

INCHIESTA AGRICOLTURA BIOLOGICA

Il cibo biologico fa bene alla salute e non solo all'ambiente: è questa la convinzione dei più accaniti sostenitori dell'alimentazione biologica. Per trovare una conferma a questo assunto si sono svolti nel corso degli anni numerosi studi, sia in Italia che nel resto del mondo, con l'obiettivo di confrontare il valore nutrizionale degli alimenti biologici con quello degli alimenti convenzionali.

Così, pere, pesche, mele, kiwi, fragole ma anche pomodori, carote, patate, ecc.. sono passati sotto la lente di ingrandimento di numerosi studiosi alla ricerca delle più significative differenze nella composizione nutrizionale degli alimenti bio e di quelli convenzionali.

Un dato emerge con costanza da queste ricerche: **il contenuto di sostanze antiossidanti è maggiore nei prodotti ottenuti da agricoltura biologica rispetto a quelli coltivati in modo convenzionale.**

Complice di questo fatto, secondo gli studi, sembra essere la minore disponibilità di azoto nella coltivazione biologica ottenuta generalmente grazie a una riduzione della quantità di letame utilizzata come fertilizzante, che stimola una maggiore produzione di composti con attività antiossidante. Certo è anche, nei prodotti biologici, il minor contenuto in residui di pesticidi, mentre più variegata la situazione per quanto riguarda la presenza di altri nutrienti.

Gli studi condotti allo scopo di confrontare le caratteristiche compositive dei prodotti ottenuti da agricoltura biologica e convenzionale hanno, però, un limite non trascurabile: infatti, il confronto viene generalmente realizzato sullo stesso tipo di pianta, coltivata in modo tradizionale e biologica sullo stesso terreno. Una condizione ideale certo per realizzare il confronto, ma molto lontana dalla situazione reale in cui si trova il prodotto che arriva nel piatto del consumatore. Infatti, sulla composizione di una pera, di una mela o che dir si voglia influiscono non solo le modalità di coltivazione (quindi il fatto se si sia fatto ricorso o meno all'uso di fertilizzanti chimici), ma anche le caratteristiche genetiche della pianta, le condizioni pedoclimatiche del luogo di coltivazione, le condizioni di trasporto, conservazione ed eventualmente trasformazione cui l'alimento è sottoposto.

Per questa ragione abbiamo voluto scendere in campo simulando quanto accade ad un comune consumatore che, abitando a Roma o Milano, e recandosi a fare la spesa in un punto vendita della grande distribuzione viene assalito dal dubbio se acquistare frutta e verdura convenzionali o se optare piuttosto per pomodorini e fragole biologiche esposte nello scaffale a fianco; o ancora della mamma apprensiva che non

sa se preferire mele e carote del fruttivendolo sotto casa o spingersi fino al negozio di alimenti biologici dall'altra parte della città, per scegliere frutta e verdura biologici nell'illusione che questi alimenti possano giovare alla salute dei propri figli.

Ed è proprio per questa ragione che abbiamo visitato 10 punti vendita per ogni città, Roma e Milano, acquistando in 4 ipermercati o supermercati mele, fragole, carote e pomodori sia convenzionali che biologici, oltre ad acquistare gli stessi prodotti presso 3 fruttivendoli convenzionali e 3 negozi biologici per ogni città.

Oltre 100 i prodotti portati in laboratorio per verificare la presenza di antiossidanti, sali minerali e residui di pesticidi. Con quali risultati?

Le differenze nutrizionali evidenziate dai nostri test sono davvero poche, e non sempre a favore dei prodotti bio. Gli antiossidanti sono risultati assolutamente comparabili nei prodotti bio e non bio: polifenoli, vitamina C, beta-carotene e licopene erano presenti nelle stesse quantità in mele, fragole, carote e pomodori ottenuti secondo i dettami dell'agricoltura convenzionale e di quella biologica.

Abbiamo riscontrato una maggior quantità di fosforo e potassio nelle fragole convenzionali, mentre i nitrati delle carote bio sono risultati a sorpresa più elevati.

Per quanto riguarda i residui di pesticidi, questi erano presenti in quasi tutti i campioni convenzionali che abbiamo portato in laboratorio e molti di questi prodotti presentavano fino a 3-4 residui. Residui di pesticidi che abbiamo riscontrato anche su un campione di fragole e 7 campioni di pomodori bio. Le quantità riscontrate risultavano in molti casi da 10 a 100 volte inferiori rispetto ai limiti massimi ammessi dalla legge. Due soli campioni di fragole non bio, acquistate a Roma presso due catene della grande distribuzione, non sono risultati a norma a causa della presenza di residui di una sostanza non autorizzata all'uso sulle fragole nel nostro Paese.

Questo nostro lavoro non ha la pretesa di smontare le decine se non centinaia di studi scientifici condotti al fine di confrontare la qualità dei prodotti biologici e convenzionali. Tra l'altro, nella nostra indagine, per ovvie ragioni, non abbiamo verificato l'impatto sulla salute dei cibi acquistati e analizzati.

Il nostro lavoro vuole, però, servire da stimolo affinché il confronto tra bio e non bio non si fermi al campo, ma prenda in considerazione la realtà degli scaffali, dove il prodotto biologico e convenzionale offerto al consumatore può avere caratteristiche qualitative diverse rispetto a quelle vantate dalle pagine patinate di riviste scientifiche internazionali, per il fatto che la provenienza, la varietà, la permanenza sul mercato sono in realtà diverse.

Unico dato certo, che emerge incontrovertibile è la maggior presenza di residui di pesticidi nelle colture convenzionali rispetto alle biologiche, dato già confermato anche da dati epidemiologici ottenuti analizzando le urine dei consumatori.

Quello che chiediamo è quindi un'informazione corretta al consumatore. Informazione che deve dire chiaramente che una vera e propria differenza nutrizionale tra prodotti bio e non bio che si acquistano nei negozi delle nostre città forse non c'è e che i vantati effetti benefici sulla salute sbandierati dai più al momento non sono stati dimostrati da nessuno studio scientifico.

Un'informazione che debba anche chiarire al consumatore che, benché l'agricoltura biologica sia basata su validi principi che consentono di produrre alimenti utilizzando pratiche il più possibile sostenibili, con l'obiettivo di mantenere la biodiversità, di prevenire l'impoverimento del suolo e garantire il benessere animale, scegliere bio non costituisce sempre e comunque una scelta amica dell'ambiente.

Informazione semplice, chiara e trasparente, anche in tema di agricoltura biologica. Questo vogliamo. Tanto più che il bio si paga a caro prezzo e proprio per questo non manca chi specula su un mercato in rapida espansione.

Emanuela Bianchi, centro competenze alimentazione e salute, settembre 2015