I prodotti biologici sono pieni di grassi e additivi, zuccheri e sali. Spesso sono meno salutari di quelli industriali. Ecco le prove

di Daniela Minerva

angiare bio fa bene alla salute? Cosa spinge un consumatore a scegliere marchi che si qualificano come biologici? Tutte le ricerche di mercato rispondono all'unisono: perché è il brand che garantisce la salubrità del prodotto. Vero? Purtroppo no. La stessa Unione europea, nel definire gli standard necessari per fregiarsi del marchio Bio, ha

del prodotto. Vero? Purtroppo no. La stessa Unione europea, nel definire gli standard necessari per fregiarsi del marchio Bio, ha anche scritto che scegliere questo tipo di alimenti fa bene all'ambiente e non necessariamente alla salute. Il biologico è uno stile di vita eco-compatibile, che garantisce rispetto per terre, acque e animali. Ma non leva il medico di torno. Eppure è su questo equivoco che regge il marketing di decine e decine di prodotti alimentari, sia quelli che fanno riferimento al bio solo nel nome, a mo' di promessa. Sia quelli che hanno, in effetti, la certificazione perché si tratta di frutta, verdura, latticini e carni provenienti da una coltivazione o da un allevamento biologico. Ed è sempre sulla base di questo equivoco che si giustifica la costante crescita del settore, come mostrano i grafici di queste pagine che saranno presentati in occasione del prossimo Sana di Bologna previsto dal 13 al 16 settembre.

Proprio per documentare che si tratta solo e soltanto di un equivoco, l'associazione Altroconsumo ha preso in esame sei categorie di alimenti molto diffusi (latte, yogurt, confetture, frollini, cereali per la prima colazione e fette biscottate), e ha valutato sia la qualità degli ingredienti sia la presenza di contaminanti (ormoni, micotossine, pesticidi). Il risultato, che "L'espresso" anticipa in queste pagine, è sorprendente. Perché non solo i prodotti bio non sempre sono migliori dei convenzionali e assomigliano sempre di più a

quelli industriali, ma spesso sono anche molto meno salubri. Di pari tenore sono anche gli studi svolti sulle materie prime e di cui riferiamo a pagina 37: nessuno è in grado di dimostrare che pomodori, mele, zucchine o cereali col marchio bio facciano meglio alla salute degli altri. Ma tutti vediamo che costano ben di più, con una differenza di prezzo che oscilla tra il 30 e il 35 per cento; che oltre il 30 per cento degli italiani li preferisce, e che a sceglierli sono in prevalenza trenta-quarantenni, sono mamme desiderose di dare il meglio ai bambini, sono persone molto preoccupate di garantirsi un'alimentazione più sana possibile (come mo-

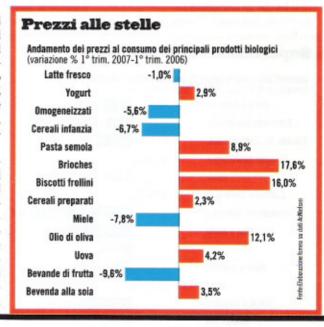
possibile (come mostra un'indagine Censis-Confcommercio). Intendiamoci, né l'inchiesta di Altroconsumo né le ricerche scientifiche sui prodotti primi bocciano

dotti primi bocciano il bio: non fa "peggio" del cibo convenzionale. Dal punto di vista nutrizionale è uguale. Ma fa molto meglio all'ambiente. E chi lo sceglie deve sapere che fa una scelta etica, politica, magari religiosa, ma non salutista.

Innanzitutto, come mostrano i test, perché il marchio bio non mette al riparo dai danni dell'alimento industriale: grassi, additivi, sale e zuccheri a profusione. Nelle confezioni di frollini esaminate, ad esempio, i grassi di palma e di cocco, di pessima qualità, fanno la parte del leone. È vero che nei prodotti bio sono del tutto assenti i fitofarmaci, riscontrati invece in due su tre delle marche convenzionali, ma perché tutti i bio usano farine ricostituite al posto di quella integrale? La legge lo consente, è vero, ma da prodotti che puntano sulla genuinità ci si aspetterebbe vera farina, la stessa che troviamo invece in due marche convenzionali su tre.

«Un prodotto industriale bio non ha molto senso», commenta Marina Seveso, paladina dell'agricoltura biologica e autrice di "Speriamo in bio": «E non ha senso pagarlo di più a meno che non palesi un'atten-

Si crede che facciano bene. L'equivoco svelato dai test di Altroconsumo



fal di pancia a colazione

I test di Altroconsumo ha messo a confronto 38 prodotti per la prima colazione, che comprende molti degli alimenti bio più venduti: latte, yogurt, cereali, marmellate, frollini, fette biscottate. Per prima cosa è stata controllata la lista degli ingredienti, valutando quelli che possono essere indicativi di scarsa qualità del prodotto. Poi, il test ha valutato la sicurezza, verificando se esistono differenze per quanto riguarda la presenza di pesticidi o farmaci e micotossine. Questa e quelle che seguono sono le tavole riassuntive

rollini integrali

rollini integrali							
Marca e denominazione	Prezzi (min - max)	Fibra per porzione (g)* **	Zuccheri per porzione (g)*	Grassi per porzione (g)*		Micotossine	Residui di fitofarmac
Da agricoltura biologica							
ALCE NERO Frollini con farina integrale	2,04 - 2,40	1,4	3,6	3,1			
COOP Bio-Logici Frollini integrali	1,26 - 1,31	1,4	4,1	3,7	0		
GALBUSERA Bio rustico frollini integrali	1,99 - 2,53	1,2	6	3	0	+	+
Da agricoltura convenzionale							
LAZZARONI Pain Croute integrale	2,10 - 2,50	1,4	3,7	3,2	0		
MC VITIE'S The original digestive	1,71 - 2,14	0,7	3,5	4,1	0	+	
ORO SAIWA Cruscoro farina integrale	1,41 - 1,90	0,9	3,1	3,3	0		E

* Porzione = 20 g ** Calcolata sulla base delle informazioni riportate in etichetta

Tutti i biscotti si dicono integrali, ma quattro su sei utilizzano farina ricostituita al posto di quella integrale. Tra i convenzionali, invece, sia Mc Vitie's che Oro Saiwa usano vera farina. Sempre Oro Saiwa è il meno zuccherato, mentre quello più zuccherato è Galbusera Bio. È vero che i bio usano zucchero di canna e sciroppi di glucosio o miele per dolcificare, ma questo non li rende più sani e sono mediamente più dolci degli altri. Per quanto riguarda i grassi, non c'è differenza tra la qualità, pessima, di quelli utilizzati. Eccezione: Alce

Nero, che usa olio di oliva

Carriero Regiono Medio Rediocre Pessimo

zione generale alla salubrità di tutti gli ingredienti». Cosa che, stando all'indagine di Altroconsumo, non accade. Negli vogurt bio, ad esempio, troviamo una lunga lista di ingredienti ben poco naturali: addensanti, coloranti, aromi, gelificanti. E nelle fette biscottate ci sono grassi di cattiva qualità, anche se sono completamente assenti tracce di fitofarmaci presenti invece nelle marche convenzionali, «Si tratta sempre di quantità ben al di sotto dei limiti consentiti dalla legge, e quindi non dannose alla salute», specifica la tecnologa alimentare Emanuela Bianchi: «E la legge stabilisce limiti molto precisi e sicuri».

È vero, la legge definisce tetti ben al di sotto di una qualunque tossicità. Ma, annota Marina Seveso: «Il rapporto che Legambiente redige annualmente mostra che la legge è spesso e ampiamente disattesa. E chi voglia mettersi al sicuro al 100 per cento non ha che da comprare bio».

In effetti il dossier "Pesticidi nel piatto

2007" di Legambiente registra parecchie irregolarità: solo la metà della frutta esaminata è priva di fito-

farmaci e l'1,7 per cento dei campioni è addirittura fuori dai limiti di legge. Percentuale che sale al 3.6 nel caso delle mele. Ancora peggio: nel 20 per cento dei prodotti derivati (olio, vino, marmellate) Legambiente ha trovato uno o più pesticidi. «Spesso le tracce di ciascuna sostanza chimica sono al di sotto dei limiti consentiti, ma si trovano in un solo prodotto diversi chimici. E nessuno sa cosa producano queste sinergie». ammonisce ancora Marina Seveso.

Controlli sul bio a New York. Sotto: il grafico

mostra il trend

In basso: cellule

dei consumi.

del grasso

Una volta che questi prodotti convenzionali entrano nella catena alimentare nessuno sa più cosa mangia. Per il bio, è differente: «I coltivatori che vogliono il marchio devono rispettare degli iter produttivi e bandire pesticidi e fitofarmaci», spiega ancora Emanuela Bianchi: «Sono regole ferree, e chi sceglie bio sa come viene cresciuto il

prodotto che ha in tavola». Sa che non ha pesticidi nel piatto, ma sa anche che rischia di trovarci delle micotossine, che proprio i trattamenti chimici con funghicidi spazzano via dai prodotti convenzionali. E in effetti i test di Altroconsumo le hanno trovate nei cereali: un prodotto bio conteneva livelli di micotossine superiori ai limiti consentiti e quindi dannose per la salute. Ma la sorpresa è che le hanno scoperte anche nei cereali convenzionali.

Insomma, definire se e quanto il bio sia più sicuro e salubre è una matassa difficile da sbrogliare. Nessun dato scientifico a oggi è in grado di confermarlo. Ma neppure di smentirlo. E a una Rosanna Massarenti di Altroconsumo che dice: «Per quanto riguarda la salubrità qualunque prodotto è pari al biologico. E quanto alla qualità dei prodotti trasformati, bio e non bio sottostanno alle identiche logiche industriali». C'è chi come Seveso commenta: «Nessun fondamentalismo, non vale la pena di svenarsi. Ma è certo che se mangi bio comunque non ingerisci sostanze dannose, come pesticidi o fitofarmaci». Di fatto quella del cibo è una partita planetaria. Produzioni di massa che impoveriscono il suolo, trasporti energivori di materie prime che, per reggere ai lunghi trasporti, devono essere chimicizzate. Confezioni di precotti che viaggiano per migliaia di chilometri. Il biologico è, di fatto, un approccio che contrasta questo andazzo. «Non so se questo o quell'alimento bio sia più o meno salutare, ma so che l'approccio nutrizionale bio ci fa bene alla salute», conclude Seveso.

Supermarket Écoconsumo Consumi domestici in valore di prodotti biologici confezionati (variazione % 1° trim. 2007-1° trim. 2006) Latte e derivati 14.8% Ortofrutta trasfomata 13.3% Biscotti, dolciumi e snack 17.5% Bevande analcoliche -5,1% 2.5% Zucchero, caffè e tè -5,3% Prodotti per l'infanzia 50.9% Riso e pasta 25.7% Foats Elaboratione lansa se dati Acffietoen 6.7% Pane e sostituti Miele -18.6% Gelati e surgelati 28.3% Condimenti

Fette biscottate in	tegra	li				€ 0	Ottimo 🕦 Buono
Marca e denominazione	Prezzi (min - ma	Fibra per	Sale per ** porzione (g)*	Grassi per porzione (g)*	Grassi (qualità)	Micotossine	Residui di fitofarmaci
Da agricoltura biologica							
BAULE VOLANTE Fette biscottate senza grassi aggiunti	3,20 - 3,6	60 n.i.	0,4	0.5	n.v.		
ECOR Fette biscottate con farina ntegrale senza zucchero	2,14 - 2,2	29 1,8	0,5	1,8	0	•	•
L FIOR DI LOTO Fette biscottate ntegrali alla crusca e germe di gr	ano 3,1	15 2,7	0,2	1,7	=	•	•
Da agricoltura convenzionale							
UITONI Fette biscottate on farina integrale	0,95 - 1,2	25 2,2	0,3	1,5	•	0	
MISURA Fette biscottate integrali	1.14 - 1.5	52 2,7	0,5	1,7	0		
MULINO BIANCO Fette biscottate con farina integrale	0,95 - 1,2	20 2,3	0,5	1,7	0	D	8
* Porzione = 30 g ** Calcolata sulla base	delle informa	azioni riportate in etiche	tta				

n.i. non indicato; n.v. non valutabile

Tutti i prodotti usano vera farina integrale, ma tutti usano grassi vegetali di scarsa qualità. Nei prodotti convenzionati sono state trovate tracce di insetticida. ma tutte molto al di sotto dei limiti di legge

Medio - Mediocre - Pessimo



Sì, ma purché l'etichetta bio non diventi solo un orpello del marketing. Perché se è vero che i cultori pensano ai piccoli produttori locali, a colture stagionali, a processi di produzione antichi, di fatto ora è scesa in campo l'industria alimentare. Che punta a un mercato stimato in 1.750 milioni di euro l'anno.

Babele di controlli

colloquio con Rosanna Massarenti direttrice di Altroconsumo

Un'agricoltura che rispetta la natura e che non utilizza sostanze chimiche, allevamenti che non sono lager per animali. Insomma, un'alimentazione eco-compatibile che fa bene all'ambiente e rappresenta uno stile di vita. Per questo è una buona notizia apprendere che le aziende agricole biologiche in Italia sono cresciute nel 2006 del 2.36 per cento. Con punte del 63,02 per cento in Calabria, mentre il primato dell'agricoltura biologica va alla Sicilia che annovera oltre 8 mila operatori. Ma sarà vero? O non sarà che il marchio bio è solo il modo per avere i fondi previsti dall'Unione europea? Chi controlla, insomma, che il bio sia veramente tale? Lo abbiamo chiesto a Rosanna Massarenti, direttore di "Altroconsumo".

Ci si può fidare della catena di controlli che garantisce il marchio bio?

«Mica tanto, oggi. Ma dal primo gennaio 2009 entrerà finalmente in vigore la nuova normativa che metterà a posto le cose»,

Perché? E perché oggi non ci si può fidare?

«Oggi a controllare le colture sono 15 organismi privati, autorizzati dal ministero delle Politiche agricole. Ognuno ha un suo marchio: sono tanti e questo disorienta il consumatore. Non solo: questi controllori agiscono per lo più per via burocratica. Esaminano, insomma, un mare di carta, ma di verifiche nei campi ne fanno davvero poche. Poi: la norma prevede che i test nei campi siano fatti almeno una volta l'anno, ma ammette che gli ispettori annuncino in anticipo la loro visita. E da un'indagine che abbiamo fatto un po' di tempo fa risulta, infatti, che nella stragrande maggioranza dei casi le aziende vengano avvisate con buon margine».

Come cambieranno le cose?

«A partire dal gennaio del 2009, i marchi
verranno unificati in un unico marchio europeo.

E le società di certificazione avranno meno
margini di tolleranza perché il loro operato viene
assimilato a quello degli organismi che fanno
i controlli igienico-sanitari. Non solo: i prodotti
confezionati che vogliono il marchio bio
dovranno contenere almeno il 95 per cento
di ingredienti bio made in Europe».

Insomma, oggi chi mette un prodotto biologico nel carrello della spesa non è certo che lo sia? «Già, però lo paga ben di più. L'argomento bio tira e sia i grandi che i piccoli produttori lo cavalcano. Ma il consumatore deve sapere che a una differenza di prezzo non corrisponde sempre una migliore qualità. Il bio resta per molti un ideale di naturalità e salubrità, che non sempre trova riscontro nei fatti».

In quasi tutti i prodotti sono state trovate tracce di micotossine, ma nei bio i livelli riscontrati sono più alti. Nei KI Corn Flakes sono al di sopra del limite massimo proposto dalla normativa europea in corso di attuazione. Un punto a favore dei prodotti bio: sono meno salati e zuccherati, e non sono addizionati

con vitamine e minerali.

La discussione su quanto questi
additivi siano utili, pende sempre
più verso il no, e gli esperti
di Altroconsumo li considerano
più un'operazione del marketing

che una reale necessità

Cereali

The state of the s	District		A11		
Marca e denominazione	Prezzi (min - max)	Zuccheri per porzione (g)*	Sale per porzione (g)*	Micotossine	Residui di fitofarmaci
Da agricoltura biologica					
CEREALVIT Bio CornFlakes senza zucchero aggiunto	1,99 - 2,30	1,5	0,5	В	
KI Corn Flakes	2,10 - 2,15	3	0.6	0	
LA FINESTRA SUL CIELO Corn Flakes al malto di mais	3,25	1,2	0,3	=	
Da agricoltura convenzionale					
AUCHAN Corn Flakes	1,29 - 1,70	3,4	0,6		
KELLOGG'S Corn Flakes Gli Originali	1,99 - 2,34	3,3	0,6	8	0
TRE MULINI (Eurospin) Corn Flakes	0,69	3,1	0,7	8	

* Porzione = 30 g

Le differenze sono minime, ma i bio vincono la sfida per quantità di frutta utilizzata. Nei prodotti senza zucchero aggiunto, sia bio che convenzionali, ci sono altri dolcificanti come miele (Mielizia Conapi), succo di mela concentrato (Rigoni Asiago) o succo d'uva concentrato (Mielizia e Zuegg). La patulina, una micotossina tossica, non è stata trovata in nessun campione



Confetture

Marca e denominazione	Prezzi (min - max)	Frutta per porzione (g)* **	Zucchero per porzione (g)*	Patulina	Residui di fitofarmaci
Da agricoltura biologica					
BIO-VIS Confettura extra di albicocche	2,22 - 2,70	12	9,8		
MIELIZIA Conapi Confettura extra albicocche - senza zucchero aggiunto	2,49 - 2,95	14	9		
RIGONI ASIAGO Fior di frutta Albicocche senza zucchero aggiunto	2,35 - 3,09	12	8,2		
SI NATURALMENTE (Standa) Confettura extra di albicocche	2,69	14	8,8	•	
Da agricoltura convenzionale					
IERO Fruttissima albicocche confettura extra	1,89 - 2,05	12	10		
SANTA ROSA Confettura extra li albicocche	1,45 - 1,78	9	12		
ZUEGG Albicocche Confettura extra	1,98 - 2,23	10	9,3	•	
UEGG Senza zucchero aggiunto	2 - 2,48	12	8,2		

* Porzione = 20 g ** Calcolata sulla base delle informazioni riportate in etichetta

Ottimo Ruono Medio Mediocre Pessimo

Yogurt alla fragol:

Marca e denominazione	Prezzi (min - max)	Fibra per vasetto (g)*	Zuccheri aggiunti per vasetto (g)	Aflatossina M1
Da agricoltura biologica	Challenge (1)			
COOP Bio-logici Yogurt alla fragola	0,84 - 1	5,3	12	
ESSELUNGA Bio Yogurt Fragole	1,09	14	18	
FATTORIE SCALDASOLE Yogurt Intero Fragola	1,72 - 1,96	16	16	
Da agricoltura convenzionale				
MULLER Crema di yogurt Fragola in pezzi	0,57 - 0,70	17	23	
PARMALAT Yogurt Fragola Vellutato	0,89 - 0,98	7,5	17	
YOMO Yogurt e Fragole	2.19 - 2.49	15	14	•

* Calcolata sulla base delle informazioni riportate in etichetta

Latte

Marca e denominazione	Prezzi (min - max)	Aflatossina M1	Residui di fitofarmaci
Da agricoltura biologica			
ESSELUNGA BIO Latte fresco intero	1,29		
GRANAROLO Primanatura Bio Latte intero	1,40 - 1,72	B	•
LATTE MILANO Latte fresco intero	1,38 - 1,45	+	
Da agricoltura convenzionale			
GRANAROLO Alta qualità latte fresco	1,28 - 1,48		
MILBONA (LIDL) Latte fresco Intero	0,65		
PARMALAT PREMIUM BLU Latte microfiltrato pastorizzato intero	1,18 - 1,44	•	

Non c'è alcuna differenza per quanto riguarda residui chimici o di micotossine nei campioni di latte esaminati

I prodotti scelti contengono tutti ingredienti per nulla naturali come addensanti, gelificanti, stabilizzanti, aromi e coloranti. Così come hanno tutti molto zucchero aggiunto. Uniche eccezioni: Esselunga Bio e Yomo convenzionali preparati entrambi in modo più semplice



Polemica verde

Diversi studi provano che i vegetali bio sono migliori. Ma dalla pianta al mercato cambiano

di Daniele Fanelli

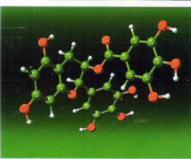
anno più antiossidanti, più nutrienti e meno sostanze tossiche. Dopo anni di dubbi e controversie, le ricerche concordano. A chiudere la diatriba sono alcuni studi recentissimi che, con un rigore mai raggiunto in precedenza, hanno analizzato la composizione di frutta e verdura biologiche, scoprendole diverse dai

prodotti convenzionali. Queste virtù, però, sono emerse solo dopo anni di risultati contraddittori, e grazie ad analisi effettuate in condizioni ipercontrollate. Nel mondo reale, quello in cui faccia-

mo la spesa, le garanzie di qualità sono assai minori. Ecco perché.

Uno studio, in particolare, pubblicato a

giugno, lascia poco spazio ai dubbi. I ricercatori della University of California-Davis, hanno misurato la concentrazione di flavonoidi (sostanze antiossidanti) in pomodori bio e non, raccolti fra il 1994 e il 2004 nell'ambito di uno studio ultradecennale che sta confrontando decine di sistemi di coltivazione diversi. Grazie alla accuratezza dei metodi impiegati, la supre-



A sinistra: struttura molecolare dei fenoli, antiossidanti molto presenti nei vegetali bio. In basso, il grafico indica come crescono le colture bio

mazia del biologico è emersa con chiarezza. Di media, i pomodori bio avevano il 97 per cento in più di canferolo, il 79 per cento in più di quercetina e il 31 in più di naringina. Per la prima volta, poi, si è potuto notare che la qualità del suolo bio migliora nel tempo, e con essa i suoi prodotti. Non solo: vari studi pubblicati lo scorso marzo mostrano che pesche, mele e kiwi biologici hanno consistenza maggiore, e più sostanze nutritive e antiossidanti quali zuccheri, vitamina C, beta carotene e polifenoli. Il che conferma ricerche precedenti, comprese quelle del nostro Istituto nazionale di ricerca per gli alimenti e la nutrizione, che nel 2002 ha rilevato la superiorità nutritiva di pesche, pere, susine e arance biologiche. Non è però ancora chiaro perché. I pomodori studiati a Davis suggeriscono che la qualità del terreno sia un fat-

tore chiave. Ma non sembra essere il so- >

Guarda cosa cresce nel campo Prodotti dell'agricoltura bio (variazione % 2005 - 2006) Cereali, riso incluso -8,73% Legumi secchi 98.18% Piante da radice 4,93% Ortaggi freschi, meloni, fragole Foraggio verde da seminativi 1,98% Altre colture da seminativi Prati permanenti (pascoli e prati-pascoli) Frutta e bacche (esclusi uva, agrumi, olive) 10,03% Agrumi 8,28% Uva Olive -0,68% Altre colture permanenti 33.72%

lo. La polpa dei frutti bio contiene meno acqua, ed è quindi più ricca di nutrienti. Le varietà scelte per la coltivazione, inoltre, sono spesso più pregiate. E si ipotizza che le piante bio siano meno pigre delle altre: non potendo contare su pesticidi e fertilizzanti artificiali, sono costrette a produrre da sole molte più sostanze protettive.

Questo suggeriscono i test in provetta e i confronti fatti tra specie selezionate e isolate dentro un asettico centro scientifico. Invece nel commercio quotidiano da un lato ci sono il trasporto (in che condizioni?), la conservazione, lo sbarco sui mercati e le conseguenti manipolazioni e, dall'altro, c'è l'enorme differenza tra una pianta e l'altra. Così nessuno sa dire con certezza quanto quello che acquistiamo abbia le stesse virtù delle piante da laboratorio. «La concentrazione di vitamine e nutrienti in frutta e verdura dipende da molti fattori difficili da controllare», spiega Franco Weibel del Research Institute of Organic Agricolture di Frick, in Svizzera, punto di riferimento

mondiale per la ricerca nel settore. Può variare, ad esempio, con la zona di provenienza, il periodo di raccolta e i metodi di conservazione. «Persino i frutti colti da una stessa pianta sono diversi, a causa della differente posizione ed esposizione al sole», spiega Weibel: «Se io prendo a caso dei prodotti bio e convenzionali dai banchi del mercato, non posso essere sicuro di trovarvi differenze nutritive rilevanti».

Mangiare bio ci rende dunque più sani? A rigor di logica, una maggiore quantità di antiossidanti dovrebbe far bene. Ma non esistono studi che attestino una salute più robusta in chi mangia biologico. Spiega Weibel: «In ogni caso, il bio non andrebbe considerato alla stregua di una medicina. Le virtù del biologico sono più generali, legate al suo essere un nutrimento più bilanciato e privo di residui chimici nocivi». Che i prodotti bio siano meno inquinati, è fuor di dubbio. Ma non c'è una prova scientifica che tale purezza porti vantaggi significativi per la salute, «La scienza suggerisce che

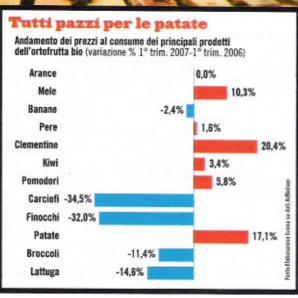
i residui di pesticidi nel cibo convenzionale siano inoffensivi. E non esistono, per ora, prove del contrario. Sta al consumatore decidere se crederci o no», riconosce Weibel, Veri o presunti che siano, i rischi legati ai pesticidi sono aggirati mangiando biologico. Non solo indirettamente, evitando l'inquinamento, ma anche direttamente, evitando l'ingestione di sostanze potenzialmente tossiche. Uno studio del 2005 ha rilevato nelle urine dei bambini americani tracce di pesticidi, che scomparivano quasi del tutto se essi si nutrivano per pochi giorni con alimenti biologici.

Meglio in fattoria

Qualche tormento in meno, un po' di libertà in più e un cibo decisamente migliore. Negli allevamenti biologici, gli animali hanno sicuramente maggiori chance di benessere, almeno in teoria.

I regolamenti europei bandiscono del tutto pratiche crudeli - e tipiche degli allevamenti convenzionali - come il taglio dei denti, del becco e la tarpatura delle ali dei polli. Altre pratiche sono ammesse, ma con qualche limitazione. La castrazione e il taglio delle coma sono consentite solo in suini e vitelli molto piccoli e il taglio della coda solo negli agnelli, per prevenire alcune malattie. Inoltre, la legge impone di garantire a ciascun animale un minimo spazio vitale. diverso per ciascuna specie, e un accesso quotidiano all'aria aperta. E ovviamente bandisce ormoni per la crescita, antibiotici in eccesso, farine animali e altri espedienti che accelerano lo sviluppo. Gli animali devono essere nutriti principalmente con foraggio naturale, coltivato con metodi biologici. Certo, non hanno niente a che vedere con i santuari di libertà sognati dagli animalisti. Ma almeno offrono qualche garanzia di salute in più, almeno sulla carta. Il latte e la carne biologici, provenienti da animali nutriti con foraggio naturale e biologico, sono più puri degli altri, ma anche in questo caso. non ci sono prove che tale purezza porti vantaggi significativi per la salute. «Negli stabilimenti bio gli animali stanno sicuramente meglio e godono di maggiore libertà di movimento», spiega Hans Spoolder, esperto di benessere animale all'Università di Wageningen, Olanda, Questa libertà comporta però dei rischi, come quello di contrarre più parassiti e malattie. Richiede quindi attenzioni particolari. E invece molti allevatori, spiega Spoolder, mancano spesso della sensibilità necessaria, soprattutto se si sono convertiti all'agricoltura biologica per interesse: «A volte non rispettano le leggi. A volte mancano di esperienza e di strutture adeguate. Occorrerebbe educarli a gestire meglio il bestiame». Per quanto riguarda un vero confronto tra animali bio e convenzionali, il Research Institute of Organic Agricolture di Frick, in Svizzera, sta confrontando roditori e conigli nutriti nei due modi, ma ancora non ci sono risultati definitivi. D. Fan.







Nei grafici: come aumentano gli animali allevati bio e, a sinistra, l'andamento dei prezzi dei prodotti agricoli. Nella foto: bio allevamento di api a Varese Ligure