il Salvagente/3-10 agosto 2006

INTERVISTA A PAOLO CONTI, ESPE

Nell'era d

NESSUNO OGGI SA REALMENTE COSA C'È DENTRO GLI ALIMENTI CHE PORTIAMO IN TAVOLA. E IL SISTEMA DEI CONTROLLI FUNZIONA POCO, TANTO CHE LO STATO LO DELEGA AI PRIVATI.

• GIORGIA NARDELLI

Il latte contaminato dall'inchiostro. Le **ciliegie** che arrivano dall'**Asia**, la mozzarella di **bufala** "campana" importata dalla **Bulgaria**, i salumi - e non sono i soli - insaporiti da quintali di aromi sintetici.

Quanto ad **allarmi alimentari**, contraffazioni di cibi, importazioni più o meno legali, e procedimenti di fabbricazione di cui i consumatori ignorano l'esistenza, il nostro paese non ha nulla da invidiare al resto del mondo. Tanto da far pensare, a chi va a scavare dietro la facciata, che quella del **buon cibo italiano** sia diventata poco più di una **leggenda**. E di certo questo è il primo dubbio che viene in mente leggendo un libro appena uscito, di **Paolo C. Conti**, giornalista esperto in alimentazione e tecnologie alimentari, che raccoglie **due anni** di **inchieste** sull'argomento. Circa **250** pagine con tutto quello che un consumatore non vorrebbe mai leggere; dagli ingredienti dei cibi industriali, ai sistemi di controllo delle frontiere.

In un paese il cui la **malavita** organizzata controlla un mercato - quello del cibo contraffatto - di circa **7 miliardi di euro** l'anno, il giornalista fa i conti innanzi tutto con la qualità del cibo "legale".

Gli chiediamo: davvero gli alimenti che produciamo sono così scadenti?

La questione è più complessa, e ha radici lontane. Il problema è che l'Italia, sul fronte del cibo, ha sprecato un'occasione unica. Dopo la guerra il nostro paese è stato molto più lento di altri nel processo di industrializzazione, e questa lentezza ha interessato anche l'industria alimentare. Quello che sembrava un limite, però, ben presto ha iniziato a diventare un valore, perché, a differenza degli altri paesi, che già negli anni '60 producevano cibi sofisticati, l'Italia era ancora un luogo dove si mangiava "genuino". Questa risorsa non è stata però compresa, e dagli anni 70, anziché valorizzare il suo patrimonio, l'Italia ha preso a seguire la scia degli altri paesi. Oggi, con le denominazioni Igp e Dop, si cerca di proteggere il marchio dei nostri prodotti tipici, ma non si è stati in grado di creare la cultura della tutela del cibo sano.

Di fatti, col passare degli anni, anche noi abbiamo subito l'invasione di piatti sempre più pronti, quello che lei chiama tecnocibo, e che oppone al biocibo...

Che non è necessariamente il cibo biologico. È il cibo naturale, l'alimento preparato a casa e non nel laboratorio dell'industria.

L'industria è sul banco degli imputati?

L'industria cerca di produrre alimenti di quali-

tà, il vero problema è che sta divenendo l'unica detentrice della cultura alimentare italiana, e ha obiettivi diversi rispetto al consumatore. Ha l'esigenza di conservare i cibi più a lungo, renderli più gradevoli, più saporiti, e deve ricavare profitti. Così utilizza additivi, aromi e conservanti. Un dolcificante come l'aspartame costa 20 volte in meno rispetto allo zucchero, e l'insalata in busta dà guadagni molto maggiori rispetto a quella non preparata. Ecco perché i prodotti sono dolcificati artificialmente, e i cespi di insalata scompaiono dai supermercati. Quando l'industria scopre che si può fare il pesto in barattolo usando il pangrattato invece dei pinoli, con l'aggiunta dell'aroma giusto, cosa crede che userà?

Che ruolo ha il consumatore in tutto ciò?

Le informazioni sono poche e poco chiare. Servirebbero etichette in cui viene spiegato qualcosa di più su ciò che sta acquistando. Faccio un esempio: la dicitura "aromi" indica che sono stati utilizzati aromi artificiali, altrimenti ci sarebbe scritto "aromi naturali". Ma questo il consumatore non lo sa.

Al "non detto" si aggiunge il problema degli allarmi alimentari. Cosa ha scoperto in proposito?

In Europa esiste un sistema

IN TECNOLOGIE ALIMENTARI

el cibo "fabbricato"

di allerta piuttosto rapido. Il problema, semmai, è che gli allarmi sono destinati ad aumentare, perché "la fabbrica" degli alimenti è una filiera che coinvolge una moltitudine di attori. Le materie prime arrivano da tutte le parti del mondo, sono lavorate con procedimenti ad alta tecnologia, i cibi sono confezionati con metodi sofisticati e, infine, distribuiti in larga scala. Difficile controllare tutti i passaggi della filiera, mentre "l'errore" arriva al consumatore velocemente.

Spesso le autorità sanitarie sono reticenti quando c'è un problema di questo tipo. Perché?

Perché ormai il cibo che arriva in tavola è l'ultimo anello di una lunga catena e, quindi, è un mistero anche per loro. Nessuno sa realmente cosa c'è dentro gli alimenti che portiamo in tavola. Il sistema dei controlli non è sufficiente, tanto che lo Stato sta delegando a privati il controllo della sicurezza alimentare.

Allora è meglio che il consumatore resti all'oscuro di tutto, come nel caso del tonno al mercurio?

Questo è un caso emblematico. Per porre rimedio al problema del pesce inquinato da metilmercurio l'Unione europea si è impegnata a eliminare il mercurio dall'industria entro 2011; nel frattempo, però, occorre bonificare le acque, un'operazione titanica che richiede anni. Dunque nel frattempo, poiché c'è poco da fare, meglio non sollevare la questione.

Comunicazione a parte, quali sono i principali limiti del nostro sistema?

L'Italia è l'unico paese che non ha un'Authority per la sicurezza alimentare, che coordini il sistema di controlli sulla qualità dei cibi. Ci sono troppe "guardie", e per i "ladri" è più facile farla franca. Non è raro il caso di allerte nazionali che si sono impantanate tra gli uffici di diverse istituzioni. Dall'altra parte, c'è bisogno di un sistema di investimenti sul cibo, il vero cibo italiano.

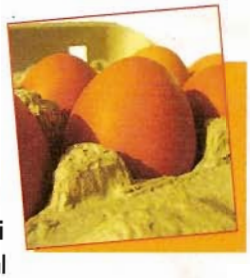
La sicurezza

Buone regole contro le truffe

Se contro contraffazioni e truffe alimentari il cittadino può poco, può se non altro aiutarsi con qualche **buona regola**.
Da "osservatore", più che da esperto, l'autore del libro "La leggenda del buon cibo italiano" ha imparato per esempio che "**mangiare bene** non è gratis". Scegliere indiscriminatamente l'alimento **meno caro** non sempre è una buona pratica. D'altra parte, più che affidarsi al marchio del prodotto, è meglio leggere le **etichette**, cercando cereali, salumi, formaggi e sughi pronti con **meno coloranti** e **aromi**, nella lista degli ingredienti, e materie prime più genuine.
Non solo. Visto che il mercato è invaso da prodotti stranieri, sarà bene andare a sbirciare la **provenienza effettiva** (non quella del marchio), sapendo che i **prodotti europei** devono sottostare a una regolamentazione più rigida in fatto di **pesticidi** e **additivi**.
Insalata e **verdure**? Vale la pena di perdere qualche minuto per lavarla e tagliarla, piuttosto che comprarla **imbustata**, per assicurarsi di mangiare una **foglia** che contenga ancora le **proprietà nutrizionali**. Anche preparare un piatto di **pasta** porta via solo un quarto d'ora, a fronte dei cinque minuti di quella già pronta. Senza contare che, per assicurarsi prodotti dell'orto il più naturali possibile, basta accorciare la catena di distribuzione, acquistandoli - quando si può - direttamente dal **contadino**.

Lo sapevate che...

IL COLORE DELLE UOVA



Le galline allevate in gabbia, non mangiando più fiori e germogli gialli che renderebbero il tuorlo più rosso, producono uova più chiare. Per risolvere il problema gli allevatori aggiungono coloranti al mangime.

LE BUSTE TERMICHE

Perché un prodotto surgelato resti integro non dovrebbe mai superare la temperatura di -18 gradi. Per non interrompere la "catena del freddo" sarebbero indispensabili le buste termiche nel trasporto dal supermercato a casa.

IL SAPORE DEI WÜRSTEL

I würstel venduti in Italia sono fatti essenzialmente di pelle di maiale e acqua. Addensanti, conservanti e coloranti fanno il resto. Il sapore può essere esaltato con gli aromi, per esempio il glutammato monosodico.

AROMI E ADDITIVI

In alcuni alimenti, specie bevande e liquori, aromi e additivi possono rappresentare anche più del 10 per cento degli ingredienti.

IL CIBO COSMETICO

Attualmente solo l'1 per cento degli additivi usati dall'industria serve a conservare i cibi. Il restante 99 per cento ha altre finalità estetiche o cosmetiche.

INSALATA E VITAMINE

Nel 2003 l'Inran ha condotto un esperimento, nutrendo un gruppo di volontari con lattuga "naturale" e un altro gruppo con lattuga già preparata e confezionata "in atmosfera modificata". Analizzando il sangue dei volontari si è scoperto che in quelli nutriti con insalata "pronta" non c'era traccia di vitamina C, E e di polifenoli, tutti antiossidanti.

PESCI E MERCURIO

Pesce spada, squalo, tonno, sono le specie più inquinate da metilmercurio, che vi si accumula attraverso l'acqua inquinata del mare. Negli Usa la comunità scientifica consiglia alle donne incinte di evitare pesce spada o squalo, limitare il pesce a 340 grammi a settimana, il tonno a 170 grammi. Va detto, peraltro, che i pesci del Mediterraneo sono più a rischio di quelli oceanici, perché l'acqua è meno profonda e il metilmercurio vi si accumula più velocemente.

CONTROLLI E BUCHI

L'85 per cento degli alimenti importati in Italia non subisce controlli alla frontiera. L'Efsa possiede un sistema di allerta rapido alimentare consultabile su Internet. Al contrario di ciò che avviene negli Usa, però, nell'elenco non vengono riportate le marche dei prodotti segnalati, ma solo la tipologia.