



CAMPAGNA NAZIONALE
DI PREVENZIONE DEI RISCHI PER LA
SALUTE DA ESPOSIZIONE ALLA PLASTICA

CONTENITORI E OGGETTI IN PLASTICA A CONTATTO CON GLI ALIMENTI

A cura di: **Stefania Murgia, Mara Tommasi, Stefania Russo, Vito Romanelli**

L'uso della plastica va ridotto, o bandito quando è possibile, utilizzando materiali alternativi, non solo per il danno ambientale ubiquitario già appurato ma anche per limitare o minimizzare il rischio di ingerire le sostanze chimiche che possono migrare dai contenitori e dalle pellicole di plastica al cibo e alle bevande in essi contenuti.

Infatti, i **MOCA** (materiali e oggetti destinati a venire in contatto con gli alimenti) comprendono sia utensili da cucina, piatti e posate sia recipienti, contenitori, materiali da imballaggio, buste, bottiglie, scatole, pellicole e molto altro ancora. Il recente Regolamento (UE) 2023/1442 che disciplina i materiali a contatto con gli alimenti, riguarda anche quelli di plastica destinati a venire a contatto con i prodotti alimentari, compresa l'acqua per il consumo umano (le bottiglie in PET ad esempio).



I RISCHI DERIVANTI DALL'USO DI MOCA DI MATERIALE PLASTICO

La plastica tutta, in generale, interagisce con i cibi con cui entra in contatto e, in base al tipo di matrice, può rilasciare sostanze con potenziali effetti negativi sulla salute.

Un recente studio, condotto dal Consiglio dei consumatori danesi su contenitori per alimenti in plastica (progetto "THINK Chemicals"), ha mostrato che le sostanze chimiche possono migrare dalla plastica dei contenitori in cibi grassi caldi, come per esempio sugo o lasagne. Il rilascio di molecole nel cibo è favorito dalla temperatura, dall'esposizione prolungata, da un'ampia superficie di contatto e dal tipo di procedimento che viene attuato per produrre i MOCA (estrusione a caldo, laminazione etc.). Le sostanze che possono trasferirsi dalle materie plastiche agli alimenti sono di tre tipi diversi: sostanze aggiunte intenzionalmente (additivi, coadiuvanti etc.), residui (microplastiche) e prodotti di neoformazione. Tra i plasticizzanti, ad esempio, ricordiamo gli **ftalati** che vengono aggiunti alla plastica in quantità elevata per aumentarne la flessibilità e la lavorabilità.

Poiché non formano dei legami stabili e irreversibili con la materia plastica cui vengono addizionati, tendono a migrare dal contenitore nell'alimento e se questo è oleoso o contiene grassi la migrazione è più efficiente. Le preoccupazioni per la salute relative all'ingestione di ftalati sono legate alla loro azione di interferenza endocrina e obesogena (stimolano l'accumulo di grasso e favoriscono l'obesità).

Il Bisfenolo A (BPA), un additivo delle plastiche in policarbonato impiegate per la realizzazione delle bottiglie e dei contenitori per alimenti nonché nei rivestimenti interni delle lattine per cibo e bevande, ha attività neurotossica oltre alle più note azioni di interferenza endocrina, tra cui sono state segnalate: alterazioni dello sviluppo del tratto riproduttivo femminile e maschile e dello sviluppo e dell'organizzazione tissutale della ghiandola mammaria, aumentato volume della ghiandola prostatica, accelerata crescita e pubertà precoce, aumentata incidenza di tumori del seno e della prostata, obesità, alterazioni della funzione riproduttiva

e del comportamento sessuale, alterazioni immunologiche, alterazioni dell'apprendimento e della memoria. Già dal 2011, i biberon in policarbonato sono prodotti senza BPA per eliminare il rischio di ingestione da parte dei neonati. Una ricerca sulla valutazione dei rischi ha però mostrato che alcuni prodotti sostitutivi del policarbonato, privi di BPA, possono rilasciare piccole quantità di altre sostanze chimiche dotate di attività estrogenica. Uno studio recente ha evidenziato la possibilità di rilascio di microplastiche nel latte materno conservato in sacchetti di plastica. Va posta attenzione anche alle **pellicole estensibili**, in cui la cessione di sostanze capaci di migrare è particolarmente favorita dal contatto con alimenti liquidi o semiliquidi, o con pH favorevoli. Tra gli IE occorre ricordare anche le sostanze perfluoroalchiliche e polifluoroalchiliche (**PFAS**) presenti negli utensili da cucina antiaderenti.

La plastica melamminica si degrada con i lavaggi e cede melammina e formaldeide in maniera continua, tant'è che i piatti e le stoviglie di resina

melamminica non vanno mai usati nel microonde o con alimenti acidi. In generale è importante evitare di mettere la plastica nel microonde anche se sul contenitore c'è scritto che si può fare. Molte sostanze chimiche utilizzate nella plastica non sono legate in modo covalente e il calore facilita il loro rilascio nel cibo.

Pertanto, si suggerisce di limitare e possibilmente evitare l'uso dei MOCA di plastica al fine di prevenire l'esposizione a sostanze e particelle il cui rischio non è completamente stimato.



COSA FARE

- Scegli di usare contenitori di vetro, ceramica o metallo. Puoi farlo gradualmente per evitare una spesa non affrontabile in maniera immediata.
- Limita l'uso di cibo in contenitori di plastica e nelle lattine.
- Evita di usare i contenitori di plastica a temperature elevate (compreso il microonde) e di lavarli nella lavastoviglie. Non farlo in particolare per i contenitori da asporto e per altri tipi di plastica che non sono destinati al riutilizzo.
- Utilizza contenitori di vetro per la conservazione del latte materno.
- Il biberon va lavato a mano con acqua tiepida e poco sapone; non scaldare mai i biberon di plastica nel microonde.
- Non conservare cibi grassi o oleosi nella plastica: molte sostanze chimiche utilizzate nella plastica sono liposolubili e hanno maggiori probabilità di penetrare nei cibi grassi.
- Non comprare acqua minerale o da tavola in bottiglie d'acqua di plastica ma preferisci il vetro, possibilmente preferisci l'acqua di rubinetto.
- Non usare pellicola di plastica per ricoprire scodelle e vassoi, esistono ottime alternative come il tessuto di cotone riutilizzabile o il classico piatto rovesciato.
- Evita di usare contenitori in plastica graffiata e scolorita, stai attento ad eventuali date di scadenza (come nel caso delle bottiglie per preparare acqua frizzante).
- Non riusare le bottiglie dell'acqua minerale perché monouso a causa del rischio di cessione continuata.

IN COLLABORAZIONE CON



CON IL PATROCINIO DI



PER APPROFONDIMENTI E ALTRI MATERIALI VISITA IL SITO: WWW.ISDE.IT/PROGETTO-PLASTICA/

PER CONOSCERE IL GRUPPO DI LAVORO: https://www.isde.it/wp-content/uploads/2023/09/Gruppo-di-lavoro-e-collaboratori_DEF-1.pdf