

**Biomateriali. La barriera super resistente che infetta le protesi
Lettere. Anticoncezionali, asma, prostata: gli esperti rispondono**

Insalata e spinaci. Uva, mele, pere e banane. Persino il tè verde. Possono contenere tracce di pesticidi. Dannosi. E mangiando 5 porzioni al giorno di vegetali si rischia



Alimentazione. Le verdure a foglia. Pere e mele. La frutta esotica

Cinque porzioni di vegetali al giorno ci espongono all'accumulo di piccole dosi di contaminanti. Non fuorilegge presi singolarmente. Ecco perché organico è meglio

Mangia bio elimina i pesticidi

ELVIRA NASELLI

CHE NON fosse una moda - come alcuni bollavano il boom del biologico - lo dimostrano i numeri. Nel 2016 la domanda di prodotti bio ha raggiunto i 4744 milioni di euro (Nomisma). Oltre un miliardo nella grande distribuzione, dove il balzo è stato del 28% nell'ultimo anno. Superfici coltivate in crescita: l'Italia è nella top ten dei paesi con suolo dedicato - fiorire di gruppi d'acquisto solidale e mercati specializzati. Tanto che Vincenzo Vizioli, presidente Aiab, rivendica la dizione di settore e non di "nic-

chia". Mentre Paolo Carnemolla, presidente **Federbio**, chiede un atto di responsabilità per approvare ad autunno il ddl sul biologico.

Che sia anche un business interessante lo dimostra l'ultima grande operazione finanziaria da 13,7 miliardi di dollari: l'acquisto della grande catena americana specializzata Whole Foods da parte del colosso Amazon. Che, come primo passo, ha annunciato di voler abbassare i prezzi (alti) dei prodotti organici per consentire a molti più americani di nutrirsi con alimenti sani. Perché è ancora questa la motivazione principale per cui si sceglie di mangiare biologico: alimenti più sani e nutrienti, senza residui di pe-

sticidi. E che - grazie alla rinuncia dell'uso della chimica - rispettano l'ambiente, contaminando meno i suoli e favorendo la biodiversità. E se costano qualcosa in più, perché le produzioni sono più contenute rispetto a quelle convenzionali, ebbene si pagherà quel po' di più: meglio mangiare meno ma prodotti di qualità migliore.

Questo non vuol dire naturalmente che i prodotti convenzionali siano dannosi. Almeno quelli coltivati e allevati rispettando la legge. Anche se - come ha dimostrato l'ultimo rapporto "Stop pesticidi" di Legambiente - qualche volta il problema è che la legge non c'è. O contempla solo limiti al residuo di un singo-

Il personaggio

Studia come trovare i tumori nel sangue.

È l'italiano premiato dagli oncologi europei

Psicologia

Persone ossessionate dai difetti estetici

Cos'è e come si cura la dismorfobia

Polmoni

Una campagna per difendersi da fumo e inquinamento

Global health

Un progetto e delle nuove linee guida per garantire servizi sanitari ai migranti

Psichiatria

Non chiamiamoli schizofrenici: alimenta la paura e l'emarginazione

Leucemie

Si chiama Fitwalking for Ail. Una passeggiata per finanziare la ricerca

lo pesticida, ma non all'uso contemporaneo di più molecole su frutta e verdura. Con risultati non incoraggianti. Soprattutto in quei prodotti che risultano più contaminati, come uva, fragole, pere e frutta esotica, banane in testa.

Nell'uva da tavola e vino - per esempio - i laboratori pubblici hanno trovato tracce di 9 prodotti insieme. Undici nei pomodori e nelle lattughe, 21 residui chimici nel té verde di provenienza extra Ue e 20 nelle bacche utilizzate in cucina. Nel 36,4% dei prodotti analizzati c'erano tracce di più pesticidi. Alimenti che, nella maggior parte dei casi, non sono fuorilegge poiché appunto non esiste una norma sul cumulo di più sostanze. I prodotti irregolari per singolo pesticida erano invece pochi, l'1,2%, mentre la gran maggioranza era regolare (62,4%). E se non si disattendono le indicazioni dei nutrizionisti consumando le famose 5 porzioni al giorno, il rischio c'è.

Come si fa a sapere se quello che si mangia è contaminato? Fidandosi del rivenditore, rivolgendosi ai coltivatori di fiducia. O comprando bio certificato. E la pattuglia dei fautori del senza chimica è talmente in crescita da aver convinto molti produttori a convertirsi. Che non vuol dire semplicemente eliminare la chimica. Ma costruire condizioni diverse. «In Italia c'è forte richiesta di latte biologico - racconta Giacomo Pirlo, coordinatore di Valattebio, progetto Crea finanziato dal ministero delle Politiche agricole - ma se ne produce poco e si deve importare. Le difficoltà sono oggettive: è più difficile e costoso reperire mangimi biologici, come il mais, e si ha una resa minore perché non si possono usare i diserbanti. Il progetto sta studiando alcune tecniche per aumentare la resa per ettaro, senza l'uso di chimica. Stesso discorso per la soia, difficile da trovare bio e non Ogm, ma necessaria per l'apporto di proteine: stiamo studiando la sostituzione con un insilato di erba medica».

Un altro progetto del Crea, coordinato da Monica Guarino Amato, verifica invece la possibilità di coltivare soia in Italia. «Anche le galline hanno bisogno di proteine in grandi quantità per produrre uova - spiega - e si usa quasi del tutto la soia, che ha il 46% di proteine, contro il favino che ne ha il 20 e non può essere utilizzato a lungo, perché ha elementi antinutrizionali. La soia è importata al 90%, anche da paesi extraeuropei che, talvolta, deforestano per far spazio alle coltivazioni, in un ciclo non virtuoso dunque. Così in Piemonte stiamo sostenendo un progetto per incentivare la coltivazione di soia bio, con numeri interessanti. Che ci renderebbero più indipendenti dalle importazioni, aiutando anche l'ambiente. Un'altra alternativa che apre prospettive utili, che stiamo attualmente sperimentando, è utilizzare gli insetti come fonte proteica nel mangime di polli e tacchini. ovviamente in farine. Una sostituzione

ne parziale, che però ci aiuterebbe». Oltre all'alimentazione, anche le modalità di allevamento sono diverse. Nel caso delle galline «il fatto che pascolino e mangino erba o vermetti - continua Amato - porta a un miglioramento inequivocabile dell'uovo e della carne, con una maggiore produzione di antiossidanti».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

In pomodori e lattughe

trovate tracce di 21 chimici

Serve una nuova normativa

Richiesta in crescita per

il latte. Un progetto Crea

per farne produrre di più



