



Alla Redazione di DiMartedì (La7)

Abbiamo ascoltato il Dr. Garattini in un'[intervista televisiva](#) sulla corretta alimentazione trasmessa lo scorso Martedì 13 Aprile (La7, "Di Martedì").

Il Dr. Garattini, durante la trasmissione, sostiene che i cibi biologici sarebbero semplicemente più costosi e "autoreferenziali", cioè i benefici sanitari della dieta biologica, sarebbero sostenuti solo dagli operatori economici del settore bio, ma, al contrario, la ricerca non ne avrebbe dimostrato i vantaggi.

Strano che il Dr. Garattini non tenga in alcun conto i numerosi lavori scientifici che attestano viceversa un migliore profilo nutrizionale degli alimenti biologici nonché, ovviamente, una minor presenza di pesticidi.

Ricordiamo ad es. una recente [meta-analisi](#)(1) su 343 lavori pubblicati che conferma nei cibi biologici maggiori livelli di polifenoli, minori residui di pesticidi ed anche di cadmio, grazie alle diverse pratiche agronomiche con cui sono ottenuti.

E ricordiamo al Dr. Garattini che già ci sono studi epidemiologici che hanno mostrato, ad esempio, una riduzione del rischio di eclampsia e di ipospadia se si era praticata una alimentazione biologica in gravidanza.

Ci chiediamo anche come il Dr. Garattini possa trascurare la crescente ed imponente mole di letteratura scientifica che documenta la pericolosità dell'esposizione cronica a dosi piccole di pesticidi che – secondo l'ultimo Rapporto EFSA – sono ormai presenti in quasi la metà dei cibi che arrivano sulle nostre tavole e in più del 27% dei casi sotto forma di residui multipli.

Come documenta anche l'ultimo Rapporto ISPRA queste sostanze sono ormai ampiamente presenti nelle acque superficiali e profonde ed il loro numero è purtroppo in costante aumento: ne sono state ritrovate 175 e 36 in un solo campione. Si è valutato che in un pasto completo si possono trovare mediamente 8-13 pesticidi, con punte massime di 91: ne risulta quindi un quadro di vasta contaminazione dell'ambiente e della catena alimentare.

Ulteriore fonte di preoccupazione è poi la consapevolezza di come vengono fatte le valutazioni tossicologiche di queste sostanze: si valuta il solo principio attivo e non il formulato commerciale o i metaboliti spesso molto più tossici, i limiti sono stabiliti sull'individuo adulto e non su feto o bambino, non si tiene conto della suscettibilità individuale, la valutazione è fatta sulla documentazione del proponente.

E' ormai ampiamente documentato come l'esposizione cronica a pesticidi possa comportare alterazioni di svariati organi e sistemi dell'organismo umano quali quello nervoso, endocrino, immunitario, riproduttivo, renale, cardiovascolare e respiratorio; con l'esposizione a pesticidi aumenta il rischio per patologie quali cancro, diabete, patologie respiratorie, malattie neurodegenerative, cardiovascolari, disturbi della sfera riproduttiva, disfunzioni metaboliche ed ormonali (specie della tiroide) e che tali rischi inoltre sono ancor più elevati se l'esposizione avviene nelle fasi più precoci della vita, a cominciare dal periodo embrio-fetale.

Ancor più ci stupisce quindi che rassicurazioni sui cibi convenzionali vengano fornite dal Dr. Garattini che, viceversa, non risparmia critiche agli alimenti biologici.

Quanto al fatto che comunque le piante producono “pesticidi” per la propria difesa, come sostiene il Dr. Garattini, non siamo a conoscenza di studi che documentino la presenza di questi agenti “naturali” nella verdura o nella frutta della quale ci alimentiamo.

Certamente in alcuni alimenti esiste un rischio di contaminazione da agenti cancerogeni di origine naturale come l'aflatossina, ma l'uso dei pesticidi non preserva affatto dal rischio di presenza di tali sostanze: è di questi giorni la notizia di un blitz del Corpo Forestale dello Stato che ha sequestrato, tra l'altro, ingenti quantità di pasta, pane e prodotti da forno destinati a bambini, che presentavano livelli di micotossine e di metalli pesanti (piombo e cadmio) molto superiore ai limiti previsti per legge per alimenti dedicati alla fascia di età 0-3 anni (in cui i limiti dei contaminanti devono essere per legge sensibilmente inferiori rispetto agli alimenti per gli adulti per la particolare vulnerabilità).

Vogliamo infine concludere ricordando le parole di [Claire Kremen](#) (2) che, commentando una [metanalisi](#) (3) di 115 lavori che hanno confrontato agricoltura biologica e convenzionale, afferma che “aumentare la percentuale di agricoltura che utilizza metodi biologici e sostenibili non è una scelta, è una necessità. Non possiamo semplicemente continuare a produrre cibo senza prenderci cura del nostro suolo, dell'acqua e della biodiversità”.

Questo concetto è stato del resto ripreso da un ulteriore [recentissimo lavoro](#) (4) che ha visto nell'agricoltura biologica “la chiave per nutrire il mondo in modo sostenibile”.

Il gruppo di lavoro ISDE sui pesticidi

20 Aprile 2016

Sitografia

- 1) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4141693/>
- 2) <http://news.berkeley.edu/2014/12/09/organic-conventional-farming-yield-gap/>
- 3) <http://food.berkeley.edu/wp-content/uploads/2014/09/Ponisios-et-al.-PRSLDiversificationPracticespdf.pdf>
- 4) <https://www.sciencedaily.com/releases/2016/02/160203085855.htm>