

Scienze

Cibo, il boom del biologico

Nessuna differenza nutrizionale tra cibi biologici e quelli convenzionali. L'uso dei pesticidi ha invece rilevanza sul piano della tutela della catena alimentare.

E' molto probabile che gli 8 milioni di italiani che si cibano di preferenza di prodotti biologici pensano di sentirsi più a contatto con la natura e di essere meno "inquinatori" rispetto a chi si ciba di prodotti coltivati con sostanze chimiche e insetticidi, insomma di essere più rispettosi dell'ambiente e tutto ciò con un risvolto personale ben preciso: il cibo biologico fa certamente meglio alla salute che non quello convenzionale. E invece non è vero. Non c'è alcuna differenza tra un cibo e l'altro, parola della Fsa (Food Standards Agency), l'ente ministeriale incaricato di tutelare la sicurezza alimentare inglese. Esso ha preso visione e fatta propria una ricerca condotta da scienziati della London School of Hygiene & Tropical Medicine e che sono stati pubblicati sull'autorevole rivista scientifica *American Journal of Clinical Nutrition*.

Le conclusioni non giungono da un nuovo studio più o meno approfondito, bensì dal confronto e dall'analisi di ben 162 ricerche condotte su tale argomento nell'arco degli ultimi 50 anni da centri di ricerca qualificati. In ogni caso Alan Dangour, uno dei ricercatori che hanno realizzato tale analisi, spiega così i risultati: *"La nostra ricerca non si è posta l'obiettivo di capire quali possano essere le conseguenze sull'organismo umano relativamente all'utilizzo di pesticidi e erbicidi, bensì quali differenze nutrizionali vi siano tra cibi definiti 'biologici' e cibi*

prodotti in modo convenzionale", in altre parole la ricerca si è chiesta solo se un prodotto biologico ha un potere nutrizionale superiore a quello di un prodotto convenzionale.

E i risultati, almeno da questo punto di vista sono curiosi: cereali, frutta e ortaggi coltivati utilizzando solo concimi organici e letame presentano i medesimi contenuti dei prodotti coltivati con sostanze chimiche. Identici sono i contenuti di fosforo, potassio, calcio, nitrati, proteine, carboidrati e identico è anche il contenuto di vitamina C. Se poi ci si trasferisce nel mondo dei prodotti di origine animale i risultati sono pressoché identici: formaggio, uova, latte e carne hanno quantità simili di sostanze nutritive e non, con un'unica eccezione nel contenuto dei nitrogeni, che, tuttavia, secondo il rapporto, si può spiegare con differenti qualità del tipo di erba o fieno utilizzati per il nutrimento degli animali.

Ma non si è sempre detto che il biologico ci aiuta a vivere meglio? Il concetto è così penetrato nel nostro modo di pensare che il giro d'affari annuo ha raggiunto quote miliardarie.

Secondo la Food Standards Agency non è vero che il cibo biologico fa meglio alla salute rispetto a quello convenzionale.

In Italia si spendono circa 1,6 miliardi di euro l'anno per gli alimenti biologici e il valore è in continua crescita.

Quando una ricerca esce sotto l'egida di essere "scientifica", come in questo caso, risulta difficile trovare i punti deboli. Ma così non la pensa Antonio Felice di Greenplanet.net, il quale spiega: *"Mi sono preso la briga di sfogliare le oltre cento pagine della ricerca 'Comparison of composition of organically and conventionally produced foodstuffs' (Raffronto della composizione dei cibi biologici e convenzionali) e devo dire di aver scoperto che la ricerca non contiene alcunché di originale, non essendo altro che una rassegna degli studi esistenti sull'argomento. In secondo luogo, il resoconto è orientato in modo prioritario sugli aspetti nutrizionali dei cibi: descrive gli elementi, le sostanze che li compongono".* Insomma ci dice - con candore britannico - *"che una mela è una mela*

e, infatti, contiene questo e quest'altro. Lo studio è talmente 'asettico' che finisce per essere una specie di difesa dei pesticidi, in quanto ricorda cosa dicono le leggi internazionali sui residui di pesticidi negli alimenti per evitare danni alla salute del consumatore, senza entrare nello specifico. Insomma, dà per scontato che i pesticidi, ben dosati, non fanno male". In altre parole la ricerca si ferma sulla

composizione nutrizionale dei cibi senza soffermarsi sui contenuti che lasciano i pesticidi e quant'altro. Ma l'Inghilterra non è nuova negli attacchi al biologico. Alcuni anni or sono infatti, il Ministero per la Salute aveva divulgato un lavoro della Manchester Business School, secondo il quale coltivare un pomodoro biologico richiede da due a nove volte più energia che uno tradizionale. Ma non solo: una gallina ruspante costa il 25% in più della sua simile allevata in batteria e produce per via metabolica il doppio dell'anidride carbonica. Insomma lasciare perdere il biologico per il convenzionale, era ciò che si leggeva tra le righe di quel rapporto. Ma neppure agli inglesi quel rapporto è riuscito a far cambiare idea, tant'è che i venditori di biologico hanno segnato ricavi di 3 miliardi di euro all'anno, un valore secondo solo alla Germania, dove per il biologico si spendono 5 miliardi di euro all'anno. In Italia se ne spendono circa 1,6 miliardi di euro, ma il valore è in continua crescita, tant'è che l'ortofrutta biologica nel 2008 è cresciuta del 20%, l'alimentazione per l'infanzia del 16%, ma anche pane, pasta e uova sono cresciuti del 14%.

Ma che i cibi biologici non siano il non plus ultra dell'alimentazione lo sostiene anche Renzo Pellati del Direttivo della Società italiana dell'alimentazione e autore di "Tutti i cibi dell'A alla Z", secondo il quale non ci sarebbero studi che documentano i presunti vantaggi del biologico, un dato su cui riflettere se si considera il fatto che sui prodotti biologici i controlli lasciano a desiderare molto più che su quelli tradizionali.

Dov'è, allora, la verità, visto che mettere nel carrello della spesa un prodotto biologico costa circa il doppio di uno convenzionale? L'ago che potrebbe far pendere la bilancia da una parte sta, forse, in altre ricerche che non sono state tenute in considerazione nel lavoro della Fsa,

Significa anche preservare le falde acquifere da sostanze chimiche che, quando arrivano in profondità, possono annientare di colpo l'utilizzo di una falda.

come quella, ad esempio, che sostiene che i pesticidi possono avere effetti sullo sviluppo dell'Alzheimer o sui risvolti organolettici dei cibi biologici. In altre parole sul sapore di tali prodotti, che secondo alcuni studi sono senza dubbio più vicini a quelli ritenuti più "naturali" per l'uomo.

E c'è un ulteriore elemento da considerare: i danni all'ambiente di un allevamento e di un'agricoltura convenzionale non sono considerati nella ricerca nutrizionale. Purtroppo una ricerca del genere

potrebbe smorzare l'entusiasmo verso il cibo biologico senza ricordare però quanto questo sia in grado di salvaguardare l'ambiente nel suo insieme oltre,

ovviamente, la salute

dell'uomo. Non utilizzare pesticidi significa avere meno sostanze chimiche in mare e da qui in tutto il ciclo dei pesci fino a quelli che arrivano sulle nostre tavole, ma significa anche preservare le falde acquifere da sostanze chimiche che, quando arrivano in profondità, possono annientare di colpo l'utilizzo di una falda.

E in questo contesto non si dovrebbe dimenticare il problema degli ogm, i prodotti agricoli cioè, modificati geneticamente dall'uomo. Giulia Maria Crespi, presidente onorario del Fondo per l'ambiente, ha recentemente sottolineato quante incertezze vi siano dietro tali prodotti, da intere aree aridificate dove sono stati coltivati, agli animali ammalatisi alle reni e al fegato per l'assunzione di mais geneticamente modificato. Il biologico forse, tutti questi problemi non li crea.

Luigi Bignami

Non utilizzare pesticidi significa tuttavia avere meno sostanze chimiche in mare e da qui in tutto il ciclo dei pesci fino a quelli che arrivano sulle nostre tavole.



THE ORGANIC FOOD BOOM

Cereal, fruit and vegetables grown using organic compost and manure have the same characteristics as products grown using chemical substances. They contain the same amounts of phosphorus, potassium, calcium, nitrate, protein, carbohydrates and even vitamin C. However, if we don't use pesticides, less chemical substances will end up in the sea and consequently in the life cycle of fish and on our plates. What's more, organic production can help protect aquifers from chemical substances which could make them unusable from one day to the next.