RISERVATO UN'ATTENZIONE PARTICOLARE VERSO IL CONSUMATORE, CON UN AMPIO ASSORTIMENTO DI PRODOTTI DI ALTA QUALITÀ.

Francia

Multa record a Google: non ha remunerato gli editori

L'Antitrust francese ha inflitto una multa di 500 milioni di euro (593 milioni di dollari) a Google per non avere offerto agli editori dei giornali un trattamento equo per diffondere i loro contenuti sui servizi come Google News. L'Antitrust ha inoltre intimato al colosso del web di "presentare un'offerta di remunerazione" agli editori e alle agenzie di stampa se non vuole incorrere in ulteriori sanzioni. "Siamo molto delusi da questa decisione: abbiamo agito in buona fede durante l'intero processo. La multa ignora i nostri sforzi per raggiungere un accordo e ignora la realtà di come funzionano le notizie sulle nostre piattaforme. Ad oggi, Google è l'unica azienda ad aver annunciato accordi sui diritti connessi", ha affermato un portavoce di Google.

Gran Bretagna

Le aragoste sentono dolore Non si possono bollire da vive

Dopo Svizzera, Norvegia, Nuova Zelanda, anche il Regno Unito - secondo un'indiscrezione del Times - starebbe pensando di bandire la pratica di bollire vive le aragoste. A convincere gli inglesi a vietare tale pratica sarebbe stato un rapporto indipendente che il governo britannico ha commissionato lo scorso anno a un gruppo di scienziati per determinare se crostacei e molluschi cefalopodi debbano essere considerati esseri senzienti e siano in grado di provare dolore. L'esito del rapporto non è ancora stato reso pubblico, ma stando alle indiscrezioni raccolte dal Times, la risposta sarà sì.

Tablet, Apple e Samsung promossi a pieni voti

Se non volete rinunciare a rimanere connessi a internet neanche sotto all'ombrellone, è il momento di acquistare un tablet: pratico come uno smartphone ma con un display più grande che consente di leggere senza molti sforzi è il device ideale da mettere in valigia. Sul mercato sono disponibili diverse marche e modelli ma quelli che garantiscono performance migliori sono Apple e Samsung e non è un caso che, oltre a essere i più venduti, sono quelli che si posizionano in cima al test di Consumer Reports in entrambe le categorie valutate (8 pollici e 10).

Occhio al display

Nella classifica appaiono anche altri marchi che comunque non hanno deluso le aspettative dei nostri colleghi americani che hanno messo a confronto ben 40 tablet. Li hanno giudicati sul campo mettendoli alla prova su 5 caratteristiche. Innanzitutto l'affidabilità, prendendo in

considerazione i problemi più frequentemente segnalati dai consumatori nordamericani. Per giungere a un giudizio sulla prestazione, invece, hanno valutato la velocità che il tablet impiega per completare diverse attività.

Lo staff di Consumer Reports non poteva esimersi dal giudicare anche la qualità del display: una caratteristica determinante dell'acquisto.

In generale, nella scelta bisogna tener presente che i tablet da 10 pollici sono ottimi per la creazione di contenuti, la lettura di magazine digitali, la navigazione web e la fruizione di film, ma possono risultare troppo ingombranti per chi ha bisogno di tenerli in mano per periodi di tempo prolungato. I tablet da 7 o 8 pollici sono invece più leggeri e maneggevoli, altrettanto comodi per la lettura di pagine web o libri, e risultano una scelta azzeccata anche per i giochi. Il minor spazio su schermo però può essere limitante nella

	Apple iPad Mini (64GB)	Samsung Tab Active 3	Amazon Fire HD 8 Tablet	
Prezzo in euro	459 (mediaworld.it)	559 (sferaufficio.it)	100 (amazon.it)	
Schermo	8 pollici	8 pollici	8 pollici	
Affidabilità	Eccellente	Eccellente	Molto buono	
Prestazione	Eccellente	Eccellente	Buono	
Schermo	Molto buono	Molto buono	Buono	
Facilità d'uso	Eccellente	Eccellente	Molto buono	
Autonomia della batteria	9,3 ore	7,5 ore	15,2 ore	
Giudizio	Eccellente	Molto buono	Molto buono	

Valutazione: Eccellente - Molto buono - Buono - Sufficiente - Scarso



produzione dei contenuti o nella lettura di fumetti/riviste digitali. Per valutare la facilità d'uso, gli esperti Usa hanno giudicato l'intuitività dei controlli del tablet e la velocità con cui esegue attività comuni, come la connessione a un router Wi-fi o il trasferimento di file. Infine c'è la durata della batteria, fondamentale se si utilizza, come dovrebbe essere, il tablet fuori casa.

Occhio al display

Le 5 prove hanno contribuito al giudizio finale. Attenzione, però. Nella scelta del tablet da

acquistare ha un peso importante anche la valutazione delle proprie esigenze: una prova che per ovvie ragioni non è riassunta in nessuna voce della tabella. Dunque, per prima cosa occorre fare mente locale su quanto ci si aspetta dall'apparecchio, sull'uso che ne faremmo e, perché no, del budget che abbiamo a disposizione. Se non si hanno molte pretese si può concludere anche un affare portando a casa, per poche decine di euro, un buon tablet come il Lenovo, che con le sue 10,4 ore di durata della batteria non ha nulla da invidiare ai suoi colleghi più blasonati.

	Lenovo Tab M7	Apple iPad Pro 11 (5G, 128GB)	Samsung Galaxy Tab S7	Amazon Fire HD 10	Lenovo Tab M10 (32GB)
	70 (mediaworld.it)	789 (mediaworld.it)	649 (unieuro.it)	150 (amazon.it)	140 (mediaworld.it)
	8 pollici	10 pollici	10 pollici	10 pollici	10 pollici
	Buono	Eccellente	Eccellente	Molto buono	Buono
	Buono	Eccellente	Eccellente	Molto buono	Molto buono
	Buono	Eccellente	Molto buono	Buono	Molto buono
	Molto buono	Eccellente	Eccellente	Molto buono	Molto buono
	10,4 ore	15,1 ore	11,4 ore	16,3 ore	7 ore
	Buono	Eccellente	Eccellente	Molto buono	Molto buono

Europa

Insetti, semaforo verde dell'Efsa alla locusta migratoria

Dopo la tarma della farina, arriva anche la locusta. Il Comitato di esperti sulla nutrizione, i novel food e gli allergeni alimentari (Nda) dell'Autorità europea per la sicurezza alimentare (Efsa) si è espresso favorevolmente sulla sicurezza di questo insetto, in formulazioni congelate ed essiccate. Il parere scientifico era stato richiesto dalla Commissione europea, che ora dovrà decidere se autorizzare al commercio le locuste. Secondo l'Efsa, il consumo di locusta non è considerato né svantaggioso da un punto di vista nutrizionale, né pericoloso per la popolazione generale.

Germania

Attenzione ai pericoli dei fagiolini crudi

L'Istituto tedesco per la valutazione del rischio (Bfr) mette in guardia dal consumo di fagiolini crudi o poco cotti: il pericolo è la proteina fasina. Nel 2020 - spiega in una nota il Bfr - i centri antiveleni in Germania hanno ricevuto un numero inaspettatamente elevato di segnalazioni relative al consumo di fagiolini. Esistono due forme di fasina: la PHA-L causa l'agglutinamento dei globuli bianchi, la PHA-E quello dei globuli rossi. L'avvelenamento può essere provocato dall'ingestione di anche solo 5 fagioli crudi e i sintomi iniziano a manifestarsi entro le 3 ore, con nausea e vomito per proseguire con la diarrea. Per piccole quantità si riesce a recuperare entro le 4 o 5 ore senza intervento medico, ma assunzioni più massicce possono portare a emorragie gastrointestinali fino alla morte.

Francia

L'app Yuka condannata per diffamazione

Il Tribunale amministrativo di Parigi ha condannato l'app Yuka per diffamazione e pratiche commerciali sleali, dando ragione all'associazione francese dei salumieri. All'associazione, infatti, non erano piaciute le prese di posizioni dell'app nei confronti di nitriti e nitrati, i conservanti aggiunti alle carni trasformate su cui pesano gravi sospetti di tossicità. Il consumo eccessivo di nitriti e nitrati è infatti associato a un aumentato rischio di cancro del colon-retto e di malattie del sangue. La Iarc nel 2015 li ha classificati, non a caso, come probabili cancerogeni. Proprio a causa di queste accuse, nella valutazione dei prodotti a base di carne Yuka fornisce un giudizio molto severo: niente di più corretto, secondo molti punti di vista, ma purtroppo il tribunale non è stato d'accordo.

Svizzera

Oms: i rifiuti elettronici un pericolo per milioni di bimbi

"Devono essere adottate con urgenza misure efficaci e vincolanti per proteggere i milioni di bambini, adolescenti e donne incinte in tutto il mondo, la cui salute è minacciata dal trattamento informale delle apparecchiature elettriche o elettroniche fuori uso". A lanciare l'appello è l'Organizzazione mondiale della Sanità ricordando che nel business del recupero di questi materiali lavorano più di 18 milioni di bambini e adolescenti, mentre molti altri vivono e giocano vicino a discariche e centri di riciclaggio dove alti livelli di sostanze chimiche tossiche possono influenzare le loro capacità intellettuali.



Dove lo butto? Quando l'etichetta confonde

Le etichette che informano sulle modalità di differenziare gli imballaggi, invece di chiarire le idee, sei volte su dieci le confondono. È quanto emerge dal dossier di EconomiaCircolare.com: il web magazine, insieme alla app Junker, ha raccolto gli imballaggi di 90 prodotti analizzando le informazioni su composizione e riciclabilità riportate in etichetta.

Delle 90 etichette esaminate, 10 sono risultate non corrette, 37 incomplete, 7 non riportavano alcuna indicazione e solo 36 erano corrette. Appena nel 40% dei casi i cittadini sono informati con chiarezza su come riciclare i loro rifiuti. Il dettaglio degli "orrori" e delle imprecisioni è riportato nel dossier "Riciclabilità degli imballaggi: occhio all'etichetta!": a ogni imballaggio è associato un semaforo che si illumina di rosso, giallo e verde a seconda che ci sia un errore grave, una imprecisione o tutte le informazioni corrette, mentre il semaforo resta spento nei 7

casi in cui al consumatore non viene offerta alcuna indicazione su come conferire l'imballaggio. Dall'indagine non sono emerse categorie merceologiche più a rischio di altre. Etichette non corrette, incomplete o mancanti si trovano infatti nei generi alimentari così come nei cosmetici, nei prodotti per l'igiene della casa e in quelli destinati alla cottura o la conservazione del cibo. Analizzando i 90 imballaggi, in molti casi si riscontra l'uso di grafiche e simboli diversi per lo stesso tipo di materiale da differenziare. Per indicare il conferimento nella carta, ad esempio, sui casi presi in esame, sono state reperite ben quattro tipologie di etichette diverse, ma tra termini impropri e colori non ufficiali, i problemi riscontrati dal dossier non finiscono qui. Vale la pena segnalare l'etichetta che suggerisce di rivolgersi "al proprio Comune per conoscere la modalità di smaltimento" per dimostrare quanta strada ancora c'è da fare.

Latte, sei caseifici sardi multati dall'Antitrust

Sei caseifici della Sardegna sono stati condannati dall'Antitrust a pagare sanzioni fino a 10mila euro. In seguito ad alcune verifiche, l'Autorità ha riscontrato la mancanza di diversi contratti scritti per il pagamento del latte ovicaprino conferito agli stessi dai pastori nel corso dell'annata 2018-2019.

Quel periodo fu caratterizzato dalle proteste degli allevatori per l'equo prezzo del latte. Una "guerra" combattuta per settimane a colpi di sversamenti e blocchi stradali, per i quali decine di persone sono poi



finite sotto indagine, denunciate oppure a processo. Contro la decisione dell'Antitrust i caseifici hanno ora la facoltà di presentare ricorso al Tribunale amministrativo regionale.

100 euro per cambiare tv: ecco chi ha diritto al bonus

Per sostenere i cittadini nell'acquisto di televisori compatibili con i nuovi standard tecnologici di trasmissione del digitale terrestre Dvbt-2/ Hvc Main 10, il governo ha previsto un'agevolazione che consiste in uno sconto del 20% sul prezzo d'acquisto, fino a un massimo di 100 euro. Il bonus si può ottenere rottamando un televisore acquistato prima del 22 dicembre 2018. Il passaggio ai nuovi standard tecnologici inizia a settembre per concludersi entro il 2022. Tre i requisiti per beneficiare dell'incentivo: residenza in Italia, rottamazione di un televisore e il pagamento del canone di abbonamento al servizio di radiodiffusione. A tal riguardo è previsto che potranno



accedere all'agevolazione anche i cittadini, di età pari o superiore a settantacinque anni, che sono esonerati dal pagamento del canone. La rottamazione potrà essere effettuata in sede di acquisto del nuovo televisore: consegnando al rivenditore quello vecchio, questi ottiene un credito fiscale pari allo sconto riconosciuto al cliente.

Privacy

Fascicolo sanitario elettronico i pazienti possono oscurare i dati

I pazienti possono oscurare dati e documenti presenti nel proprio fascicolo sanitario elettronico. È quanto ha stabilito il garante della Privacy che ha sanzionato due aziende sanitarie (della Romagna - 120mila euro - e di Trento - 150mila euro): le due Asl avevano trasmesso dati sanitari ai medici di base nonostante i due pazienti avessero compilato il modulo per chiedere che ciò non avvenisse. Nella sentenza, il garante sostiene che i pazienti hanno il diritto di chiedere che alcuni dei dati e documenti contenuti nel fascicolo siano accessibili solo ai pazienti e al medico che li ha generati.

Telefonia

Portabilità a prova di truffa: l'Agcom modifica la delibera

L'Agcom ha integrato le procedure di portabilità del numero mobile. In particolare ha introdotto meccanismi di prevenzione e di contrasto a eventuali tentativi di truffa a danno degli utenti finali di telefonia mobile modificando la delibera numero 147/11/CIR. Le modifiche al processo di portabilità riguardano sia la previsione di meccanismi che puntano al rafforzamento dei controlli effettuati nel corso della procedura, che l'introduzione di notifiche che garantiscono l'aggiornamento sullo svolgimento di eventuali attività di sostituzione della Sim (cosiddetto Sim Swap). In tal modo, prevedono le nuove direttive, l'utente sarà avvertito del processo in atto e potrà confermare o meno, la prosecuzione dell'iter di sostituzione (o di portabilità) della scheda.

Fanghi tossici



Fanghi tossici ferita aperta

C'è voluta un'inchiesta sugli **sversamenti illegali** per riaccendere i riflettori sull'utilizzo dei residui della depurazione delle acque reflue nei campi agricoli. Tra **metalli pesanti e diossine**, un pericolo sottovalutato sempre vivo in Italia

di **Lorenzo Misuraca**

Il paese dalla memoria corta questa volta ha dovuto fare i conti con lo sversamento enorme di fanghi tossici in tutto il Nord Italia per ricordarsi delle sirene di allarme che sin dal 2018 cercano di attirare l'attenzione su una questione di contaminazione ambientale e di diritto alla sicurezza alimentare da risolvere il prima possibile. I fanghi costituiti dai residui delle acque reflue urbane ed extraurbane, dopo essere passati per gli impianti di depurazione, possono essere sparsi nei campi agricoli. Questa pratica, che non è nuova, serve a smaltirli rapidamente senza grandi costi. E di base, ciò che arriva dagli scarichi domestici può essere anche un buon adiuvante per la fertilità del suolo. A patto, però, che insieme alle sostanze utili, non finiscano anche contaminanti pericolosi come metalli pesanti, idrocarburi e simili. Ed è proprio questo il problema introdotto dall'articolo 41 del decreto legge 109 del 28 settembre del 2018, comunemente chiamato decreto Genova, perché nato dall'esigenza di far partire al più presto la costruzione del ponte Morandi, collassato poche settimane prima nel disastro che causò 43 vittime. Quel decreto, come raccontiamo più approfonditamente nelle pagine che seguono, fu usato anche per alzare i limiti dei contaminanti consentiti nei fanghi di depurazione e addirittura introdurre alcuni per sostanze fino ad allora non previste. L'articolo 41, nato per risolvere un problema

relativo a una sentenza che riguardava lo smaltimento in Lombardia, è stato subito inquadrato da molti come una bomba ecologica pronta a esplodere, e il Salvagente oltre a dedicare la copertina del numero di dicembre 2018, lanciò una petizione rivolta all'allora governo Conte I, per porre rimedio al rischio che nei campi da cui proviene il cibo che mangiamo finissero quantità eccessive di metalli pesanti, diossine e Pcb. Da allora, come spesso capita in questi casi, al clamore iniziale, sul problema è seguito un rapido oblio collettivo, non solo della politica, ma anche di gran parte dell'opinione pubblica. Salvo poi essere costretti a riaprire violentemente gli occhi di fronte al blitz dei Carabinieri forestali di Brescia di fine maggio, quando un giro colossale di smaltimento di fanghi contaminati e non adeguatamente trattati ha riportato l'attenzione a quell'articolo del decreto Genova che ha segnato un primo abbassamento dell'attenzione. Come se non bastasse, quando i fanghi da depurazione vengono lavorati per diventare gessi di defecazione, rientrando nella categoria normativa dei fertilizzanti, si aprono ulteriori questioni relative alla tracciabilità, come gli allarmi e le recenti decisioni della Regione Lombardia dimostrano. Lo sversamento di fanghi tossici è una ferita aperta che il legislatore deve curare al più presto, prima che i riflettori si spengano, almeno fino al prossimo scandalo.

Così gli sversamenti inquinavano il Nord

A fine maggio il blitz dei Carabinieri forestali del gruppo di Brescia ha scoperto oltre 150mila tonnellate di fanghi non adeguatamente trattati con livelli di contaminanti superiori anche centinaia di volte ai parametri di legge

Nessun numero, per quanto enorme, può imprimere nella mente la natura di un disastro che investe un territorio tanto quanto la raggelante soddisfazione di chi ne trarrà profitto. Così, dello scandaloso sversamento di fanghi tossici in Nord Italia a sorprendere e indignare in molti, soprattutto nelle zone colpite, è stato lo stralcio di intercettazione in cui Antonio Carucci, il geologo di origine milanese addetto alle vendite della Wte Srl, azienda bresciana presieduta da Giuseppe Giustacchini, che ha sversato il materiale contaminato da metalli pesanti e altri veleni, riferiva a un interlocutore: “Io ogni tanto ci penso... cioè... chissà il bambino che mangia la pannocchia di mais cresciuto sui fanghi”, aggiungendo: “Sono consapevolmente un delinquente”. Ma a differenza dei terremoti dell’Aquila e di Amatrice, in occasione dei quali vennero captate le risate di imprenditori edili pronti a fare i soldi dalle macerie del sisma, qui a causare il disastro non è la natura ma il desiderio di profitto a tutti i costi. Sotto questa luce, i numeri acquistano tutt’altra connotazione: 150mila tonnellate di fanghi tossici spacciati per fertilizzanti e sversati su 3mila ettari di terreni agricoli in Lombardia, Piemonte, Veneto ed Emilia-Romagna. A scoprirlo sono stati i Carabinieri forestali del gruppo di Brescia coordinati dal sostituto procuratore Mauro Leo Tenaglia. I fanghi erano contaminati da metalli pesanti, idrocarburi e altri veleni che sarebbero al centro di un traffico avvenuto tra il gennaio del 2018 e l’agosto del 2019.

A finire sotto i sigilli dei militari proprio la società bresciana Wte Srl, operante nel settore del recupero di rifiuti, che ha tre stabilimenti industriali

nei comuni di Calcinato, Calvisano e Quinzano d’Oglio. Secondo gli inquirenti, l’azienda veniva pagata per ritirare i fanghi prodotti da impianti pubblici e privati di depurazione delle acque reflue urbane e industriali, e senza sottoporli al trattamento previsto e aggiungendovi un altro inquinante (l’acido solforico derivante da batterie esauste), li classificava come “gessi di defecazione” e li smaltiva su terreni agricoli.

L’ordinanza del gip è chiara a riguardo: “Dalle tabelle emergono dati impressionanti”, “nei campioni dei gessi in uscita dall’azienda e in spargimento, le sostanze inquinanti (fluoruri, solfati, cloruri, nichel, rame, selenio, arsenico, idrocarburi, zinco, fenolo, metilfenolo e altri) erano decine, se non addirittura centinaia di volte superiori ai parametri di legge”.

Tra gli indagati, con l’accusa di traffico di consulenze illecite, c’è anche Luigi Mille, direttore generale dell’Aipo, autorità interregionale per il fiume Po, che secondo gli inquirenti, sfruttando relazioni esistenti con il sindaco del Comune di Calvisano e relazioni vere o presunte con alti rappresentanti delle istituzioni, “indebitamente si faceva dare e promettere da Giuseppe Giustacchini denaro, vantaggi patrimoniali ed altre utilità quali il prezzo della propria mediazione illecita verso i suddetti pubblici ufficiali, finalizzata a favorire le attività imprenditoriali condotte da Giustacchini quale titolare della Wte Srl”.

“Quello dello spandimento di fanghi da depurazione e gessi di defecazione - dichiara Barbara Meggetto presidente di Legambiente Lombardia - è una delle pratiche che più sta mettendo a dura prova la vita dei residenti nei territori della bassa bresciana. Troppo spesso vengono segna-

Nelle intercettazioni il geologo dell’azienda sotto accusa scherzava sul cibo prodotto nei campi avvelenati

Il decreto che ha aperto la strada ai veleni

Nel 2018, per correggere le conseguenze di una sentenza che avrebbe reso molto onerosa la lavorazione dei fanghi, il governo introdusse un articolo nel testo per la ricostruzione del ponte Morandi che alzò i limiti dei contaminanti consentiti

Ad aumentare i rischi di contaminazione per i campi coltivati in Italia è stato un singolo articolo, il 41 del decreto Genova, approvato nel 2018, nato per affrontare l'emergenza causata dal crollo del viadotto Morandi e far partire la ricostruzione. Proprio quelle "Disposizioni urgenti sulla gestione dei fanghi di depurazione", infatti, hanno causato le conseguenze che portano fino a oggi, ai fatti di Brescia.

"Al fine di superare situazioni di criticità nella gestione dei fanghi di depurazione, nelle more di una revisione organica della normativa di settore", nell'articolo 41, il governo fissa a 1.000 milligrammi per chilo di sostanza tal quale il limite per gli idrocarburi pesanti C10-C40. L'articolo 41 nasce da una diatriba istituzionale emersa in Lombardia giusto un anno prima, nel settembre del 2017, quando la giunta Maroni aveva approvato una delibera che innalzava a 10mila milligrammi per chilo di sostanza secca il limite previsto di idrocarburi nei fanghi che possono essere sparsi sui terreni agricoli. Contro la nuova norma, però, 51 sindaci del lodigiano e del pavese presentarono ricorso al Tar e a pochi giorni dall'approvazione del decreto Genova il tribunale amministrativo cancellò il nuovo limite, imponendo alla normativa sui fanghi, sulla base delle sentenze della Cassazione, i limiti di concentrazione di sostanze nei terreni previsti dalla legge 152 del 2006 che stabilisce una soglia di 50 mg/kg di sostanza secca oltre cui imporre la bonifica. Ossia venti volte meno di quanto previsto poi nel "decreto Genova".

Il gioco pericoloso sta tutto nella differenza dei termini tra quel limite sul "residuo secco" della Cassazione e quello sul "tal quale" imposto

dall'articolo 41. Un metodo di valutazione che gli stessi tecnici del ministero giudicano "fuori prassi" in quanto la matrice umida è troppo variabile perché si possano fare analisi certe sulla sostanza contenuta e diluita.

Nelle settimane successive, una fonte interna del ministero dell'Ambiente spiegava al Salvagente: "Se vogliamo fare una comparazione possiamo dire che mille milligrammi sul tal quale corrispondono, indicativamente, a 5-8mila milligrammi sulla sostanza secca. La proporzione conosciuta scientificamente è più o meno questa".

Di fronte alle critiche degli ambientalisti, l'allora ministro per l'Ambiente, Sergio Costa si difese così: "La mia intenzione era modificare il testo per renderlo più coerente con le esigenze di tutela della salute, ma i tempi erano stretti ed è stato necessario trovare un accordo all'interno della maggioranza per potere superare

l'emergenza. L'alternativa sarebbe stata quella di lasciare un limite imposto dalle sentenze che allo stato attuale nessun gestore sarebbe stato in grado di rispettare con il risultato di accumulare pericolosamente i fanghi con la speranza di individuare soluzioni alternative come la discarica o gli inceneritori. Per non parlare del rischio del blocco dei depuratori. Sono consapevole che non sia stata la mediazione migliore".

La toppa peggiore del buco

Ma a peggiorare la situazione, la cosiddetta toppa peggiore del buco, arrivò un emendamento presentato dai relatori Gianluca Rospì per il Movimento 5 Stelle e Flavio di Muro della Lega alla Camera, che mantenendo il limite di 1.000

Il ministro Costa definì la norma come una mediazione all'interno della maggioranza fatta in tempi troppo stretti



© Cem Turkmen/istock

LA PETIZIONE

Draghi cancelli l'articolo 41. Subito!

Oltre 127mila italiani chiedono alle istituzioni di cambiare le leggi sui fanghi tossici. Sono tante, al momento in cui abbiamo chiuso il giornale, le firme in calce alla petizione lanciata dal Salvagente su Change.org, "Fermiamo i fanghi tossici che ci avvelenano e danneggiano il made in Italy". Dopo un inevitabile stasi dovuta allo spegnersi dell'attenzione dell'opinione pubblica sulla questione, è bastato lo scandalo degli sversamenti illegali scoperti a Brescia per far fare alla nostra richiesta un ulteriore balzo di 50mila adesioni. Tra queste, sin dal lancio della petizione nel novembre 2018, c'è quella di Fiorella Belpoggi, direttrice scientifica dell'Istituto Ramazzini, che parlò di un via libera a "1000 terre dei fuochi": "Parliamo di sostanze che sono riconosciute come cancerogene. L'esposizione a queste sostanze di una donna in stato di gravidanza può provocare gravissime malformazioni del feto mentre in un bambino possono essere causa di gravi problemi di riproduzione e sviluppo. Faresti mangiare a neonati e bambini piccoli carote e verdure cresciute su una terra avvelenata con queste sostanze?"

Alla petizione ha aderito anche Patrizia Gentilini, oncologa ed ematologa membro della società Internazionale dei medici per l'ambiente (Isde), secondo cui "si sono messi dei limiti per cromo e arsenico, addirittura per il cromo esavalente che è una sostanza nota da trenta anni per la sua pericolosità e cancerogenicità. Ma per queste sostanze l'unico limite accettabile sarebbe l'essere al di sotto della soglia di rilevabilità in laboratorio. Queste sostanze finiscono nelle falde acquifere e non potendo essere degradate sono diffuse e arrivano anche negli alimenti. Sul problema della contaminazione da metalli pesanti l'Efsa ha regolamentato abbassando i limiti del cromo esavalente negli alimenti perché è riconosciuto come sostanza molto pericolosa".

E sui pericoli la dottoressa Gentilini aggiunge: "Parliamo di sostanze molto persistenti. Prendiamo i policlorobifenili: ne esistono 209 congeneri e sono stati vietati già negli anni 80 perché si è scoperto che non si degradano in nessun modo. La Iarc, l'Agenzia per la ricerca sul cancro dell'Oms con sede a Ginevra li ha classificati cancerogeni per l'uomo di livello 1. Di questi 209 fino a poco tempo fa si conosceva l'attività di soli 12 congeneri che hanno



mg per gli idrocarburi ne inserì anche per gli Idrocarburi policiclici aromatici (Ipa) le policlorodibenzodiossine e i policlorodibenzofurani (Pcdd/ Pcdf), i policlorobifenili (Pcb), toluene, selenio, berillio, arsenico, cromo e cromo esavalente. Sostanze fin qua non contenute nella normativa e di conseguenza vietate.

"Una sanatoria" aveva accusato Angelo Bonelli, presidente dei Verdi - dato che permetteva di "accumulare sui terreni destinati all'agricoltura diossine, Pcb e microinquinanti tossici trasformando nel tempo quei terreni in aree da sottoporre a bonifica". "La norma fissa un limite di concentrazione di idrocarburi nei fanghi più alto rispetto a quello consentito per i terreni da bonificare - aveva commentato al Salvagente la deputata Silvia Benedetti del gruppo Misto Maie - e non risulta supportato da alcuno studio che ne provi la non pericolosità".

Tre anni dopo, l'inchiesta di Brescia ci racconta che quelle preoccupazioni sull'articolo 41 non andavano catalogate affatto alla voce "allarmismo".

LA PETIZIONE

► comportamenti del tutto simili alla diossina, poi s'è scoperta l'azione anche degli altri e tutti sono cancerogeni. Questo genere di sostanze inoltre, agisce come interferenti endocrini: alterano l'equilibrio ormonale andando a impattare sulle funzioni del sistema riproduttivo, sull'attività della tiroide e sullo sviluppo cognitivo". Secondo la dottoressa Gentilini, si tratta di sostanze che agiscono su organismi in via di sviluppo anche a dosi minimali: "In definitiva, non esiste alcuna soglia di sicurezza. Poi i metalli pesanti: parliamo di cromo, piombo, arsenico, la loro tossicità e pericolosità è accertata come il nesso con problemi di insufficienza renale, problemi alle ossa e all'apparato riproduttivo. Il cromo esavalente è un cancerogeno certo. Diossine e Pcb sono sostanze lipofile, significa cioè che si accumulano in particolare negli animali, nella carne e nel latte. Invece di licenziare norme più rigorose a tutela della salute umana si permette lo spargimento di fanghi con questi livelli di sostanze. Così si compromette la qualità delle colture e si aumenta il rischio per la nostra salute".

Nella sua petizione, rivolta ora a Mario Draghi e ai ministri di Politiche agricole e Transizione ecologica, Il Salvagente chiede al governo di fare un passo indietro, tornando al limite precauzionale di concentrazione di sostanze nei terreni previsto dalla legge 152 del 2006 con una soglia di 50 mg/kg di sostanza secca. "Un gesto di sana politica e di rispetto sia di uno dei gioielli italiani, il tanto proclamato made in Italy alimentare, che di precauzione nei confronti dei consumatori" spiega la petizione, che ha trovato una sponda anche in parlamento da parte del senatore Saverio De Bonis, del gruppo misto-Maie, che dichiara: "Dal 2018, appena arrivato in Parlamento, mi sono battuto con tutte le mie forze su questo scempio e sono andato contro al mio partito di allora e contro il governo. Ho pagato a caro prezzo questa mia scelta ma non me ne pento".

Secondo De Bonis, l'articolo 41, "e lo spargimento dei fanghi di depurazione nei terreni agricoli" è una delle cose più indegne mai sentite in questo paese. Quella legge è ancora lì. Cosa vuole fare il governo? - si chiede il senatore - Continuare a tutelare gli interessi di pochi gruppi di potere o porre rimedio a questo abominio? Spero che scelga la seconda strada. Ho scritto due mesi fa al ministro Cingolani per parlargli di questa gravissima faccenda, fino ad oggi senza risposta. Io certamente non me ne starò con le mani in mano su questa vergogna nazionale. Ho già preparato una mozione per la quale sto raccogliendo le firme dei colleghi senatori".

Smaltire costa?

Franco Ferroni, responsabile Agricoltura di Wwf Italia, spiega al Salvagente perché anche in questo caso a mettere in pericolo la sicurezza ambientale e alimentare sono scelte dettate solo da esigenze economiche

“La motivazione ufficiale è stata che bisognava affrontare l'emergenza, ma in realtà l'emergenza era soprattutto economica”. Così Franco Ferroni, responsabile Agricoltura del Wwf Italia, spiega al Salvagente come le decisioni sui fanghi tossici dei governi che si sono succedute siano legate soprattutto a questioni di cassa.

Ferroni, sono passati tre anni dal decreto Genova.



Allora basta alzare i limiti

Eppure la risposta dello Stato ancora non c'è stata.

La promessa che il ministro Costa aveva fatto di rimettere mano in maniera organica alla normativa, considerando l'articolo 41 una norma transitoria, si è risolto in un nulla di fatto.

A distanza di così tanto tempo cosa resta di quell'emergenza?

Quell'articolo era legato al fatto che smaltire i fanghi di depurazione attraverso processi industriali era molto, molto più costoso che sversarli nei campi. La motivazione ufficiale era che bisognava affrontare l'emergenza, in realtà l'emergenza era soprattutto economica. Si voleva trovare la soluzione meno costosa per chi doveva farsi carico dello smaltimento.

Poi la normativa d'emergenza è diventata ordinaria.

Purtroppo sì, alzando i limiti di sostanze come gli idrocarburi aromatici, pericolose perché persistenti nel tempo. Qui il fattore di accumulo rischia di essere veramente considerevole.

Cos'altro non sta funzionando?

L'altro aspetto da non sottovalutare è quello dei controlli. Il caso di Brescia è emerso grazie all'azione di vigilanza e controllo dei Carabinieri forestali, ma sicuramente ci sono molte situazioni di illecito, anche rispetto ai limiti che sono stati alzati, che sfuggono perché i controlli sono assolutamente insufficienti.

Come rimediare?

Già se l'attuale governo si occupasse anche solo di considerare le percentuali rispetto alla frazione secca e non a quella umida, sarebbe un risultato. Perché con quella umida ci metti un attimo ad annacquare il campione per farlo rientrare nei parametri, ma questo non ti risolve il problema dell'inquinamento del suolo. E comunque vista la pericolosità delle sostanze, tra metalli pesanti, idrocarburi policiclici, Pcb e quant'altro, bisognerebbe avere come riferimento i limiti indicati dal decreto legislativo 152, che non po-





▶ tendo aspirare a residui zero, rappresenta il male minore.

Però i fanghi in questione sono solo quelli urbani, non quelli industriali. È lecito pensare che i contaminanti siano di meno.

Ma questo non impedisce che le acque che arrivano nelle fogne e poi finiscono negli impianti di depurazione possano essere contaminate da idrocarburi e da metalli pesanti. Basta un'officina, un distributore di benzina, un'azienda che lavora pellame, una lavanderia, all'interno della città. Il problema è che non si tratta solo di fanghi che derivano dalle abitazioni civili, e per altro bisognerebbe considerare anche che negli scarichi delle case degli italiani finisce un po' di tutto a livello di sostanze chimiche. La distinzione con quelli industriali è un po' aleatoria.

Con tutta questa emissione di fanghi, difficile immaginare di farli scomparire del tutto.

Nessuno dice che i fanghi non dovrebbero essere usati in agricoltura, ma che dovrebbero essere liberi da inquinanti.

E allora come liberarsi definitivamente di quelli contaminati?

Delle risposte ci sono. Enea ha avviato da un paio d'anni il piano sul fosforo, che è un materiale molto richiesto e scarsamente disponibile a livello di estrazione, per cui gli Stati stanno agevolando una politica di recupero. Una delle tecniche che rientrano nelle pratiche di economia circolare prevedeva proprio l'incenerimento dei fanghi di depurazione per utilizzare le ceneri che hanno alto contenuto di fosfati. Però è chiaro

che tutto questo è un processo particolarmente costoso, così come è onerosa la gessificazione degli stessi fanghi per farli rientrare nella normativa dei fertilizzanti.

Di fronte all'ostacolo economico, la tentazione è sempre quella della scorciatoia sulle soglie massime.

Basti vedere il caso atrazina di qualche anno fa. Per risolvere il problema della contaminazione si alzavano i limiti, poi per fortuna è arrivata la Comunità europea a imporci uno stop. E in ogni caso, alla fine la natura presenta sempre il conto. Del resto il primo principio della termodinamica è chiaro: nulla si crea, nulla si distrugge, tutto si trasforma. E le sostanze bioaccumulanti è facile che prima o poi ce le troviamo nel nostro organismo. La cosa grave è che parliamo di contaminazione di terreni con cui produciamo il cibo che mangiamo.

Il Recovery fund è una possibilità per cambiare passo?

Spero che non si debba aspettare la prossima emergenza ambientale per risolvere il problema dello smaltimento dei fanghi. Il problema è sempre lì ed è una bomba ecologica che può esplodere in ogni momento. E temo che anche nel nuovo ministero della Transizione ecologica non ci sia piena consapevolezza di questo. Tra l'altro anche il piano di ripartenza e di resilienza poteva essere una grande opportunità per affrontare in modo sistemico il problema della contaminazione dei suoli e dello smaltimento dei fanghi, ma c'è stata molta timidezza su questi temi.

Gessi di defecazione invisibili ai controlli

Quando subiscono una determinata lavorazione, i fanghi da depurazione diventano "non rifiuti" e a tutti gli effetti rientrano nella categoria dei fertilizzanti. E ispezionarli diventa quasi impossibile per chi vuole evitare contaminazioni

Un aggiornamento delle normative non è necessario soltanto per i fanghi da depurazione. Anche i gessi di defecazione pongono grattacapi agli amministratori italiani. È il caso della Regione Lombardia che a inizio giugno si è costituita in giudizio al Consiglio di Stato contro la società Wte, ritenuta responsabile dello sversamento di sostanze tossiche nei campi del Nord Italia. La Wte infatti aveva vinto un ricorso al Tar contro i provvedimenti della Regione sui gessi. L'assessore lombardo all'Ambiente, Raffaele Cattaneo, che ha annunciato l'azione, ha anche ribadito l'impegno della Regione nella regolamentazione dello spandimento e l'esigenza di avere una normativa nazionale che disciplini l'uso dei gessi, perché attualmente gli accertamenti esistono soltanto per i fanghi. "I fanghi sono sottoposti a un rigido sistema di controlli perché vengono considerati rifiuti, mentre i gessi - in quanto ammendante agricolo - non sono sottoposti a nessun controllo" ha spiegato Cattaneo, aggiungendo: "Più volte la Lombardia ha chiesto al governo nazionale di emanare un provvedimento".

Nel frattempo la giunta lombarda ha dovuto approvare una delibera per la costituzione in giudizio al Consiglio di Stato contro la Wte. Non solo, a fine giugno, su proposta dell'assessore all'agricoltura, Fabio Rolfi, e del titolare dell'ambiente, Raffaele Cattaneo, ha approvato una proposta di legge sulla tracciabilità e il controllo dei gessi. Finora infatti il destino d'uso di questo materiale è ignoto. Secondo Rolfi e Cattaneo, il testo consentirà di "inquadrate in maniera adeguata il loro utilizzo nel sistema di controllo per la corretta applicazione della Direttiva Nitrati e aprirà quindi la strada all'applicazione del sistema sanzionato-

rio a fronte del mancato rispetto delle regole tecniche di utilizzo di tale fertilizzante".

I gessi tecnicamente non sono rifiuti, anche se di rifiuti sono composti. Rifiuti trattati chimicamente che diventano fertilizzante da spargere sui campi agricoli di tutta Italia. Appartengono alla famiglia dei "correttivi" e vanno impiegati su terreni dei quali occorre modificare proprietà chimiche anomale come pH, salinità e tenore in sodio. Commercialmente e per la legge il nome corretto è gessi di defecazione e ne esistono di due tipi: quelli ottenuti dalla lavorazione dei fanghi di depurazione delle acque reflue civili e industriali e quelli in cui a quegli stessi fanghi sono aggiunti anche prodotti di trattamenti chimici organici e alcune tipologie di rifiuti come quelli derivati dall'industria alimentare, del legno o della lavorazione delle pelli e pellicce o le feci animali. In entrambi i casi, comunque, al prodotto viene aggiunta calce e acido solforico. E il rifiuto, anche speciale, diventa fertilizzante. Ma c'è un grosso problema di controlli, come spiegava nel 2018 Fabio Cambielli, responsabile dell'unità operativa complessa Controlli e attività produttive dell'Arpa Pavia e Lodi, dove le verifiche e le analisi su quello che contengono sono difficili. Anzi, le Arpa non possono neppure fare controlli a sorpresa sui gessi. Un territorio dove, secondo i calcoli delle agenzie per la protezione dell'ambiente, ogni anno vengono sparse mediamente 400mila tonnellate di fanghi e operano 9 impianti di trattamento di fanghi conto terzi.

"Purtroppo le norme non sono aggiornate, fanno riferimento a tecnologie degli anni 80 e non permettono controlli efficaci e uniformi su tutto il territorio. Le singole Regioni, ad esempio, hanno facoltà di individuare e



► prescrivere analisi e monitoraggi diversi sui fanghi usati in agricoltura mentre per quanto riguarda i gessi, invece, in base alla normativa noi possiamo unicamente fare controlli sulla presenza di metalli, ossido di calcio e triossido di zolfo”.

La difficoltà dei blitz a sorpresa

Per quanto riguarda i fanghi la normativa prevede la comunicazione preventiva, per cui le aziende devono indicare dieci giorni prima al Comune, alla Provincia e all'Arpa il luogo in cui verrà effettuato lo spargimento, la quantità di fanghi che verrà usata e i risultati delle analisi fatte sul materiale. Quindi per un controllo a sorpresa basta scegliere una delle comunicazioni arrivate e recarsi sul posto indicato al momento indicato. Per i gessi invece non esiste alcun preavviso, e per eventuali ispezioni non c'è altra via che gli esposti fatti dai cittadini o il lavoro in sinergia con Carabinieri forestali. Come se non bastasse, le restrizioni all'uso sono piuttosto limitate: si va dal divieto di accumulo nei campi a quelli di spargimento in caso di pioggia o nei mesi autunno-invernali o troppo vicino alle abitazioni e ai corsi d'acqua. Se sono stati usati rifiuti biologici naturali nei giusti quantitativi, l'uso non presenta pericoli per il terreno e la filiera agroalimentare. Altrimenti si rischia di inquinare pesantemente il terreno, con la complicità di una normativa ancora troppo morbida sui controlli.

Veneto, il comitato contro l'inceneritore dei fanghi

Due temi caldi per l'inquinamento del terreno in Italia rischiano di incontrarsi in Veneto: i Pfas e lo smaltimento dei fanghi. Questo l'allarme lanciato durante una manifestazione a metà luglio ad Arzignano, nel vicentino, organizzata da Cillsa, una associazione ambientalista locale. Come ha scritto *Vicenza Today*, a portare in piazza le ragioni della protesta è stato il medico Giovanni Fazio, che durante l'iniziativa contro l'inceneritore per i fanghi conciarci previsto in zona ha ricordato la disapplicazione dell'accordo Stato Regione per la riqualificazione e la salvaguardia del Bacino del Fratta Gorzone “drammaticamente compromesso da anni di attività della concia”, tra i cui contaminanti ci sono appunto i Pfas, interferenti endocrini e sospetti cancerogeni, gli stessi per cui i responsabili dell'ex Miteni sono sotto processo per uno dei disastri ambientali più grandi d'Europa, a causa dell'inquinamento di un'enorme falda acquifera che copre un territorio abitato da oltre 300mila persone.

L'informazione ufficiale nel momento che conta.

Cerchi un'impresa
o il suo bilancio?

 registroimprese.it
I dati ufficiali delle Camere di Commercio

su registroimprese.it trovi tutte le
informazioni sulle **aziende italiane.**

Su impresa.italia.it sono **gratis** quelle della tua azienda.



CAMERE DI COMMERCIO
D'ITALIA

È un servizio realizzato da



IC
InfoCamere

OGGI HAI L'ENERGIA PER RENDERE LA TUA CASA PIÙ INTELLIGENTE.

Arriva **OPEN METER**, il contatore elettronico di seconda generazione. Un'innovazione tecnologica che E-Distribuzione sta portando nelle case degli italiani per consentire una gestione più consapevole dei consumi, impegnandosi ogni giorno affinché l'innovazione sia alla portata di tutti.

E-Distribuzione ha già installato più di **20 milioni** di contatori elettronici di nuova generazione nei Comuni Italiani e progressivamente saranno coinvolti tutti i 32 milioni di clienti connessi alla rete elettrica.

Scopri tutte le funzionalità, i vantaggi e quando Open Meter arriverà nel tuo Comune e a casa tua sul sito www.e-distribuzione.it o chiama l'**803 500**.



e-distribuzione.it

e-distribuzione



© SDI Productions/ISTOCK

Più che una mensa sembra un fast food

Il rapporto di Foodinsider fotografa **menu scolastici** che si arricchiscono di **cibi processati** e carni rosse, sempre più poveri di verdure e legumi e dove le stoviglie lavabili cedono sempre più il passo all'**usa e getta**

di **Chiara Affronte**

Mense scolastiche o fast food? Potremmo sintetizzare con questo dubbio il rating presentato quest'anno da Foodinsider che fotografa un campione di una cinquantina di menu, rappresentativi di circa il 28% dei due milioni di pasti al giorno serviti ai nostri figli. L'osservatorio sulle mense scolastiche è nato nel 2015 da un gruppo di persone attente ai temi e quello relativo al 2020/2021 è il sesto rating, focalizzato sulle trasformazioni che la refezione ha subito per la pandemia e sul futuro delle mense nel post-Covid. Purtroppo, le conclusioni non sono rassicuranti. Tendenzial-

mente i menu sono peggiorati e offrono molti più cibi processati (dal 75,5% dell'anno scorso all'81,5 di quest'anno), pasta in bianco, piatti veloci e anche carne rossa: a Terni addirittura dieci giorni su venti, nonostante le linee guida nazionali indichino altro. In generale il cibo è stato meno vario. E, anche sul fronte del servizio, l'utilizzo di stoviglie lavabili è calato dal 65 al 59%, sebbene non ci sia un reale pericolo di contagio lavando i piatti in lavastoviglie.

A metà giugno l'illustrazione dei risultati alla Camera alla presenza di Rossella Muroli, vice presidente della commissione Ambiente della Camera, Alessandro Fusacchia di Facciamo Eco



CIBO PROCESSATO

Salgono dal 76,5% all'81,5% rispetto al report precedente i menu che propongono cibo processato a base di salumi, bastoncini, nuggets di pesce, hamburger di carne, di pesce, pizze, budini. E poi formaggio spalmabile, croccole, crocchette, pasto confezionato.

Nei rapporti Oms e di altre agenzie internazionali gli alimenti processati o ultraprocesati sono citati come causa determinante di sovrappeso, obesità e Non-communicable disease, malattie croniche che rappresentano la prima causa di mortalità prematura a livello planetario, con l'86% dei decessi.



CARNIROSSE

Se già nello scorso report si segnalava il livello altissimo di mense che superava i limiti raccomandati di carni rosse per i bambini (il 75%), quest'anno si arriva all'81,5% dei menu, con 5 mense oltre le 8 proposte di carni rosse al mese: Lecce, Latina, Civitanova e Macerata e Terni. Quest'ultima con ben 10 proposte di carni rosse su 20 pasti, detiene il record negativo.



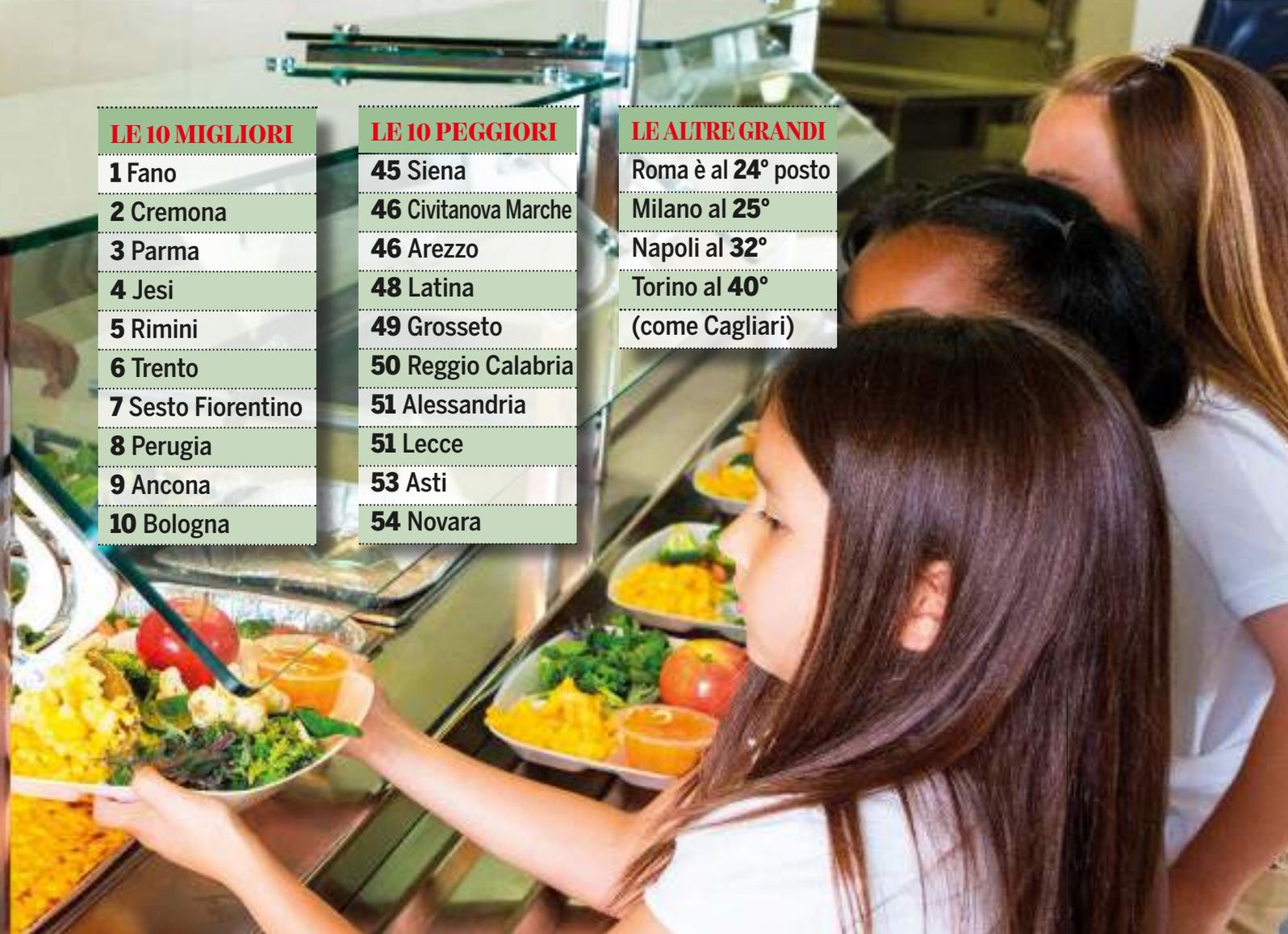
LEGUMI

Lo scorso anno il 19% delle mense avevano una proposta molto scarsa (meno di una volta a settimana). Quest'anno si sale al 27,5%. Solo 2 le mense nel panel che propongono legumi come principale fonte proteica. Nel resto i legumi rappresentano un sovraccarico di apporto proteico che va a contribuire allo sbilanciamento nutrizionale del pasto.



► e Claudia Paltrinieri, presidente dell'Associazione Foodinsider che ha esposto i dati dell'indagine. Restano alcuni primati - Cremona ad esempio - scende Macerata e sale Bologna nella top ten. Agli ultimi posti, invece, Lecce, Asti e Novara, mentre Rimini spicca per aver assunto ben 12 persone per mantenere invariato il servizio anche in pandemia, dicendo "no" alle pietanze pre-confezionate in favore di ceramica e vetro.

Obiettivo principale di Foodinsider verificare se i menu rispondono alle linee guida nazionali per una corretta alimentazione, sana e sostenibile, che non sia fatta solo per saziare ma per "nutrire ed educare", come fanno sapere dall'osservatorio che ha lavorato in collaborazione con Slow Food, servendosi del network messo in piedi nei sei anni di attività durante i quali sono stati coinvolti genitori, insegnanti, esperti. Lo strumento di indagine utilizzato è quello del menu a punti - lo stesso ideato dall'Asl 2 di Milano, oggi Ats Milano metropolitana - associato anche a un sondaggio sul gradimento del servizio, in termini di percezione della qualità, controlli, scarti, a cui hanno risposto 1.000 genitori e insegnanti da 54 comuni.



LE 10 MIGLIORI

- 1 Fano
- 2 Cremona
- 3 Parma
- 4 Jesi
- 5 Rimini
- 6 Trento
- 7 Sesto Fiorentino
- 8 Perugia
- 9 Ancona
- 10 Bologna

LE 10 PEGGIORI

- 45 Siena
- 46 Civitanova Marche
- 46 Arezzo
- 48 Latina
- 49 Grosseto
- 50 Reggio Calabria
- 51 Alessandria
- 51 Lecce
- 53 Asti
- 54 Novara

LE ALTRE GRANDI

- Roma è al 24° posto
Milano al 25°
Napoli al 32°
Torino al 40°
(come Cagliari)

Se la pandemia è diventata un alibi

Niente più utilizzo del refettorio ma spesso pranzi in classe e con piatti in plastica e una qualità generale in discesa. Ma non tutti si sono arresi alle difficoltà logistiche imposte dal Covid. C'è chi ha trovato altre soluzioni

Il menu a punti di Foodinsider è costruito in modo da dare un punteggio più alto alle risposte che sono allineate con le indicazioni nazionali per una corretta e sana alimentazione a scuola, che a loro volta seguono i parametri di Oms e Iarc, in sintonia con l'obiettivo della sostenibilità ambientale. Un esempio: in questo rating è stato assegnato un punteggio di -10 a chi offre carne rossa dieci volte su 20. Sommando i vari risultati i comuni si possono collocare in cinque aree: insufficiente (0-50);

sufficiente (51-100); discreto (101-125); buono (126-150); ottimo (oltre 150).

Quest'anno si è voluto, inoltre, indagare se i costi per l'utenza fossero aumentati (e dal campione non è emerso che sia accaduto) e se e come l'organizzazione fosse cambiata, questo sempre tenendo in considerazione che nelle varie località italiane la gestione della mensa è diversificata, visto che ci sono Comuni che la gestiscono in modo diretto - con propri cuochi - e comuni che esternalizzano il servizio a



Scuola

► società del settore. In vari casi le amministrazioni hanno assunto nuovo personale, come a Rimini che ha specificato di avere fatto questa scelta per ribadire il valore sociale della refezione e, quindi, garantire il medesimo servizio, a fronte di un'organizzazione più complessa.

Meno ispezioni

Certamente sono diminuite molto le ispezioni delle famiglie: dai dati raccolti da Foodinsider il 75,1% dei genitori non ha potuto fare ispezioni; solo il 7,9% ne ha fatte regolarmente. Sempre per fronteggiare la crisi scatenata dalla pandemia, si sono adottate alcune misure di sostentamento alle famiglie più in difficoltà: dal bonus di Cremona all'esenzione. Ma in alcune città addirittura i servizi di refezione scolastica sono andati in aiuto alle mense dei poveri.

Infine, è cambiato il modo in cui si pranzava perché in molti casi non sono stati più utilizzati i refettori, in altri lo si è fatto a turni; in alcuni casi i ragazzi hanno mangiato in classe. Il 30,9% degli insegnanti ha giudicato il pranzare in classe come una situazione peggiorativa; il 24 una buona soluzione, il 19,7 non sapeva giudicarlo e i restanti evidentemente hanno proseguito nei refettori e non si sono espressi.

Sono poi diminuite le mense che somministrano il pasto con stoviglie lavabili, scendendo dal 65% al 59%. Un dato peggiorativo che significa tanto usa e getta sia in refettorio che in classe, soluzione che non va nella direzione della sostenibilità, come indicato invece dal ministero dell'Ambiente con i Cam che richiedono di somministrare il pasto con stoviglie in ceramica. "Si allarga la forbice tra la mensa resiliente - l'opinione di Claudia Paltrinieri - che nonostante le difficoltà organizzative dovute al consumo del pasto in classe, ha investito per migliorare o mantenere alto lo standard qualitativo del servizio, rispetto a quelle mense dove il servizio è equiparabile ad una sorta 'di fast food a scuola', in cui si è approfittato nel cogliere alla lettera l'indicazione di questa estate del Cts di 'semplificazione' del pasto, arrivando persino a sospendere la somministrazione dell'acqua".

Con il risultato - come ha documentato il test di giugno di questo giornale - di adottare in molte città piatti e stoviglie compostabili fortemente sospetti di contenere i Pfas, sostanze provatamente tossiche per l'organismo umano.



Lecce cambia strada

Il Comune di Lecce è tra gli ultimi nella classifica di Foodinsider. Fabiana Cicirillo, assessore alla Pubblica istruzione, cultura e valorizzazione patrimonio culturale racconta al Salvagente i correttivi per il prossimo anno. "Il contratto che avevamo per la ristorazione si è chiuso con l'anno scolastico, abbiamo fatto un nuovo bando e abbiamo cercato di porre più attenzione ai cibi con provenienza Dop e Igp ma anche alle stoviglie: abbiamo optato per la ceramica, il vetro e l'inox, escludendo anche l'usa e getta compostabile, ritenendo che sia più educativo e sostenibile fare questa scelta".

A pieno regime a Lecce si preparano tra i 1.600 e 1.700 pasti al giorno, calati nell'anno passato a 1.350 a causa della pandemia. Cicirillo, mentre auspica che la città di Lecce risalga la classifica di Foodinsider, fa anche notare che a fare i menù sono dietista e Asl. "I nostri menu credo siano equilibrati", aggiunge.

Per gli anni a venire è stata incrementata anche la quantità di prodotti bio che sfiorano il 60%, sul totale; nello specifico frutta, ortaggi, legumi e cereali al 91%; salumi e formaggi al 91%; olio, pelati, polpa e passato di pomodoro al 100%; carne bovina al 100%.



A Cremona il menu “partecipato”

A inizio anno le famiglie scelgono tra due proposte alimentari differenti ma se non si trovano bene possono decidere di cambiare. E si è deciso di escludere carni rosse e salumi e privilegiare legumi e cibo integrale

Cremona è tra le città con la refezione scolastica al top della classifica di Foodinsider. Da alcuni anni mantiene il primato con una ristorazione che interessa 3.300 ragazzi e ragazze.

“Indipendentemente dalle classifiche, la linea che abbiamo voluto tenere è quella di attenersi agli indirizzi nazionali, alle linee guida, offrendo cibo sano, ispirato dai principi di dieta mediterranea sostenibile, compatibilmente alle possibilità che abbiamo”, spiega l’assessora all’Istruzione e alle risorse umane Maura Ruggeri, che aggiunge: “Fare ristorazione scolastica significa anche stare in equilibrio rispetto alle possibilità che ci sono: la nostra è una città di provincia, che conta 71mila abitanti, e il Comune gestisce in forma diretta la

ristorazione di quattro asili nido e nove scuole dell’infanzia, gestite da cuochi nostri. Mentre la ristorazione fornita alle scuole primarie in tutti i plessi della città è servita da Camst”. Tuttavia, aggiunge l’assessora “abbiamo realizzato un’ottima collaborazione con il gestore e tra i nostri cuochi e quelli della Camst sul fronte del menù, delle materie prime e della formazione del personale”.

E anche dei principi che si condividono. “In epoca pre-Covid abbiamo introdotto il doppio menù, oltre a quelli già previsti per ragioni culturali o di salute: un menu che prevede più verdure”, racconta Silvia Bardelli, responsabile di P.O - Servizio Politiche educative e istruzione del Comune di Cremona da molti anni. “Ad inizio anno le famiglie scelgono il menu,

▶ ma se non ci si trova bene si può cambiare; è un bene che i genitori siano coinvolti perché tutti - famiglie, insegnanti, cuochi e bambini - bisogna andare verso un'alimentazione sempre più consapevole e sostenibile". Il pasto a scuola, per Bardelli e Ruggeri, è "un momento fortemente educativo e condividere le scelte è importante". La scuola è una comunità dove il menu è uguale per tutti: "Ci sono delle regole e bisogna rinunciare ad un pezzettino per il bene di tutti". Un ammonimento importante che serve a contenere anche le "pretese" dei singoli.

Con la pandemia anche a Cremona si è dovuto riorganizzare il servizio, solo quello e non il menù. "Non abbiamo introdotto cibi pronti; certamente i costi per il Comune sono aumentati perché il tempo mensa si è molto dilatato per rispettare le regole del distanziamento, ma siamo intervenuti - con dispiacere - solo sull'acqua che non abbiamo più offerto da rubinetto in caraffa perché le indicazioni statali erano di passare all'acqua in monoporzione", aggiunge la dirigente. Se i costi, tuttavia, sono lievitati per l'amministrazione, non è accaduto per le famiglie: "Il Comune ha integrato su tutto, oltre ad attivare anche il bonus mensa scolastica per le situazioni più fragili; abbiamo le fasce Isee e il costo massimo per l'utenza è di 5 euro", scandisce l'assessora.

Poi tutti gli sforzi vanno sui cibi: "Non è tutto bio, ma siamo attorno al 70% - fa sapere la dirigente; inoltre abbiamo la pasta di farro, quella di Libera terra e anche il riso integrale: i cereali sono tutti bio e abbiamo lavorato molto sull'integrale così come sui legumi. Tutto insieme all'educazione alimentare".

"Per noi è un tassello fondamentale così come la formazione dei cuochi in questa direzione - ribadisce l'assessora Ruggeri - perché dobbiamo rendere il più possibile sfiziosi i cibi che si mangiano a scuola, anche nell'ottica di supplire al pasto forse più veloce che si fa la sera a casa; per questo abbiamo ad esempio escluso i salumi e le carni rosse". La formazione riguarda anche i cuochi Camst. "Tutti devono saper preparare cibi buoni e sani; poi la palla passa agli insegnanti che hanno un ruolo importante nel contenere la paura del piatto nuovo". I genitori, poi, vengono anche coinvolti nella stesura del menu. E quando ci sono sprechi si cerca di aggiustare il tiro, di spronare: non si elimina un cibo se è sano e buono. Una scelta decisamente educativa.

“Costi dei pasti

È quanto denuncia la Rete nazionale commissioni mense che ritiene che le quote pagate dalle famiglie sono discrezionali e non dipendono neppure dal numero di utenti serviti

La classifica di Foodinsider ha provocato malumori nella Rete nazionale commissioni mense, composta da genitori volontari. Già da anni, infatti, dopo il primo rating, le strade intraprese dai due soggetti hanno preso direzioni diverse, come spiega Sabina Calogero di Genova, membro della Rete nazionale.

Dal canto suo, questo osservatorio, attraverso le relazioni intraprese tra le numerose commissioni mensa cittadine, ha prodotto nel 2019 un'altra analisi vagliando 257 Comuni



e qualità: non c'è relazione”

italiani, forte dei 45 comitati attivi dal Nord al Sud del paese.

“Con Foodinsider eravamo partiti insieme con il progetto del rating perché ci sembrava un’idea innovativa - riferisce Calogero - ma poi l’impostazione non ci convinceva e abbiamo deciso di prendere le distanze”. La principale critica consiste nel giudicare poco rappresentativi i criteri discrezionali. Per Calogero e la Rete nazionale, i quesiti “veri” sono altri: “Il controllo, ad esempio, è fondamentale e nelle scuole in cui non ci sono commissioni mensa strutturate non si riesce a verificare davvero cosa avviene dal capitolato al piatto; quando il piatto arriva in refettorio non si può più controllare se era davvero bio”.

Sabina Calogero aggiunge: “Analizzando la percentuale di bio, le fasce Isee applicate e gli appalti abbiamo dimostrato, ad esempio, che non

c’è una vera correlazione tra il costo dei pasti e la qualità”.

Il campione scelto dalla Rete commissioni mensa nazionale è lo stesso utilizzato dal report annuale Biobank 2018 ed è incentrato prevalentemente sul rapporto qualità/costo per scoprire che una correlazione non c’è. I punti salienti emersi sono stati raccolti in un comunicato dalla Rete.

Si legge, ad esempio che c’è un forte divario fra le diverse ditte circa i ribassi applicati alle offerte di gara d’appalto sebbene non sembrino correlabili né alla diminuzione di biologico, né alla centralizzazione delle cucine. Su quest’ultimo punto, poi, non emergono correlazioni evidenti fra costo al pubblico e percentuale di biologico nel piatto.

La correlazione fra costo-pasto e numero di pasti prodotti sembra opposta a quanto ci si attende: sotto ai 10mila pasti (ovvero in tutti i Comuni

medio-piccoli) al crescere dell’utenza cresce il costo del pasto. Ed il costo medio sopra i 10mila pasti risulta superiore a quello dei piccoli Comuni.

Non solo. Non emerge correlazione fra il numero di pasti prodotti dalle cucine e il prezzo di aggiudicazione: in altre parole sembrerebbe che la scelta di chiudere le cucine interne per creare grandi centri cottura non porti alcun vantaggio economico mentre porta una forte perdita di gradimento, impennata degli scarti ed aumento del traffico cittadino.

Sull’aiuto alle famiglie emergono varie sorprese; ad esempio piccoli comuni che contribuiscono più dei medio-grandi a coprire le spese della ristorazione, al confronto fra le politiche di sostegno di grandi città.

In sostanza, ciò che le famiglie evidenziano è che i criteri e i costi delle mense sulle spalle delle famiglie sono in qualche modo “discrezionali” visto che - come si legge - “una famiglia residente in un Comune che produce 1.400 pasti al giorno può pagare una tariffa di 2 euro per un menù all’80% di bio o 3,50 con appena il 5% di biologico”.

C’è un forte divario fra le diverse ditte sui ribassi applicati nelle gare d’appalto E il biologico non incide



“Trasformare in appetibili cibi sani: questa la sfida”

Renata Alleva, nutrizionista e membro dell'Isde, è convinta che per evitare il rifiuto dei bambini verso alimenti a cui non sono abituati è fondamentale la formazione di chef che cucinino anche in modo fantasioso

“Le indicazioni ministeriali sul menu esistono ma è permessa una certa flessibilità legata ai costi e alle difficoltà a creare reti sul territorio che potrebbero, invece, garantire qualità; faccio un esempio: se ci si trova in una città di mare sarebbe bello poter proporre il pesce fresco invece dei bastoncini croccanti”. Renata Alleva, nutrizionista da sempre impegnata sull'educazione alimentare per bambini, famiglie e personale scolastico, è convinta del fatto che il rifiuto che talvolta i bambini manifestano per alcuni cibi è quasi sempre legato al fatto che non sono abituati a mangiarli o perché non sono cucinati davvero.

Dottoressa Alleva, cosa vuol dire?

Se i legumi sono proposti così come escono dal barattolo, certamente i bambini non li mangiano. Insomma, a monte il menu dovrebbe prevedere la reintroduzione di proteine e ridurre gli alimenti trasformati - come il prosciutto cotto - prediligendo i cibi freschi. E si dovrebbe insistere sulla proposta di diversi tipi di cereali, come orzo e farro, sempre facendo educazione: dovremmo capire che un piatto di legumi è più salutare della carne che proviene da allevamenti intensivi.

Come si può convincere i bambini a mangiarli?

Esistono due linee di pensiero: una secondo la quale i bambini dovrebbero essere abituati a riconoscere gli alimenti così come sono, non “trasformati” in polpetta. Sarebbe bene far riconoscere loro le forme del legume, ma è anche vero che una crema di ceci può servire a spingere i bambini ad assaggiare e a rendere avvicinabile il cibo, così come un hamburger vegetale. Cucinare bene può essere la chiave: è ciò che avviene nei progetti importanti.

nare bene può essere la chiave: è ciò che avviene nei progetti importanti.

A cosa si riferisce?

Alla figura dello chef della scuola: sarebbe importante una formazione dei cuochi tale da riuscire a trasformare in piatti appetibili cibi che i bambini non sono abituati a mangiare.

Quali suggerimenti si sentirebbe di dare?

Senza altro mi concentrerei sulla scelta delle materie prime, che spesso sono selezionate sulla base dei costi e della sostenibilità. Bisogna anche scegliere una materia prima buona e, in questo senso, il biologico, sul fronte della salubrità, riveste un ruolo importante.

Le linee guida ministeriali cosa dicono?

Esistono ma sono chiaramente di ampio respiro. Benché il

prosciutto cotto fosse suggerito una volta al mese, poi tante scuole lo hanno proposto una volta alla settimana.

Quali altre buone abitudini sarebbe importante adottare?

Le verdure di stagione, tanto per fare un solo esempio, anche fresche.

Dottoressa Alleva, il Covid ha impattato molto sulla refezione scolastica?

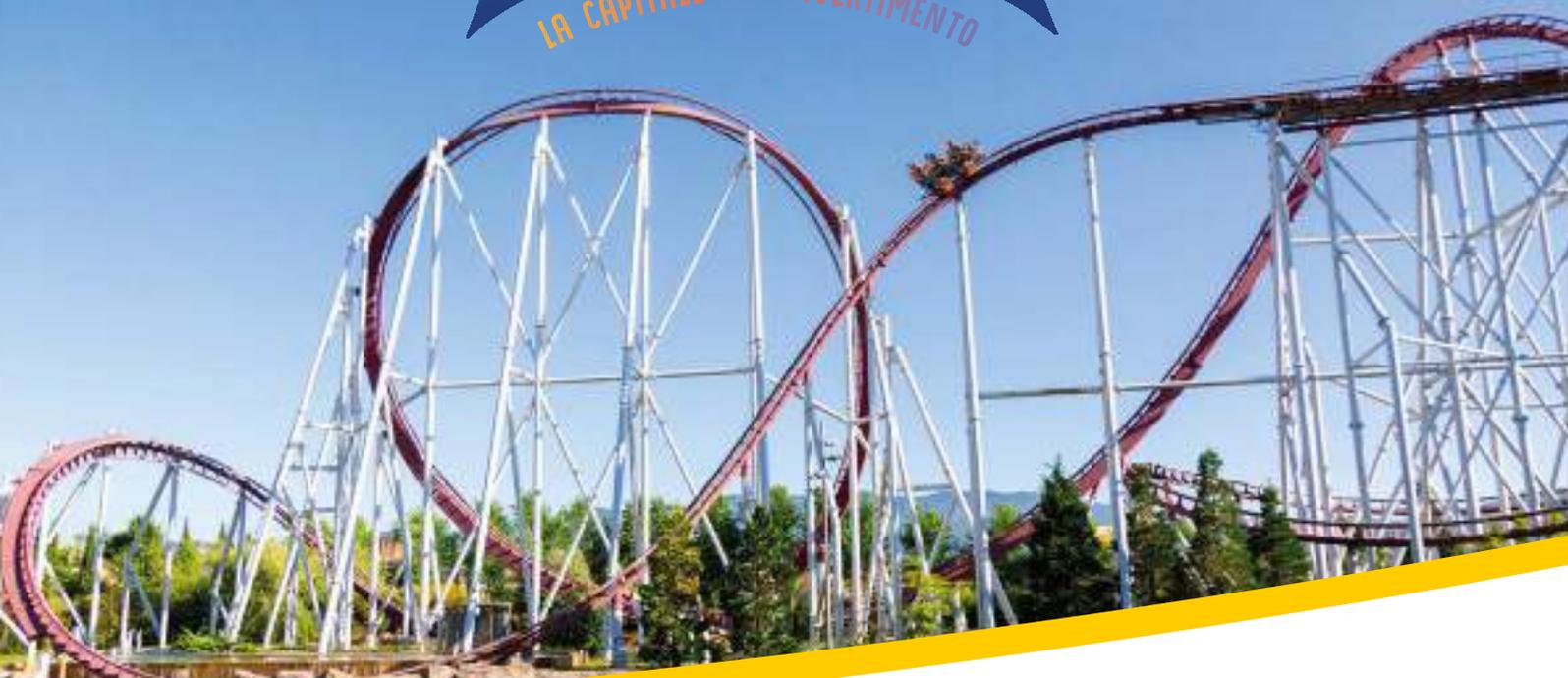
La paura sanitaria ha spinto molti a prediligere un menu ‘comodo’, confezionato, e quindi peggiorato. Le cucine interne sarebbero una scelta vincente se fossero adottate ovunque: i pasti freddi non sono gradevoli e allora si punta su cibi rispetto ai quali si è certi che piacciono, senza guardare ai livelli nutritivi: abbiamo bambini che mangiano carne ma che hanno poco ferro...

È bene far riconoscere la forma del legume, ma è anche vero che una crema di ceci può spingere ad assaggiare

Scopri il **Parco Divertimenti MagicLand**:
un mondo ricco di emozioni
per tutta la famiglia!



•MagicLand•
LA CAPITALE DEL DIVERTIMENTO



Scopri il calendario di apertura su magicland.it

✂
2x1

**1 INGRESSO
1 OMAGGIO***
AL PARCO DIVERTIMENTI

* Ritaglia e presenta il coupon alla biglietteria del Parco
e con l'acquisto di 1 biglietto intero diurno riceverai 1 ingresso omaggio per 1 persona.
Validità stagione 2021. Non cumulabile con altre promozioni o eventi.



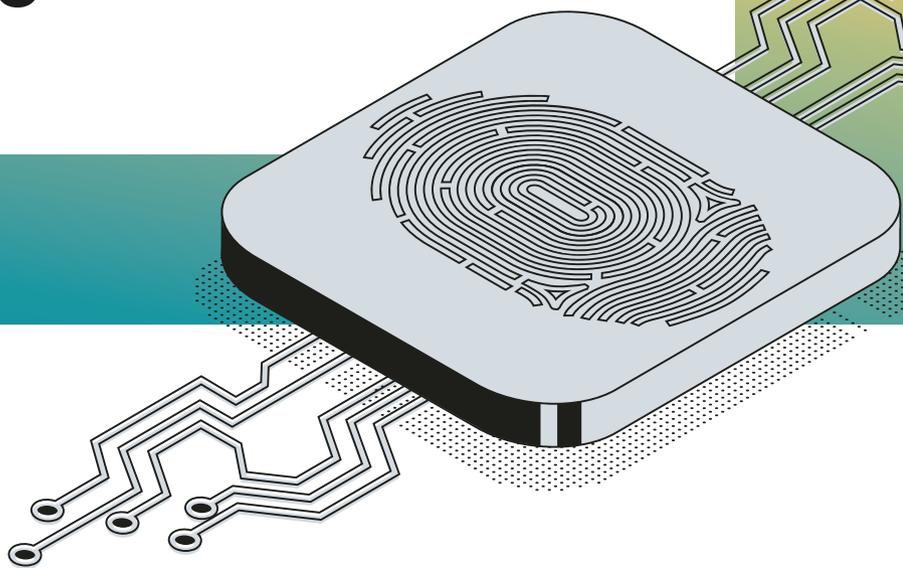
VALMONTONE - ROMA



www.magicland.it



Siamo nati diversi. Siamo diventati unici.



All'inizio, volevamo essere quelli capaci di distribuire le royalty in maniera più equa, accurata e veloce.

Oggi, siamo gli unici ad effettuare un monitoring 100% analitico, gli unici a rendicontare i ricavi da YouTube il 20 di ogni mese, gli unici ad effettuare un cross match sui dati di utilizzo per tutelare i nostri iscritti. Cerchiamo di anticipare le esigenze di oltre 57.000 autori ed editori sviluppando soluzioni nuove, in grado di adattarsi alla crescita del catalogo e ai cambiamenti della music industry, **perché il senso della tecnologia, per noi, è rendere tutto più trasparente, equo e veloce.**



SOUNDREEF
ROYALTIES MADE EASY



Un'estate al mare senza sorprese

In spiaggia, sugli scogli, ma anche in acqua non è infrequente incorrere in qualche **incidente**, più o meno grave. Per stare sereni durante le vacanze è bene capire come **evitarli** o come affrontarli se disgraziatamente capitano

di **Daniela Molina**

Le aspettiamo tutto l'anno queste giornate d'estate per passare un po' di tempo di svago e relax in spiaggia o tra le onde marine. Ma per poterci veramente rilassare e divertire dobbiamo essere sicuri di non correre rischi, che possono essere di natura geomorfologica, di natura fisica, chimica, organica oppure collegati a vulnerabilità individuali.

Tra i principali rischi di natura geomorfologica troviamo la ripidità della battigia superiore al 5%, che comporta una pendenza particolarmente ripida del fondale; elementi dei fondali che favoriscono il formarsi di correnti che trasportano verso il largo; dislivelli improvvisi del

fondale, scogli o scogliere contro cui i bagnanti possono essere scaraventati dalle onde o su cui possono battere tuffandosi; presenza di alghe che rendono sdruciolevole la superficie e possono determinare cadute e traumi; litorali ai piedi di falesie dalle quali possono precipitare massi. I fattori di rischio di natura fisica, chimica o organica sono quelli collegati all'esposizione ai raggi solari e dovuti alle variazioni termiche (eccesso di caldo e freddo causano entrambi conseguenze gravi), al moto ondoso, alla qualità dell'acqua (che può contenere microrganismi patogeni da inquinamento fecale umano o animale) e della sabbia (che può essere contaminata da escrementi animali) e ancora: prodotti tossici



I numeri degli annegamenti

372.000

I decessi nel mondo da annegamento, la terza causa di morte per evento traumatico non intenzionale.

Tra i 3 e i 6 minuti sono il tempo sufficiente per annegare

1969-2007

Sono decedute in Italia per questa causa 27.154 persone (per l'81,9% maschi), circa 12.000 delle quali di età inferiore a 30 anni

Dal 2000 in poi su poco più di 800 eventi/anno, nella quasi metà dei casi il soggetto coinvolto muore e nel restante 55% delle volte viene ricoverato

Il comportamento dei bagnanti

Dal 1871, quando è nata la società nazionale di Salvamento, il comportamento dei bagnanti riguardo ai temi della sicurezza è cambiato molto. Solo agli inizi degli anni 70 gli annegamenti erano quasi 1.400 ogni anno, ma alla fine del secolo il numero è calato a 400, un dato stabile fino a oggi. Gli italiani hanno imparato a nuotare, certo, ma è mutato anche l'atteggiamento dei bagnanti, la cui attività, oggi, è improntata alla prevenzione. Questo spiega il calo degli annegamenti ma se il loro numero è rimasto stabile si deve alla crescita di altre due variabili: l'immigrazione, che dà un triste contributo in termini di vite umane (spesso chi arriva da fuori non sa nuotare e ignora le regole più elementari di sicurezza) e una più diffusa, anche se ancora insufficiente, percezione del rischio nella popolazione.

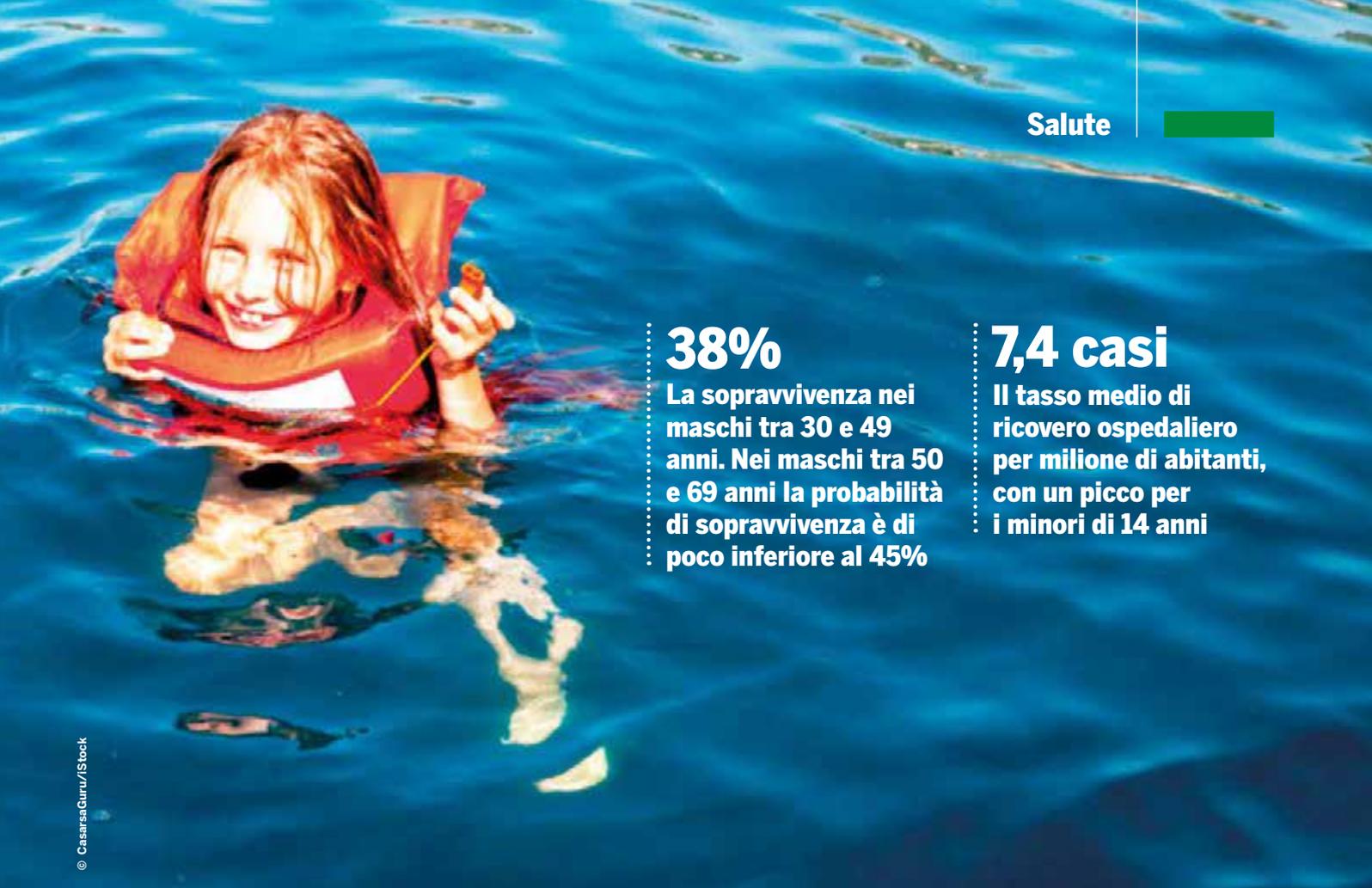
Anche la durata del bagno si è modificata: un tempo si diceva che in acqua non si poteva stare più di mezz'ora, ma questa norma era legata più alle esigenze delle colonie, quando si doveva organizzare il bagno di centinaia di bambini, che a reali motivi di salute. Ciò che conta infatti è la temperatura dell'acqua rapportata all'età di un bambino: ai primi brividi o quando i polpastrelli delle dita "raggrinziscono" è bene che esca. La temperatura calda del nostro mare, però, può permettere a grandi e piccini di restare molto più di mezz'ora; mentre il problema dell'acqua fredda è caratteristico di altri mari: per esempio sulla Manica l'ipotermia è concausa nel 50% degli annegamenti. Un problema non nostro, con qualche eccezione per i laghi.

► delle alghe, agenti inquinanti chimici, eccessiva acidità o alcalinità dell'acqua; organismi acquatici pericolosi.

I rischi collegati alle nostre vulnerabilità, invece, sono rappresentati da alterazioni metaboliche o malattie personali che vanno considerate dal medico ma i principali dipendono proprio dal comportamento individuale errato che causa incidenti e cioè: mancanza di competenze natatorie e inattitudine a muoversi nell'acqua, incapacità di superare situazioni di difficoltà in acqua, ignoranza e noncuranza nella valutazione dei pericoli, carenza di sorveglianza sui bambini.

Ma come ci spiega il presidente della società nazionale di Salvamento, il professor Giuseppe Marino, la cui intervista leggerete nelle prossime pagine, "i rischi più frequenti, come ad esempio lo scottarsi, sono piccole cose rispetto a quello di annegare che è tipico degli ambienti balneari. In Italia annegano ogni anno circa 400 persone, tre quarti delle quali facendo il bagno (le altre per alluvioni o incidenti). Di queste, un centinaio annegano nelle acque interne (fiumi, laghi, cave, canali o stagni), qualche decina (30-40) nelle piscine, mentre nelle spiagge il numero varia da 120 a 190 circa per stagione". Lungi da noi l'idea di mettere ansia nel vostro periodo di meritata vacanza, ma in questo servizio proveremo a raccontarvi come evitare molti di questi incidenti.





38%

La sopravvivenza nei maschi tra 30 e 49 anni. Nei maschi tra 50 e 69 anni la probabilità di sopravvivenza è di poco inferiore al 45%

7,4 casi

Il tasso medio di ricovero ospedaliero per milione di abitanti, con un picco per i minori di 14 anni

© CasarsaGuru/Stock

I presidi che salvano la vita (quando ci sono)

Ogni anno nelle spiagge in cui sono presenti bagnini vengono sventati 60mila annegamenti. E circa 600mila sono gli avvertimenti preventivi. Non a caso 9 incidenti fatali su 10 avvengono nei tratti di litorale incustoditi

Più del 90% degli annegamenti avviene sulle spiagge libere incustodite; dove ci sono i bagnini invece il rischio di annegare si riduce in maniera esponenziale. Basti pensare che i salvataggi dei bagnini sulle nostre spiagge sono circa 60mila per stagione e la quasi totalità hanno successo, si concludono cioè con la vittima che se ne va sulle sue gambe. Un numero enorme al quale va aggiunto quello relativo agli avvertimenti (i fischi dei bagnini) per spiegare come mai sulle spiagge italiane il numero delle vittime per annegamento sia basso: “Abbiamo calcolato che, in media, a ogni salvataggio corrispondono circa 10 ‘avverti-

menti’: un salvataggio ogni 10 ‘fischi’, quindi gli interventi di prevenzione dovrebbero essere circa 600mila”, sottolinea il professor Giuseppe Marino, presidente della società nazionale di Salvamento.

Professor Marino, in quali casi è meglio evitare di immergersi in acqua?

Ci sono regole basilari di accortezza oggi ben note. Purtroppo sono sconosciute agli immigrati, che spesso annegano: ‘Non tuffarti in acque di cui non conosci la profondità, soprattutto se non sai nuotare’. Un consiglio per gli italiani? Doppia accortezza sulle spiagge libere incustodite e, soprattutto, non fate il bagno



▶ quando le condizioni del mare sono proibitive. Una mareggiata che investe la costa occidentale dell'Italia, diciamo dalla Liguria alla Sicilia (ne vengono 3-4 del genere per stagione), provoca dalle 4 alle 12 vittime, spesso ottimi nuotatori...

Tuffarsi può essere rischioso?

Per 'tuffarsi di testa' la regola è semplice: devi saperlo fare. Nelle scuole nuoto si insegna a tuffarsi perché il tuffo fa parte, a pieno titolo, del progetto 'nuoto'. E si insegnano anche le regole di sicurezza di questa specialità sportiva che quando è praticata da tuffatori improvvisati è pericolosissima. Il 78% degli incidenti alla spina dorsale - che lasciano su un lettino, tetraplegici per il resto della loro

vita, ragazzi giovanissimi - sono provocati, tra le specialità sportive, dai tuffi (in Italia le vittime per un tuffo sono una ventina l'anno!). Sottolineo: tuffatori improvvisati. Una regola fondamentale: prima di tuffarti in un luogo sconosciuto, esplora con attenzione il fondale e la profondità dell'acqua. La maggioranza degli incidenti è al primo tuffo, un incidente che non dà possibilità di replica...

Quali sono le regole per la sicurezza da seguire in una spiaggia libera?

Diverse spiagge libere oggi sono provviste del servizio di salvataggio. Questa è, sotto il profilo della sicurezza, la vera differenza. Quindi il consiglio è di controllare prima se una spiaggia libera ha questo servizio. Se non c'è, la prudenza deve essere triplicata. In acqua anche un incidente banale può trasformarsi in un incidente grave o fatale. Purtroppo la variabilità delle spiagge - e dei pericoli offerti - non permette di dare delle regole buone per tutte.

Esiste un sistema di riconoscimento delle boe?

Certamente: su tutto il litorale costiero le ordinanze di sicurezza balneare stabiliscono che le boe - poste a una distanza variabile dalla battigia, a seconda del tipo di fondale, tra 100 e 500 m - devono essere rosse o arancioni. Purtroppo l'obbligo di porle sulle spiagge libere grava sui Comuni che possono esimersi mettendo sulla spiaggia un cartello che indica la loro assenza in mare... No comment. Le boe separano le attività balneari (nuotare, fare il bagno, andare in pedalò) dagli altri usi del mare. Altri tipi di boe sono quelle che indicano la profondità dell'acqua superiore a una certa altezza (1 metro o 1,4 metri in genere). Hanno una limitatissima

efficacia e sono regolamentate da ordinanze locali delle capitanerie di porto, spesso in modo dissimile per il colore e altro.

Fare una vacanza al mare in sicurezza, comporta anche conoscere quali limiti non superare. Cosa dicono le norme riguardo la distanza da rispettare per chi va in gommone, in pedalò, sulle moto d'acqua, sul windsurf?

Queste distanze sono previste dalle ordinanze di sicurezza balneare delle capitanerie di porto. Possono variare da luogo a luogo e quindi chi pratica il windsurf, la moto d'acqua o va in gommone deve leggerle attentamente: stabiliscono non solo la fascia di mare in cui possono navigare ma anche altre regole: per esempio

come approdare o prendere il largo. In generale i mezzi a motore o a vela possono navigare solo al di là delle boe, mentre i mezzi mossi a remi o a pedali possono navigare al di qua, assieme ai bagnanti, con la dovuta prudenza.

Gran parte delle lesioni alla spina dorsale sono legate al primo tuffo quando non si conoscono fondale e profondità



Il primo soccorso non va mai improvvisato

L'intervento, oltre a essere tempestivo, deve essere fatto tenendo presente le possibili conseguenze e affrontato con le dotazioni più adatte. Per questo serve una preparazione che la maggior parte dei bagnanti non ha

La prevenzione massima del rischio va a ciò che ha conseguenze più gravi, ovvero ad annegamento e sequele, traumi cranici o vertebrali, arresto cardiaco. Com'è ovvio, se non si interviene durante un processo di annegamento, si finisce con la morte; ma un'operazione di salvataggio può portare a un recupero completo o a conseguenze meno gravi. L'annegamento può causare comunque seri danni cerebrali con disabilità a lungo termine che vanno dai problemi di memoria e difficoltà di apprendimento allo stato vegetativo permanente.

I traumi cranici o vertebrali con lesioni spinali si verificano se ci si tuffa in acque basse o si urtano scogli: le lesioni possono essere non visibili ma bisogna sempre sospettarle e agire di conseguenza. La prima cosa da fare è immobilizzare il tratto cervicale con un collare e posizionare l'infortunato su tavola spinale. Non lo deve fare un incompetente poiché manovre sbagliate possono aggravare irreversibilmente le condizioni. Per questo ci si deve rivolgere ai bagnini, personale esperto di soccorso di prossimità.

Un'altra evenienza grave è quella dell'arresto cardiaco, ovvero l'improvvisa cessazione della funzione cardiaca. Rappresenta il 56% delle morti in ambiente balneare e solo la defibrillazione precoce (entro 5 minuti dall'evento) può consentire la sopravvivenza. Anche in questo caso i bagnini sono preparati a intervenire.

Si possono adottare delle misure di prevenzione generale per ridurre questi rischi, per esempio delimitando e vietando l'accesso in alcune zone, mettendo una specifica segnaletica, inserendo a un massimo di 80 metri di distanza l'uno dall'altro dei punti di salvataggio consistenti in squadre di bagnini con piazzola sopraelevata e dotazioni per il primo soccorso. I cartelli di segnalazione dei rischi devono essere leggibili e sempre mantenuti, chiari e comprensibili anche da stranieri. Le boe servono a delimitare le aree di balneazione e contrassegnare le zone in cui possono passare le imbarcazioni, generalmente la zona d'acqua riservata alla balneazione arriva a 200 metri dalla spiaggia mentre se ci sono scogliere scende a 100 metri. Un mezzo rapido di comunicazione primaria è poi rappresentato dalle bandierine colorate issate dal bagnino di pertinenza zonale. La bandiera rossa vieta il bagno per differenti ragioni: quando il mare è mosso e ci sono onde alte o correnti che trascinano verso il largo (cosa che può succedere anche quando spira il vento di terra) ma pure quando l'acqua di mare è inquinata o ci sono molte meduse.

Se non ci si pensa... i rischi dei bambini

Lasciare i bambini da soli a giocare sulla riva del mare o nell'acqua a ridosso della battigia è costume di troppi genitori, che non pensano ai pericoli cui possono andare incontro i propri figli. Vediamo quelli più frequenti. L'uso di giocattoli e galleggianti come ciambelle, bracciali, materassini e canottini deve essere sempre supervisionato da un adulto perché spesso i bimbi vengono trascinati al largo soprattutto quando il mare è calmo e spira vento da terra. Se il bambino ha giocato a lungo sulla riva sotto il sole non deve entrare in acqua di corsa o tuffarsi perché l'impatto caldo/freddo - soprattutto del viso - provoca un'improvvisa e violenta riduzione della frequenza cardiaca e della pressione arteriosa con diminuzione dell'afflusso di sangue al cervello che, se dura anche pochi secondi, può causare la perdita di coscienza e l'annegamento in acque anche molto basse. Se nuota, il bambino deve avere sempre un compagno d'acqua che può segnalargli eventuali pericoli (anche la sola presenza di meduse) o avvisare qualcuno in caso di problemi. I bambini dovrebbero nuotare solo parallelamente alla costa per essere sempre ben visibili e tornare indietro velocemente in caso di problemi. Se hanno brividi di freddo vanno subito scaldati, eventualmente con una doccia calda.

Siccome amano tuffarsi, bisogna insegnare loro che lo si può fare solo dove l'altezza dell'acqua supera del doppio la loro statura. Sono tanti, troppi, i bimbi che finiscono sulla sedia a rotelle per via dei tuffi in acqua bassa. Prima di tuffarsi devono esplorare il fondale per sapere se è sicuro, se non ci sono scogli e, se l'acqua è torbida, devono evitare.

I bambini amano anche andare sott'acqua in apnea. E purtroppo pensano che occorra iperventilare (cioè respirare velocemente e riempire i polmoni d'aria) prima di farlo. Non è vero: l'iperventilazione favorisce la perdita di coscienza in acqua. È il caso invece di fare una respirazione lenta e profonda (inspirare per 4 secondi ed espirare per 8 secondi) per un minuto prima di immergersi, per aumentare il livello di ossigenazione del sangue senza abbassare quello di anidride carbonica. Attenzione infine a ciò che raccolgono i bambini sulla spiaggia. Vi si può trovare di tutto: vetri, schegge, siringhe, chiodi, lenze, ami. Ognuno di questi oggetti può rappresentare un forte rischio per la salute, quindi non vanno toccati ma segnalati al bagnino che sa come rimuoverli in sicurezza.



Tante le insidie

Dalle tracine alle meduse ai ricci gli incontri spiacevoli in acqua (ma anche sulla sabbia) possono essere dolorosi. Come comportarsi in questi casi, senza errori

I mari italiani sono frequentati da molti animali acquatici, alcuni dei quali possono provocare ferite o irritazioni cutanee e, se si è allergici, possono essere persino letali. Quando si è in acqua dunque bisogna prestare attenzione anche alla piccola fauna marina che si aggira intorno alla costa. Tra i contatti più frequenti dei bagnanti italiani ci sono le tracine (detti anche pesci ragno), i ricci di mare e le meduse.

Le tracine sono pesci che si nascondono sotto la sabbia e possono essere calpestati. Hanno aculei appuntiti con i quali iniettano un potente veleno che provoca un dolore quasi insopportabile soprattutto per i bambini. La pelle si irrita, il piede si gonfia, il dolore risale lungo la gamba. La persona ferita deve restare ferma e le va somministrato un antidolorifico. Poiché potrebbe essere allergica, bisogna controllare che non si verifichi un calo di pressione o dif-



nascoste nella fauna marina

ficoltà a respirare, nel qual caso va chiamata un'ambulanza. Mai scaldare la zona colpita con la sabbia né buttarci acqua. Questi rimedi fai-da-te non migliorano in alcun modo la situazione né recano sollievo.

Per quanto riguarda la ferita da riccio di mare, solitamente avviene su mani e piedi e genera subito fastidio e dolore perché gli aculei sono dotati di piccoli uncini che penetrano nella pelle. Dobbiamo resistere all'istinto di estrarli, perché così facendo li possiamo spezzare causando un'infezione oppure spingerli in profondità causando una lesione nodulare granulomatosa o incunarsi in un osso o in un nervo. Queste ferite causano anche dolore articolare e muscolare e dermatite. Inoltre, alcuni ricci di mare hanno mascelle con strutture che contengono veleno che possono iniettare mordendo. Per tutti questi motivi è necessario rivolgersi subito a un medico.

Infine le meduse, che stanno invadendo sempre più i nostri mari: possono colpire qualsiasi parte del corpo umano con i loro tentacoli, che hanno una sostanza urticante rilasciata dalle vescicole. La sensazione di dolore e bruciore si avverte immediatamente, seguita da una reazione cutanea. La raccomandazione è quella di non grattarsi né strofinare la zona con sabbia e via dalla testa i

rimedi fai-da-te: quindi niente urina, né ammoniac, alcool o aceto, queste sostanze peggiorano la situazione. Ciò che si deve fare invece è lavare la zona colpita con acqua di mare (mai acqua dolce) ed eliminare eventuali residui di filamenti usando una carta plastificata (carte di credito, tessere sanitarie) evitando che si rompano. Infine recarsi in farmacia dove è possibile trovare una gran quantità di prodotti specifici, primo fra tutti l'aloè.



Quando si può fare il bagno dopo aver mangiato?

È una delle domande che i nostri figli ci fanno più frequentemente (e ripetutamente). La tradizionale risposta “dopo tre ore” per molti è esagerata. Vediamo come regolarsi senza fare passi falsi che possono costare cari

“Non in acqua a stomaco pieno, attendere dopo un pasto almeno 3 ore”. A raccomandarlo è il ministero della Salute. Una frase tante volte pronunciata in spiaggia dai genitori nei confronti di bambini pronti a tuffarsi in acqua a qualsiasi ora del giorno. Una abitudine che negli ultimi anni è sempre più stata messa in discussione soprattutto all'estero. È meglio andarci cauti. “In età pediatrica - spiegava al Salvagente Antonino Reale, responsabile di Pediatria dell’Emergenza presso l’Ospedale Bambino Gesù di Roma - non ci sono grandi studi. Mi sembra sia passato un messaggio di rischio zero a mio parere imprudente. Non seguiamo la moda secondo cui non

esiste più la necessità di aspettare dopo il pasto, piuttosto affidiamoci al buon senso”.

Cosa succede al nostro corpo durante la digestione, l’esposizione al caldo e un conseguente tuffo in acqua? Il contatto del corpo con l’acqua fredda richiama il sangue alle vie periferiche allontanandolo da stomaco e intestino. La digestione si rallenta e si possono avere disturbi come la nausea, fino allo svenimento. Un adulto che va incontro a certi disturbi saprebbe riconoscerli subito e mettersi al riparo. Per un bambino l’epilogo può essere diverso. “Un piccolo che ha appena imparato a nuotare - avverte Reale - può avere i brividi o addirittura il vomito e se si trova a largo con le onde, anche se ha un po’ di autonomia perché ha seguito un corso di nuoto, potrebbe trovarsi ad annaspere rischiando così l’annegamento”.

Il primo consiglio è non perdere mai di vista i propri figli e fargli seguire corsi di nuoto. Il secondo riguarda il tipo di alimentazione e le conseguenti ore di attesa, e 3 non sempre è il numero perfetto.

“Meglio consumare una pasta al pomodoro che un panino con la porchetta. I cibi grassi hanno una digestione più lenta fino alle famose tre ore. Oggi sappiamo che alcuni alimenti si assorbono più rapidamente, come i carboidrati per i quali un’ora di attesa è sufficiente. Il piatto di pasta al pomodoro con la foglia di basilico oppure la frutta ne sono un esempio”.

Alla base del pericolo congestione-affogamento c’è lo shock termico. Insomma, conclude Reale, “anche se a digiuno se si è esposti al sole a una temperatura di oltre 30 gradi e l’acqua è intorno ai 23 gradi è necessario valutare come il bambino si sente e seguire delle norme di sicurezza provvedendo a una entrata in acqua graduale”.

S. B.



“

Ci vogliono 9 minuti per leggere una bolletta elettrica ma 6 ore per comprenderla, per via delle 179 voci incomprensibili.

- Nomisma Energia

Sei stanco delle truffe in bolletta?

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

Totale da pagare
50 €

Consumo
200 kWh

$$(e = p \times c)$$

Prezzo tutto incluso
0,25 €/kWh

Facile. Economica. Trasparente.

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

Promo dedicata ai lettori de Il Salvagente

Offerta valida fino al 31 Agosto 2021



Salvagente

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

Vai su ilsalvagente.revoluce.it

revoluce
la prima energia ricaricabile



4.8
Valutazione Recensioni
★★★★★





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



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

Come chiedere l'indennità di accompagnamento

Caro Salvagente, dopo anni di dubbi mia moglie ha deciso di presentare la domanda di indennità di accompagnamento. Vorremmo sapere come è consigliabile procedere. Mia moglie soffre di una grave forma di neoplasia che richiede cura radiologica e continui controlli medici.

Paolo Lazzarini, Roma

Abbiamo precisato in passato che l'indennità di accompagnamento non è liquidata agli anziani o anche ai più giovani, totalmente inabili, guardando soltanto all'età o alle condizioni generali di salute. Insomma, si può essere invalidi gravi al 100% e non averne diritto. Al massimo, a condizione che il reddito personale lo consenta, si ha una pensione di importo vergognosamente basso (meno di 300 euro al mese). Nel corso degli ultimi 10 anni la situazione di ritardo nell'espletamento delle domande di invalidità civile, indennità di accompagnamento comprese, è stata combattuta e recuperata. Merito delle leggi che ne hanno affrontato le cause alla radice, eliminando quelle "file del dolore" che si formavano davanti alle prefetture sin dalle prime ore del mattino anche solo per chiedere informazioni. Nell'ultimo anno, c'è stato un rallentamento delle istruttorie, a causa delle difficoltà legate al Covid ma sembra che tutto stia tornando alla normalità. Precisato che dal 1° gennaio 2010 tutte le domande di invalidità civile, cecità, sordomutismo, riconoscimento dell'handicap

e indennità vanno presentate all'Inps in via telematica, bisogna considerare che spesso conviene rivolgersi a un patronato che possa assistere in caso di ricorso o di azione legale. L'articolo 38 della legge 111/2011 ha stabilito che prima di adire le vie legali, l'interessato debba presentare "tassativamente" al giudice un'istanza di accertamento tecnico per la verifica preventiva delle condizioni mediche alla base della domanda. E ci sono altri termini e azioni da rispettare. Importante quindi l'assistenza del patronato e dei suoi medici ma non meno fondamentale è il certificato medico iniziale e la documentazione medica integrativa (perizie specialistiche, referti ospedalieri, etc.) che sarà utile allegare, anche in secondo tempo, alla domanda prima della convocazione a visita. L'articolo 6 della legge 80/2006 ha stabilito che in caso di patologie oncologiche, l'accertamento dell'inabilità vada espletato entro 15 giorni dalla domanda: è consigliabile che tutto ciò che può concorrere alla definizione positiva della domanda sia raccolto e inoltrato per tempo all'Inps. Un eventuale reddito della persona inabile o del coniuge non influisce sul diritto all'indennità ma resta vincolante, ai fini del riconoscimento dell'accompagnamento, che l'interessato sia impossibilitato a deambulare senza l'aiuto di un accompagnatore o che non possa provvedere in modo autonomo alle più elementari azioni quotidiane della vita.

Quanta pazienza!

Ho appena letto che luce e gas aumenteranno da luglio rispettivamente del 9,9 e del 15,3%. Aumenta tutto ad eccezioni delle pensioni che restano invariate da anni...

Lettera firmata, Firenze

Da almeno dieci anni non ci sono aumenti sulle pensioni medio-basse. Sei pensionati su dieci hanno problemi a pagare l'affitto di casa e le bollette. Di questo passo si arriverà a un appiattimento dei trattamenti indipendentemente dalla contribuzione versata. Sono la categoria più forte, eppure che pazienza hanno i pensionati!

La reversibilità

Mio marito è morto da due mesi. Sapevo che la vedova ha diritto al 60% della pensione del coniuge deceduto ma mi è stato detto che la somma mi sarà ridotta perché sono titolare di pensione.

Barbara C., Roma

Altro demerito della legge 335/95 è di avere abbattuto, indipendentemente dai contributi versati, l'importo di pensione alla vedova a titolo di reversibilità. Il 60% della pensione che le sarebbe spettato è liquidato solo se il reddito "lordo" dichiarato al fisco è inferiore a 3 volte il minimo.

Condominio

a cura di **Patrizia Pallara**

Problemi con il vicino di casa? Le spese condominiali sono troppo elevate? L'amministratore non rispetta l'assemblea? Scrivete a condominio@ilsalvagente.it



L'ascensore

Nel nostro stabile vogliono installare ex novo un ascensore, ma io che abito al piano terra e che non lo userò non voglio partecipare alla spesa. Posso?
Egidio Conte, Perugia

In approvazione delle delibera assembleare con cui il condominio decide di installare un ascensore, il singolo condomino che vive al piano terra o al piano rialzato può rifiutare di partecipare ai lavori dichiarando che non userà l'impianto e sottrarsi al pagamento delle spese. Se dovesse cambiare idea potrà utilizzare l'impianto sostenendo i relativi costi.

Lavori

Mia madre sta vendendo un appartamento ma il condominio ha approvato lavori di manutenzione straordinaria: deve pagarli lei o il compratore?
M. S., Barletta

La Corte di Cassazione (sentenza 11199, 28 aprile 2021) ha stabilito che i lavori di manutenzione straordinaria devono essere pagati da chi era proprietario nel momento in cui sono stati deliberati, a prescindere da quando vengono eseguiti. Nel caso della lettrice quindi è la mamma a doversi fare carico del pagamento dei lavori di manutenzione straordinaria.

Cosa fare se un condomino non paga le quote da anni

Caro Salvagente, nel nostro palazzo c'è un condomino che non paga le quote da almeno due anni. A quanto dicono, la sua società è fallita e la famiglia oggi si trova davvero in difficoltà. Mi riferiscono (io sono consigliere) che l'amministratore sta pensando di ripartire il suo debito tra tutti gli altri partecipanti, ma sono certo che è vietato dalla legge. Ho ragione? Come possiamo risolvere il problema?
Stefano Gioia, Milano

La crisi sanitaria ha provocato anche una crisi economica di cui stiamo iniziando a vedere ora solo le prime conseguenze: la storia raccontata dal nostro lettore ne è un esempio.

I casi di morosità stanno aumentando e questo metterà in difficoltà i condomini, creerà problemi sul fronte della gestione e questa situazione richiederà purtroppo sacrifici anche agli altri partecipanti che invece sono in regola con i pagamenti. Se uno o più condomini non versano le quote che gli spettano, l'amministratore deve obbligatoriamente avviare nei loro confronti le azioni giudiziarie per il recupero delle somme dovute entro sei mesi dalla chiusura dell'esercizio nel quale il credito è compreso. A stabilirlo è l'articolo 1129 del codice civile, comma 9.

L'amministratore ha anche altre possibilità aggiuntive: può impedire alle famiglie morose l'uso dei servizi condominiali, o alme-

no di quelli che sono suscettibili di godimento separato, come per esempio, il cortile, i campi da tennis, la piscina, il riscaldamento, sempre che la morosità persista per oltre sei mesi.

Ma spesso anche dopo aver messo in atto questi rimedi il problema non si risolve, almeno nel breve periodo. Recuperare i crediti, sebbene siano state introdotte misure per accelerare le azioni esecutive, è un procedimento che partendo dal decreto ingiuntivo per arrivare all'estrema ratio del pignoramento dei beni, richiede del tempo.

Intanto però le casse condominiali potrebbero soffrire di un problema di liquidità per far fronte alle spese di gestione. È a quel punto che si pone l'esigenza di recuperare tali somme dagli altri partecipanti.

In che modo? Innanzitutto l'amministratore non può autonomamente ripartire tra i condomini le quote di chi non ha pagato perché la decisione di costituire un fondo cassa ad hoc deve essere presa dall'assemblea condominiale con una delibera che ormai la giurisprudenza ha confermato debba essere adottata all'unanimità e non a maggioranza (Corte di Cassazione n. 13631/2001; Corte di appello Ancona n. 601/21 del 19 maggio 2021). Una volta che l'unanimità ha deciso di addossare sui condomini in regola coi pagamenti i debiti dei morosi, l'amministratore potrà dividere tra i primi l'importo in base ai millesimi di proprietà.



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

L'ombra di sul summit dell'

A settembre il **Food System Summit** Onu vorrebbe ridisegnare il **sistema alimentare** globale per la lotta alla fame, ai cambiamenti climatici e a nuove pandemie. Un'occasione che non è sfuggita alle **multinazionali**

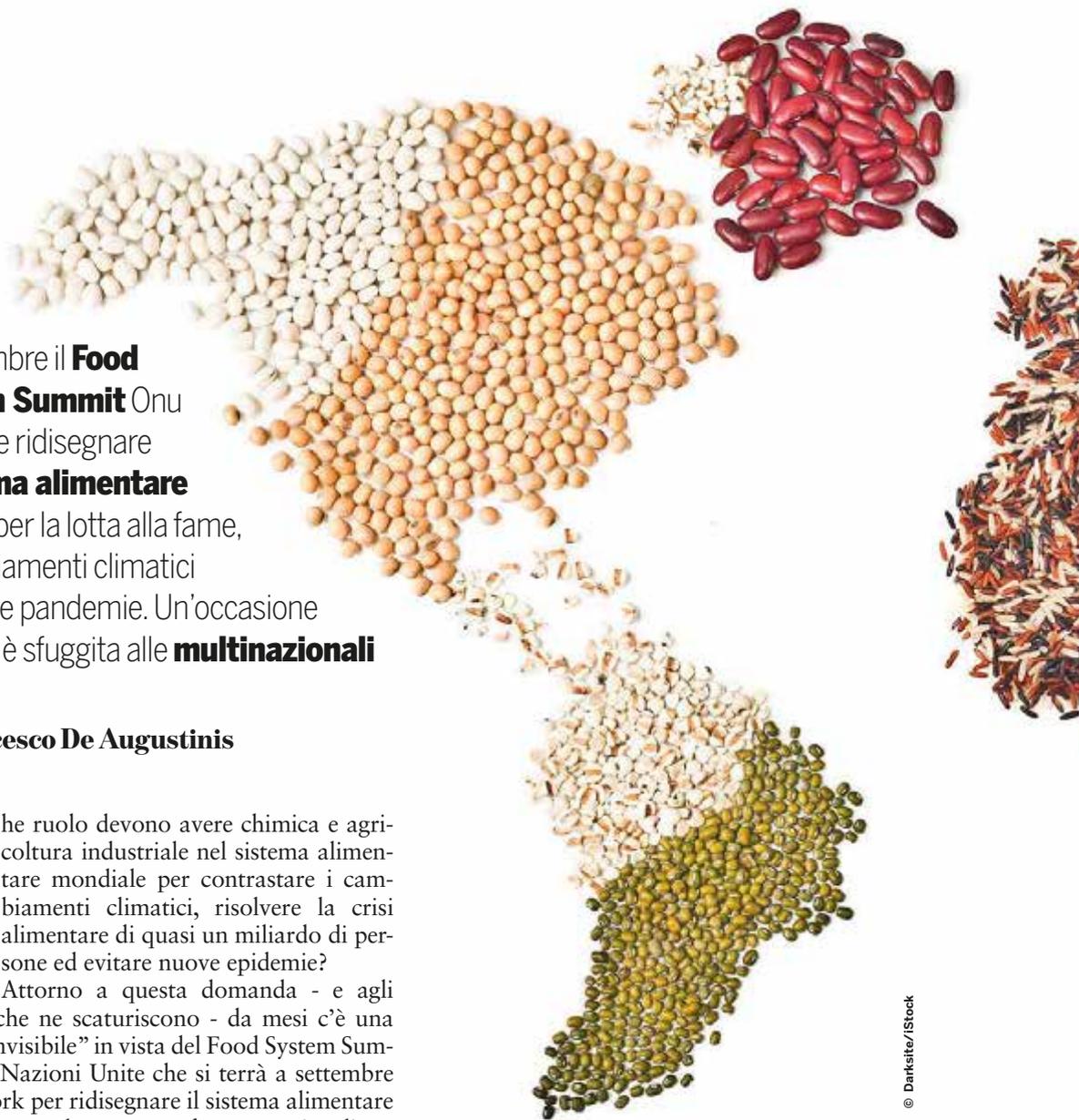
di **Francesco De Augustinis**

Che ruolo devono avere chimica e agricoltura industriale nel sistema alimentare mondiale per contrastare i cambiamenti climatici, risolvere la crisi alimentare di quasi un miliardo di persone ed evitare nuove epidemie?

Attorno a questa domanda - e agli interessi che ne scaturiscono - da mesi c'è una "guerra invisibile" in vista del Food System Summit delle Nazioni Unite che si terrà a settembre a New York per ridisegnare il sistema alimentare planetario ma che - per un fronte nutrito di organizzazioni della società civile - sarebbe sotto il controllo delle multinazionali dell'agribusiness responsabili dei gravi squilibri dell'attuale sistema.

"Il summit nasce circa due anni fa per provare a organizzare una discussione per tutti gli Stati

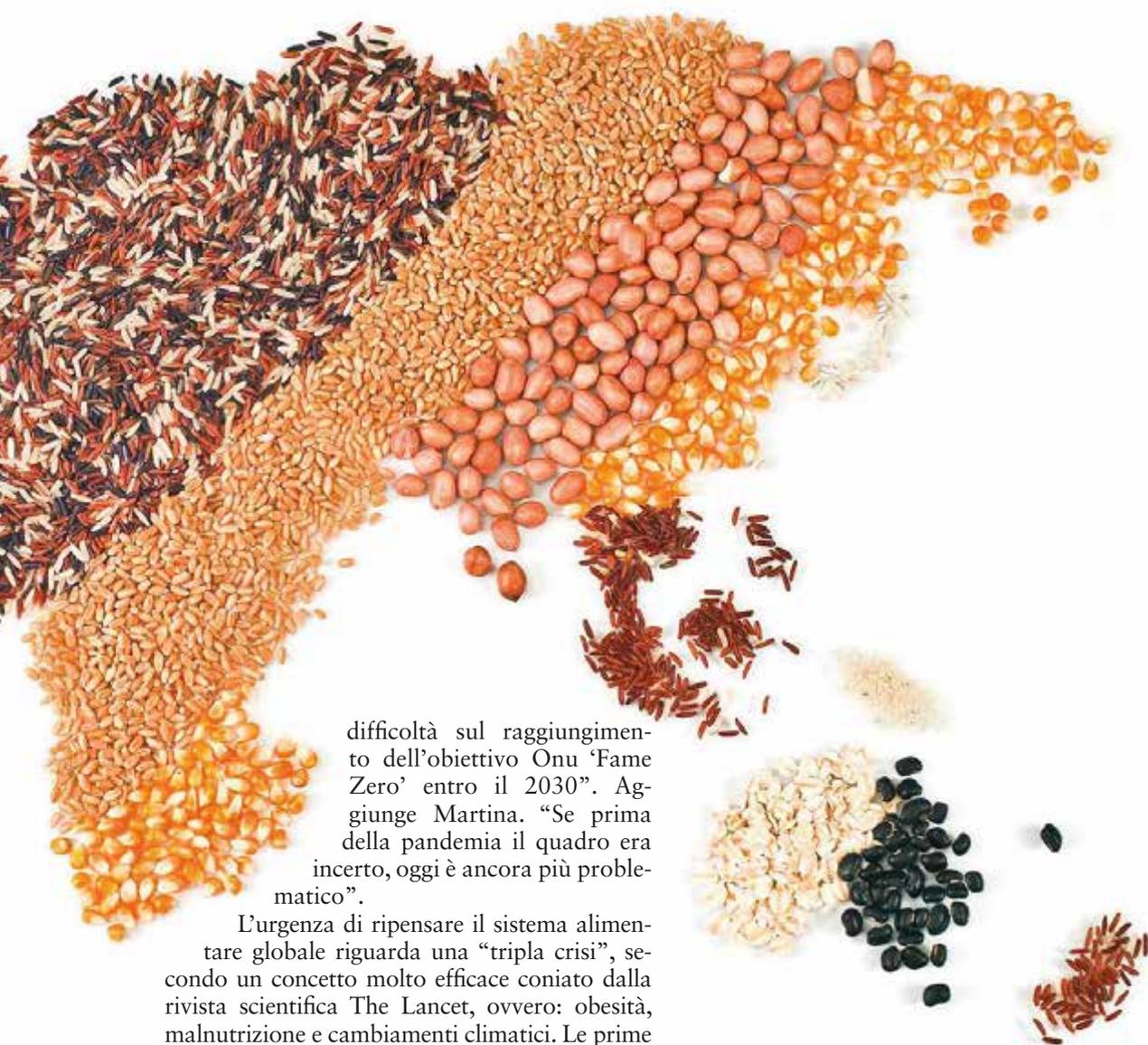
aderenti alle Nazioni Unite e mettere a fuoco la questione dello sviluppo, della resilienza e della sostenibilità dei sistemi alimentari", ci racconta Maurizio Martina, vicedirettore della Fao. "La proposta è antecedente alla pandemia, alla luce dell'impatto dei cambiamenti climatici e delle



© DarkSite/Stock

BigFood

alimentazione



difficoltà sul raggiungimento dell'obiettivo Onu 'Fame Zero' entro il 2030". Aggiunge Martina. "Se prima della pandemia il quadro era incerto, oggi è ancora più problematico".

L'urgenza di ripensare il sistema alimentare globale riguarda una "tripla crisi", secondo un concetto molto efficace coniato dalla rivista scientifica The Lancet, ovvero: obesità, malnutrizione e cambiamenti climatici. Le prime due sono le due facce della stessa medaglia: da una parte c'è l'iperproduzione alimentare, destinata a nutrire diete squilibrate nei paesi ricchi, dall'altra c'è la carenza di accesso al cibo in altre regioni del Pianeta. Per la Fao nel 2019 quasi un decimo della popolazione mondiale, 679 milioni

di persone, soffriva di malnutrizione. Il numero sta crescendo, e si stima che raggiungerà 841 milioni entro il 2030.

Il gruppo di esperti dell'Intergovernmental panel on climate change (Ipcc), il massimo consesso Onu sul global warming, in un report del



Alimentazione

▶ 2019 ha calcolato che fino al 37% dei gas serra mondiali dipendono dal sistema alimentare. Nel documento gli esperti invitano a ripensarlo, riducendo il consumo di proteine animali a favore delle vegetali e passando a metodi più sostenibili per produrre cibo. “L’agricoltura e il sistema alimentare sono un elemento chiave della nostra risposta ai cambiamenti climatici”, scrivono. Un summit globale sul sistema alimentare è urgente e necessario, dunque, anche per i critici dell’iniziativa Onu: “Il proposito del summit non è sbagliato, arriva con un tempismo perfetto”, afferma Alberta Guerra, policy analyst di Actionaid, una delle Ong che ne contestano le modalità di organizzazione. “Per la maggior parte delle testate scientifiche tutti i sistemi alimentari devono cambiare, dobbiamo trasformare il modo in cui produciamo, trasformiamo e consumiamo il cibo”, afferma Guerra.

Le critiche al Food System Summit risalgono già al suo primo annuncio, dato a sorpresa dal segretario generale dell’Onu António Guterres il 16 ottobre 2019, la giornata mondiale dell’alimentazione, in una sessione plenaria del Comitato mondiale per la sicurezza alimentare (Cfs). Il Cfs è un organismo dell’Onu in cui siedono rappresentanti di governi, organismi internazionali, istituti di ricerca, del settore privato e della società civile, movimenti contadini e Ong.

“Il fatto che fosse una decisione del segretario generale destava preoccupazione perché era un’iniziativa unilaterale” ricostruisce Guerra “non



nasceva dai governi né dalle agenzie dell’Onu, come la Fao, che sarebbero chiamate a occuparsi delle questioni agricole e alimentari”.

I timori crescono quando, alla fine del 2019, è trapelata l’intenzione di Guterres di coinvolgere il World Economic Forum (il forum della finanza internazionale). “La collaborazione crea delle nubi sull’integrità Onu”, si legge in una lettera inviata a Guterres a febbraio 2020, firmata da 550 Ong, tra cui Actionaid, Amnesty, Greenpeace, Slow Food e movimenti contadini come Via Campesina, Alleanza per la sovranità alimentare in Africa o l’organizzazione indiana Navdanya. “L’accordo va contro i principi Onu e le decisioni dei governi su sviluppo sostenibile, emergenza

✓ Agroecologia

I principi da applicare in diversi sistemi di produzione alimentare in diverse parti del mondo. L’agroecologia non propone una ricetta applicabile ovunque, ma principi per diverse ricette in diversi contesti, ambientali, sociali e culturali. Alcuni hanno come focus principale la valorizzazione di ecosistemi e biodiversità, conservazione del suolo, avversione a chimica e prodotti “di sintesi” come i fertilizzanti artificiali.

Altri hanno valore sociale, come il recupero delle tradizioni agricole, il rispetto della stagionalità e le colture “autoctone”. Altri ancora hanno valore economico, come il sostegno ai produttori locali e alle filiere corte, l’equa retribuzione, il principio di solidarietà e il diritto al cibo.



✓ Agricoltura rigenerativa

Si sovrappone solo in parte con l’agroecologia. In genere fa riferimento a un approccio alla produzione agricola che ponga al centro la rigenerazione del terreno, in particolare della sostanza organica nel suolo. L’agricoltura industriale, con monoculture e fertilizzanti, ha il “difetto” di far perdere progressivamente la fertilità dei suoli (erosione). L’agricoltura rigenerativa al contrario predilige sistemi innovativi o tradizionali, come la semplice alternanza dei raccolti, con il fine di aiutare il suolo a recuperare sostanza organica attraverso processi naturali. Ma ci sono anche riferimenti al rispetto per la dignità delle persone e degli animali e al valore della “conoscenza” come un “bene comune”.





© Riccardo Lenhart Nils Mayer/iStock

climatica e lotta alla povertà e fame e offrirà alle multinazionali un accesso preferenziale”.

Sempre a febbraio 2020 la nomina di Agnes Kalibata a inviato speciale Onu per l'organizzazione dell'evento segna la tempesta perfetta. Kalibata è presidente dell'Alleanza per una rivoluzione verde in Africa (Agra), un'organizzazione fondata dalla Bill and Melinda Gates Foundation e dalla Rockefeller Foundation che promuove l'agricoltura industriale e gli Ogm in Africa.

“Gli sforzi di Agra sono di dirottare risorse pubbliche verso interessi privati”, si legge in una lettera, ancora a Guterres, firmata da 173 Ong di 83 paesi. “Dal 2006 Agra ha lavorato per ‘aprire’ l’Africa a Ogm, fertilizzanti chimici e pesticidi”.

“È una strategia chiara della Gates Foundation e dell’agribusiness del mondo occidentale, che hanno sempre pensato che l’Africa potesse essere un buon mercato per i loro prodotti. Proprio quello che Kalibata fa da tempo” afferma Anuradha Mittal, direttrice dell’Ong californiana Oakland Institute.

“Un Food System Summit portato via dalla Fao, organizzato dal World Economic Forum, diretto da Agra, tenuto a New York... non c’è bisogno di essere scienziati per vedere di che si tratta davvero: un’operazione senza vergogna per corporativizzare l’agricoltura”.

A marzo 2021 oltre 500 gruppi della società civile, indigeni e agricoltori che partecipano ai lavori del Comitato mondiale per la sicurezza alimentare (Cfs) dell’Onu hanno dichiarato formalmente l’intenzione di boicottare il summit di New York e hanno annunciato l’organizzazione di un contro summit: “Non possiamo saltare su un treno che corre nella direzione sbagliata, ovvero verso il maggior riconoscimento dello status quo del potere delle multinazionali sul nostro sistema alimentare”, ha spiegato il gruppo in una nota. Pochi giorni dopo la stessa Kalibata ha affidato la sua risposta a una lettera al Guardian: “Mentre il coinvolgimento del settore privato è importante per creare un momento di vero cambiamento, non c’è nessun agribusiness che guida i lavori del summit o che possa definire autonomamente i risultati che verranno fuori”, scrive. “Tutte le porte sono aperte a tutti per contribuire”.

✓ Rivoluzione verde

La rivoluzione verde, al di là delle aspettative che il nome può evocare, è il processo di industrializzazione dell’agricoltura avvenuto nel corso di alcuni decenni del secolo scorso per aumentare la produzione agricola di determinate aree. Si basa sull’espansione di monoculture, come soia, palma da olio, mais, grano, riso, girasole, cotone e così via, usando pochissime varietà di semi, frutto della ricerca genetica (ibridi e Ogm), e sull’utilizzo di fertilizzanti e fitofarmaci chimici.



✓ Monopolio dei semi

Si basa sull’utilizzo di poche varietà di semi frutto della ricerca genetica e sotto brevetto. La possibilità di brevettare i semi per utilizzo alimentare è stata introdotta nel 1994 dall’Organizzazione mondiale del commercio, creando una dipendenza dei produttori agricoli da chi detiene i brevetti. Gli agricoltori non sono più “custodi delle sementi” ma semplici utenti, costretti a comprare ogni anno nuovi semi. Gran parte dei brevetti sono di Bayer-Monsanto, DuPont, Syngenta. Il nuovo fronte di guadagno è la “mappatura” genetica delle piante (anche esistenti in natura) e il loro brevetto. Proprio questo potrebbe essere uno dei temi di interesse del prossimo Food System Summit.



Ogm, chimica, brevetti Ecco la Rivoluzione verde

Lo scontro tra i grandi interessi dell'agrobusiness e di organizzazioni finanziate dalla Bill and Melinda Gates Foundation e dalla Rockefeller Foundation e una visione radicalmente opposta e incompatibile: quella dell'Agroecologia

La protesta contro il Food System Summit non viene solo dal mondo dei movimenti contadini e delle Ong, ma anche da alcuni esponenti di spicco delle Nazioni Unite, preoccupati per il ruolo dell'agribusiness nel definire le strategie per l'agricoltura sostenibile e l'annacquamento della cosiddetta Agroecologia.

Il relatore speciale Onu per il diritto al cibo Michael Fakhri a più riprese ha espresso perplessità: "La mia preoccupazione generale riguarda il modo in cui il Summit è organizzato finora", ha scritto in una lettera aperta rivolta all'organizzatrice del summit Agnes Kalibata. "Il summit sembra ancora pesantemente inclinato a favore di un solo approccio ai sistemi alimentari: le soluzioni più favorevoli al mercato", ha detto.

Anche l'ex direttore generale della Fao Graziano Da Silva ha condiviso le perplessità: "Per raggiungere l'obiettivo fame zero e costruire sistemi alimentari sostenibili non si può prescindere dalla salute del suolo, dei semi, da diete più sane e da pratiche agricole più sostenibili". Proprio Da Silva negli ultimi anni del suo mandato Fao aveva fatto alcuni passi verso un sostegno all'Agroecologia, un approccio che si basa sulla salvaguardia di ecosistemi e tessuto sociale dei piccoli produttori, radicalmente alternativo alla Rivoluzione verde, basata invece sull'aumento della produttività attraverso l'uso massiccio di tecnologia. "L'Agroecologia sta crescendo, ma non rapidamente come dovrebbe, se abbiamo l'intenzione di evitare i disastri climatici causati dalle pratiche invasive della Rivoluzione verde", ha dichiarato l'ex direttore generale della Fao.

Negli ultimi mesi dell'amministrazione Trump l'atteggiamento di apertura della Fao verso l'Agroecologia aveva scatenato una durissima presa di posizione dell'allora inviato Usa alla Fao, Kip Tom: "Sotto il precedente direttore generale, Graziano Da Silva, la Fao è diventata sempre più politicizzata, trasformandosi da un'organizzazione per lo sviluppo basata sulla scienza a un esponente dei movimenti contadini sostenuti da ben finanziate Ong che condannano il commercio come neocolonialismo", aveva scritto. E il cambio di rotta è arrivato puntuale con il nuovo direttore della Fao Qu Dongyu, ex ministro per l'agricoltura e lo sviluppo rurale della Cina. Nei primi mesi del suo mandato, Dongyu ha mostrato una chiara apertura verso l'agricoltura industriale, in particolare stringendo a novembre 2020 un accordo di partnership tra la

Il direttore Fao Qu Dongyu ha inaugurato il mandato con una partnership con i principali produttori di pesticidi

Fao e CropLife, l'associazione dei principali produttori di pesticidi al mondo (Bayer Crop Science, Corteva, Syngenta, Basf).

Ciononostante, secondo una fonte interna alla Fao, l'insolita natura del Food System Summit di New York è anche legata a una precisa scelta di marginalizzare la Fao a guida cinese da parte del mondo politico e economico occidentale: "L'idea del summit è nata a fine 2019, ovvero nel periodo di interregno tra il precedente direttore e l'attuale", afferma il funzionario. "La sede naturale per un summit del genere sarebbe stata la Fao a Roma, ma questo avrebbe comportato dare il summit in mano alla Cina, che avrebbe potuto accedere alle trattative segrete". Inoltre, continua la fonte, "a Roma, anche il Cfs e la società civi-



© Elaine Thompson/LaPresse

le avrebbero avuto voce in capitolo”. Secondo il nostro referente, “la tendenza è in corso da tempo. Da anni tutte le agenzie delle Nazioni Unite soffrono di mancanza di fondi. Così le fondazioni come la Gates Foundation si occupano di finanziare i progetti, ma dirigono i soldi sulle cose che gli interessano di più”. Anche Alberta Guerra di Actionaid parla di una precisa volontà di marginalizzare società civile e organizzazioni per i diritti umani: “Abbiamo lavorato 20 anni con la Fao e il Cfs per vederci riconosciuti e mandare i nostri rappresentanti”, afferma. “Invece il summit ha optato per un approccio ‘su invito’, a persona, scegliendo chi far partecipare”. Continua Guerra, “quando sono

venuti a galla i nomi dei partecipanti, in molti casi c'erano evidenti conflitti di interesse”. “Il rischio è che il summit legittimi la narrativa che i sistemi alimentari si devono adeguare alle sfide climatiche e di salute pubblica adottando le tecnologie offerte dalle stesse corporazioni responsabili dello squilibrio”, conclude Guerra. Tra le sigle del terzo settore che al contrario hanno aderito convintamente al summit di New York spicca il Wwf, il cui direttore internazionale per i programmi alimentari, Joao Campari, designato alla guida del gruppo di lavoro di avvicinamento al summit sulla sostenibilità ambientale dei sistemi alimentari. Campari, con un curriculum alle spalle legato alla Banca mondiale e ad altre agen-

Bill e Melinda Gates hanno legato i loro nomi all'omonima Fondazione, la più grande al mondo, che oltre ad essere attiva nella ricerca medica, nella lotta all'Aids e alla malaria, sponsorizza l'uso di coltivazioni Ogm e l'agricoltura biotech come “soluzione” per combattere la fame nel mondo. Nel maggio scorso ha destato scalpore la notizia del loro divorzio



✓ Obiettivo Fame zero

È uno dei 17 obiettivi di sviluppo sostenibile del millennio promossi dalle Nazioni Unite nel 2015 con scadenza 2030: un impegno comune per l'umanità, per “un futuro migliore e più sostenibile per tutti”. Purtroppo il raggiungimento dell'obiettivo è ancora lontano: un report Onu pubblicato a maggio ha rivelato che il numero di persone alle prese con gravi carenze alimentari ha toccato nel 2020 il picco più alto degli ultimi cinque anni, con almeno 155 milioni di persone in 55 paesi in condizioni di grave rischio, di cui circa 130mila in condizione di “catastrofe”, il livello più alto di allerta, dove l'insufficiente accesso al cibo in alcuni paesi come il Burkina Faso, il Sud Sudan e lo Yemen costa la vita.



✓ Ogm in Africa

La Rivoluzione verde in Africa è stata lanciata nel 2006 dalle fondazioni Bill & Melinda Gates e Rockefeller con il progetto Agra. Obiettivo “raddoppiare i raccolti e gli introiti” per 30 milioni di agricoltori, dimezzando l'insicurezza alimentare in 20 paesi entro il 2020. In 14 anni Agra ha finanziato progetti per 524 milioni di dollari in 13 paesi africani (che hanno a loro volta investito circa 1 miliardo di dollari nei progetti) promuovendo semi commerciali, fertilizzanti chimici e pesticidi. Nel 2020 un report della Tufts University di Boston ha valutato “uno scarso aumento della produzione” e “nessun progresso significativo nella sicurezza alimentare o nel reddito dei piccoli produttori”.





► zie internazionali, ha espresso parere favorevole sui principi dell'Agroecologia, "utili per raggiungere sistemi di produzione 'nature positive'".

A fine 2020 però proprio il Wwf è stato coinvolto in un report firmato da Friends of the Earth International, Crocevia and the Transnational Institute, dal titolo eloquente di "Junk Agroecology", "Agroecologia spazzatura", ovvero "la cattura dell'agroecologia da parte delle multinazionali per una transizione ecologica solo parziale, senza giustizia sociale".

Il report analizza le caratteristiche di tre progetti internazionali realizzati in partnership tra pubblico e privato per promuovere l'agricoltura sostenibile. Tutte e tre le iniziative coinvolgono Wwf e multinazionali come Nestlé, PepsiCo, Cargill, Unilever e in un caso lo stesso World Economic Forum. Il report sostiene che cerchino di creare sostenibilità continuando però a perseguire l'agenda dell'intensificazione dell'agricoltura, anche se sotto la bandiera dell'Agroecologia.

"Abbiamo iniziato a vedere che nel momento in cui si sono creati degli spazi per promuovere l'Agroecologia, alcuni hanno iniziato a promuovere la loro interpretazione del termine", ha detto Katie Sandwell del Transnational Institute, commentando il rapporto con il portale Usa Civil Eats. "Alcune multinazionali si sono riunite - a volte coinvolgendo associazioni no profit e anche governi - cercando di affermare questa visione

dell'agroecologia dove tutto resta come prima". Il Wwf, dal canto suo, dichiara un convinto sostegno all'Agroecologia e al Summit: "È un summit delle persone. Questo significa che accoglieremo tutti, parleremo con tutti", ci ha detto Eva Alessi, responsabile consumi sostenibili e risorse naturali di Wwf Italia. "Nessun singolo membro potrà determinarne i risultati".

Secondo Alessi "le accuse che il summit si concentri solo su agricoltura di precisione e high-tech, nell'interesse dell'agribusiness, sono sbagliate: l'adozione di un'agricoltura rigenerativa, dell'Agroecologia, delle conoscenze tradizionali e indigene nella gestione di terra e acqua per produrre cibo sono centrali nel nostro gruppo di lavoro". "Detto questo - conclude - crediamo che il privato sia necessario per la trasformazione dei sistemi alimentari, e quando

Adesione convinta al Summit dal Wwf: "I nostri temi sono centrali. Accoglieremo e parleremo con tutti"

invitati, partecipiamo ai loro eventi per discutere le nostre proposte e il loro possibile contributo". La prospettiva è di considerare l'Agroecologia come "una parte della soluzione", e non come un cambio radicale del modo di produrre cibo.

"Non ci si rende conto di quanto questo summit sia controverso", ha detto Simona Lovera della Global Forest Coalition. "Si sta usando il potere economico per fare del summit una vetrina di marketing per le soluzioni tecnologiche ai problemi del sistema alimentare. Io vivo in Paraguay e qui è sotto gli occhi di tutti che l'agricoltura intensiva e l'Agroecologia non sono compatibili".



LUMSA
UNIVERSITÀ

OPEN DAY

5 buoni motivi per studiare all'Università LUMSA

- Soddisfazione dei laureati più alta della media nazionale (96,8% vs 90,8%).
- Un Ateneo internazionale con 5 double degree e studenti provenienti da 34 paesi.
- Scelta universitaria ed efficacia del titolo nel mondo del lavoro superiore alle media nazionale (85,8% vs 72,8%)
- 350 accordi internazionali con Università europee ed extra-europee.
- Oltre 1.566 stage e tirocini attivati ogni anno in 1.796 aziende ed enti convenzionati.

11 SETTEMBRE
ORE 9.30

Registrati su www.lumsa.it ◀



In questa stagione non abbocchiamo e scegliamo il pesce con attenzione

Con agosto, per molti, arrivano le vacanze estive che rappresentano l'uscita da un lungo percorso fatto di pochi contatti, di minore socialità e di adattamento forzato del nostro naturale comportamento empatico. Finalmente abbandoniamo la "sicura capanna" che ci ha protetti e che, come una navicella spaziale, ha svolto il suo compito. Ora siamo viaggiatori, non dello spazio ma del tempo, e come ricorda il Sommo Dante dopo la "natural burella" dall'Inferno arriviamo alla spiaggia dell'antipurgatorio per contemplare le stelle notturne che sono il presagio del nuovo cammino fatto di luce e di speranza dopo le tenebre provocate dal Covid-19. Ospiti della spiaggia, questo mese parleremo del pesce e di alcune sue qualità e criticità.

Amo il pesce pescato e non di allevamento, del resto è così "profondo il mare" che non mancheranno mai pesci sulla tavola

FALSO Purtroppo con la pesca fatta in modo miope, abbiamo dato sempre più fondo alle riserve del pescato che si è ridotto al 25%, rispetto a un secolo fa. Abbiamo sfruttato le risorse marine guardando solo il presente e senza conservarci un futuro. Contemporaneamente, il consumo di pesce per le sue proprietà nutrizionali e salutistiche si è incrementato di molto e la richiesta attuale può essere soddisfatta solo da pesce di allevamento o da acquacoltura che si aggiunge al pescato. La Fao in un rapporto del 2018 ha confermato che la produzione mondiale di pesce pescato è ormai ferma da trent'anni a circa 90 milioni di tonnellate di cui 71 milioni destinate all'uomo, e che si rende necessario raddoppiare tale produzione con del pesce da allevamento. Il pesce di allevamento cresce come volume del 7,5% per anno e, sempre che non si trovino oceani o mari inesplorati del nostro pianeta, oggi rappresenta l'unica via per rispondere alla domanda dei prossimi 30 anni.

Il pesce allevato costa meno e non è detto sia meno salustico del pescato

VERO Come tutte le tecnologie anche l'acquacoltura ha fatto "pinnate" da gigante e oggi la qualità del pesce allevato che troviamo sul mercato è molto vicina a quella del prodotto pescato. I vantaggi, oltre a un prezzo minore, sono un controllo costante dal punto di vista della sicurezza e della salubrità del prodotto finito per la minore pre-

senza di metalli pesanti, molecole indesiderate o di farmaci veterinari. I pesci di allevamento di origine italiana garantiscono la presenza dei noti e utili grassi polinsaturi che ci aiutano a ridurre l'incidenza delle patologie cronico-degenerative e di quelle cardio-vascolari. Il prossimo passo che si deve ottenere è eliminare del tutto gli antibiotici dalla filiera ittica e di migliorare ancora di più la sostenibilità degli allevamenti e la qualità di vita dei pesci negli stessi. Un impianto di acquacoltura condotto in maniera corretta utilizza e mette in campo tutte le possibili misure anche per evitare accumuli di microplastiche nelle carni, di metalli nocivi e di altri contaminanti. Tutte criticità che a ben vedere sono il frutto delle attività dell'uomo che ha inquinato le acque degli oceani facendole giungere nel nostro piatto.

Il pesce non è frutta, posso pescarlo o mangiarlo in qualunque stagione

FALSO I pesci sono organismi viventi che hanno un loro ritmo di riproduzione e una loro ciclicità. Il mare non è assimilabile a uno sportello "bancomat" dove il prelievo può essere costante e continuo. Occorre ricaricare lo sportello con nuovi contanti ed ecco perché la pesca ha necessità dei tempi di riposo utili perché le specie ittiche possano riprodursi e superare i primi mesi di vita. La stagionalità fa sì che in autunno ci siano triglie, spigole, gallinelle o cocchi, calamari e ombrine mentre l'inverno dona pannocchie, saraghi, sardine, seppie, ricciole, sgombri, pesci San Pietro, vongole veraci e polpi. La primavera è ottima per assaggiare granchi, sgombri, spigole, alici, mazzancolle, tonni, scampi, triglie e le rane pescatrici



e, infine, d'estate troveremo pesci come orate, ricciole, saraghi, sardine e alici. Invece i cefali, le delicate sogliole e ad esempio i dentici si possono trovare praticamente sempre.

Non mi fido a occhi chiusi della barca che arriva con il pesce "fresco" appena pescato e controllo sempre

VERO Partiamo dal ricordare che tutti i prodotti del mare vanno venduti con la propria etichetta dove si fornisce il nome scientifico e la zona di cattura o di produzione se si tratta di pesce di allevamento. Va specificato anche lo stato fisico, se congelato o altro. È bene poi diffidare di chi mette il pescato fresco insieme ai molluschi, di chi economizza il ghiaccio e non mantiene la temperatura vicino agli 0°. Ma come possiamo provare a capire se si tratta di pesce fresco? Guardiamo gli occhi, del pesce e non del pescatore, e cerchiamo di individuare quelli trasparenti, brillanti e convessi, senza alterazioni: non devono essere affossati, mostrare del sangue o sembrare opachi. L'occhio è lo specchio dell'anima, ma soprattutto... del

pesce fresco. La pelle deve mostrare dei colori vivi ed essere tesa, le branchie rosse o rosa, ben disegnate e turgide, mai gialle, bluastre o con del muco. Le squame devono essere lucenti e ancora ben aderenti, la carne apparire soda e turgida (il gesto di sbattere il pesce serve a valutare la sua eccessiva flaccidità). Nella pulizia, la lisca deve essere ben attaccata alla carne e le viscere consistenti e non mollicce.

Ho letto che i pericoli del sushi, almeno in Europa, sono superati...

FALSO Il sushi richiede l'uso di pesce fresco, fatto con del pesce di stagione, ma soprattutto fatto con del pesce abbattuto. Il pericolo maggiore viene dall'*anisakis* che è un parassita dell'uomo che provoca infiammazioni a stomaco e intestino oltre a delle reazioni allergiche anche gravi. Il sushi richiede l'uso di pesce crudo ma rigorosamente abbattuto ovvero rapidamente raffreddato alla temperatura di -18°C oppure congelato a casa in un congelatore contrassegnato con tre o più stelle per almeno quattro giorni.

Grande regalo dell'estate, i pomodori entrano in moltissime ricette in vari ruoli, a volte secondari e a volte principali come nel caso di queste due preparazioni. Dei pomodori gratinati esistono molte versioni, io ho scelto quella dall'accento siciliano. La seconda ricetta è una pasta unita non alla salsa di pomodoro, come siamo soliti fare, ma ai pomodori al forno. Provatela, potrebbe entrare nel vostro **ricettario estivo**.



Pasta con i pomodori al forno

Ingredienti per 4 persone:

350 g di spaghetti
600 g di pomodori Sanmarzano rossi e ben sodi
2 spicchi di aglio
un ciuffetto di prezzemolo
origano
olio extravergine d'oliva
pecorino grattugiato
pepe nero di mulinello
sale

Tagliate i pomodori a fette spesse circa ½ cm. Salateli e metteteli a riposare per un'ora in uno scolapasta perché perdano l'eccesso di acqua. Ungete una teglia di olio extravergine di oliva e disponetevi i pomodori in un solo strato. Cospargeteli con l'aglio tritato, il prezzemolo tritato, l'origano e il pepe. Irrorateli con un filo di olio e fateli cuocere a forno moderato (170-180 gradi) e già caldo per 20 minuti. Versate i pomodori in ampia padella, lessate gli spaghetti e ripassateli in padella assieme ai pomodori infornati e al loro sughetto di cottura. Cospargete di pecorino grattugiato e servite.

Carnivori etici

Tra i carnivori e i vegetariani, cresce la categoria dei carnivori etici che mangiano sì la carne, ma solo se proveniente da allevamenti non intensivi e rispettosi degli animali.



Pomodori gratinati

Ingredienti per 4 persone:

8 pomodori rossi e sodi, lisci o costoluti
100 g di pane grattugiato
1 piccola cipolla
4 filetti di acciuga sotto sale dissalati o sott'olio sgocciolati
50 g di capperi di Pantelleria dissalati
olio extra vergine di oliva
1 spicchio di aglio
1 ciuffetto di prezzemolo
origano
pepe nero di mulinello
sale

Lavate i pomodori e asciugateli. Tagliatene una fetta dalla parte del picciolo e con la punta di un coltello svuotate i semi senza togliere la polpa centrale. Salateli sfregandoli delicatamente con un dito. Teneteli

per circa dieci minuti con la superficie tagliata in alto affinché il sale venga assorbito e possa richiamare l'acqua di vegetazione del pomodoro.

Poi capovolgeteli, con la superficie tagliata rivolta verso il basso, e fateli scolare per tre quarti d'ora su un setaccio, su un tagliere inclinato o su qualsiasi altra superficie che permetta all'acqua di sgocciolare. Mettete in una ciotola il pane grattugiato, la cipolla tritata, i capperi tritati, l'origano, i prezzemolo, l'aglio tritato, le acciughe spezzettate. Fate rosolare il pane grattugiato per il ripieno in un padellino unto con un filo di olio, finché il pane non diventa dorato. Riempite i pomodori con il composto.

Ungete di olio una teglia e sistematevi i pomodori. Irrorateli bene con un filo fine di olio e infornateli a 150-160 gradi per 30-40 minuti. Sono ottimi sia caldi che freddi.

Toh, chi si rivede!

Diamo alla plastica una seconda vita.

Arrivano le nuove bottiglie
di Acqua Minerale Coop
realizzate al 100%
con plastica riciclata.

Scopri di più su coopambiente.it



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