

PERICOLI
in tavolaLO STUDIO
Larc, autorità mondiale
riconosciuta
anche nei singoli Paesi

Oms: salumi cancerogeni Gli esperti: no allarmismi

*Nel mirino anche la carne rossa: a certe dosi aumenta il rischio di tumore
L'istituto per la sicurezza alimentare: «Inutile terrorismo psicologico»*

Eminente Peroglio

PIRELLA

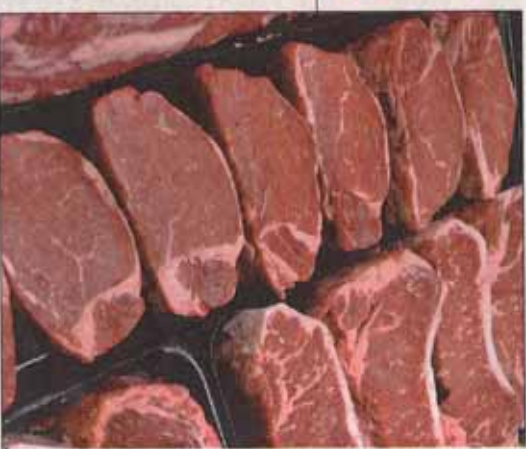
Salitice, salami, prosciutti, wurstel, hot dog e tutti i tipi di carni lavorate, inscatolati, essiccati, tritati e affumicati che potete immaginare, sono cancerogeni. O meglio, a certe dosi, non si sa con esattezza quali, possono aumentare il rischio di cancro al colon. La carne rossa, quella cioè di vitello, manzo, cavallo, agnello, pecora, maiale e montone, invece è solo probabilmente cancerogena. Sono queste le principali conclusioni di uno studio condotto dallo Iarc (International Agency for Research on Cancer) di Lione, la struttura che per conto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità si occupa di definire cosa è cancerogeno e cosa non lo è. Gli scienziati dello Iarc hanno decretato che la carne lavorata è cancerogena tanto quanto lo sono anche altre sostanze ben più tristemente note come il tabacco, il benzene, l'asfald, e persino il temibile asbesto (l'ammantato dei mesolelomi).

L'annuncio non è una sorpresa assoluta. Si tratta naturalmente solo di una analogia qualitativa e non quantitativa. Sufficiente però a suscitare preoccupazione nei consumatori. Da tempo infatti si sapeva che alcuni studi mettevano in correlazione diret-

ta il consumo di carne, in particolare di carne rossa, con il cancro al colon-retto. Tuttavia quando ieri si è potuto leggere nel dettaglio lo studio pubblicato dall'Oms non sono mancate le sorprese. La più rilevante, e che

colpisce più direttamente noi italiani così tradizionalmente legati ai salumi e agli insaccati, è stata la condanna proprio per questo tipo di alimenti. Molti sono però i dubbi e le perplessità sollevate dagli esperti in meri-

to allo studio. Intanto perché la ricerca ha i contorni un po' troppo fumosi e mette nel candelone un po' tutto, senza fare distinzione tra i prodotti, il tipo di lavorazione che subiscono e altre considerazioni di contesto,



Le carni pericolose

Alimenti cancerogeni secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità



IL COMMENTO Varietà e moderazione il segreto dell'alimentazione quotidiana La rivincita della dieta mediterranea

tifica internazionale per stabilire che carni rosse siano collegate con il tumore del colon e dello stomaco. Occorre tuttavia una precisazione: il consumo eccessivo di carni rosse lavorate è stato catalogato fra i cancerogeni certi, mentre l'utilizzo di carni rosse non lavorate è stato inserito nella lista dei probabili cancerogeni per l'uomo. Quindi l'attenzione deve essere rivolta alle carni lavorate che comprendono quelle "salate, essiccate, fermentate, affumicate trattate con conservanti per migliorarne il sapore o la conservazione". Ancora si può aggiungere che appartengono allo stesso grup-

po anche le carni grigliate, barbecue e le fritture perché in questi trattamenti si formano sostanze cancerogene come gli idrocarburi ciclici, l'acrilamide, le nitrosamine. Si potrebbe concludere dicendo: niente di nuovo! Lo sappiamo da molto tempo che non si deve esagerare con il consumo di questi cibi. Non per nulla si consiglia la dieta mediterranea come tipo di alimentazione che previene i tumori, perché accetta le carni rosse, non più di 1 o 2 volte alla settimana, ma privilegia una varietà di nutrienti e soprattutto raccomanda un importante utilizzo di verdura e frutta.

Quindi nessun allarmismo perché non va dimenticato quanto viene specificato nella pubblicazione (The Lancet Oncology) e quanto sottolineato dallo stesso direttore dell'IARC e cioè che le carni rosse sono anche portatrici di un alto valore nutrizionale e sono importanti per l'apporto di vitamina B, ferro e zinco. Varietà e moderazione devono essere le caratteristiche dell'alimentazione di tutti i giorni. L'errore, anche se non esiste una soglia come per altre sostanze, è quello di mangiare carni rosse tutti i giorni come purtroppo fanno ancora molte persone nel mondo. Va anche detto che

come per esempio il tipo di regime alimentare in cui sono consumati. Da quello che emerge è poi anche difficile stabilire quale sia la soglia di rischio e la dose minima. Gli stessi scienziati dell'Oms hanno spiegato che per avere un rischio di cancro al colon superiore del 18 per cento della media, occorre mangiare almeno 50 grammi di carne ogni giorno. A cercare di smorzare subito le polemiche e gli allarmi è stata il ministro della Salute, Beatrice Lorenzin. "La nostra dieta - ha ricordato Lorenzin - ha un apporto equilibrato di nutrienti freschi e di tutte le componenti nutrizionali, in parte della nostra cultura. Quanto alle carni lavorate, parliamo di uno studio preliminare. In ogni caso abbiamo già attivato il comitato nazionale per la sicurezza alimentare, diretto dal professor Giorgio Calabrese, per un parere". In serata lo stesso Calabrese, in una intervista rilasciata all'agenzia Agf, ha accusato lo Iarc di fare "inutile terrorismo psicologico". Lo studio, ha detto "rischia anziché di fare prevenzione di scendere nel terrorismo psicologico", perché "riguarda più gli Stati Uniti e i paesi anglosassoni che l'Italia. Noi abbiamo la metà dei casi di cancro al colon-retto rispetto a questi paesi".

© riproduzione riservata

(segue dalla prima pagina)

(...) l'impiego di eccessive quantità di cibo ricco in colesterolo può indurre arteriosclerosi. Anche i tumori sono in rapporto con il tipo di nutrizione. Si tratta di fattori di rischio che aumentano la probabilità che possa svilupparsi un tumore in un determinato organo. Oggi abbiamo nuove informazioni su cui riflettere: l'agenzia internazionale per la ricerca sul cancro (IARC) che fa parte dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ha inserito le carni rosse e lavorate fra le sostanze che possono indurre cancro nell'uomo. Un gruppo di 22 esperti provenienti da 10 Paesi ha ritenuto che vi fossero sufficienti evidenze nella letteratura scien-



per quanto riguarda gli "insaccati". I dati si riferiscono a periodi passati quando si utilizzavano molti più conservanti tossici rispetto ai tempi più recenti che hanno recepito molti miglioramenti tecnologici nella conservazione delle derrate alimentari. Inoltre oggi i controlli sono molto più efficaci rispetto al passato. Questi risultati ottenuti da studi epidemiologici riguardanti diverse popolazioni con-



ALLARME

La carne rossa e gli insaccati salgono sul banco degli imputati per l'Organizzazione mondiale della Sanità possono rappresentare un rischio

«Vera follia, noi siamo garantiti dal marchio di qualità verificata»

Manberin (Unicarve): «Autorizzati gli ingredienti per la lavorazione ma ci sono importanti interessi che cercano di favorire altri alimenti»

Alberto Terraso
MESEME

Lo sconcerto è palpabile, così come è puntuale la linea difensiva: da una parte, «Sia ben chiaro che non è in discussione la carne rossa», dall'altra, «se stiamo parlando dei proparati utilizzati nella lavorazione della carne, dobbiamo dire anche che qualcuno ha autorizzato l'uso di ingredienti, come condimenti e conservanti».

Giuliano Marchesin, direttore

IL COMPARTO

LA FILIERA
Un migliaio di aziende, 10mila occupati nell'indotto.

re dell'associazione produttori Unicarve, teme il contraccolpo che potrebbe scatenarsi sui consumi dopo l'allarme lanciato dall'Organizzazione mondiale della sanità. La reazione dei consumatori andrebbe ad abbattersi su una realtà produttiva che in Veneto conta un migliaio di aziende professionali, cioè allevatori, che lavorano su 450mila bovini. Il valore di mercato di questa platea si ottiene moltiplicando per 1700 euro ogni capo: ne derivano cifre importanti.

«Quanto all'occupazione la filiera garantisce lavoro nei macellifici, ai macellatori, ai sezionatori, confezionatori, trasportatori, macellai...», insiste Marchesin - diciamo che possiamo contare circa 10mila addetti nell'indotto».

Ma come si difende la carne del Veneto? «Fortunatamente», dice il direttore, «abbiamo, ormai da tempo, il marchio O.V. la Qualità Verificata della Regione. Anche per le carni si è adottato un disciplinare di produzione che oltre tutte le garanzie e le possibili certezze al consumatore».

Inevitabile, però, è il rimando, se non al completo, agli interessi che potrebbero provare cittadinanza all'ombra delle considerazioni svolte dall'Oms. Marchesin non ci gira troppo attorno: un allarme del genere che tende a ridurre il consumo di carne, evidentemente favorisce altri alimenti: «I vegetali fanno certamente salti di gioia di fronte a queste notizie», sorride - ma ci sono certamente interessi industriali molto importanti. Resta un elemento che è indigeribile, nel vero senso della parola, per gli addetti ai lavori: la confusione che si è verificata accostando alcol, sigarette e amianto alla carne.

«Una follia. Ripeto - insiste il responsabile di Unicarve - la carne rossa non c'entra e al consumatore si può ben dire che può scegliere un hamburger di pura carne o uno con condimenti. E che questi ultimi sono stati autorizzati».

Serve informazione, insomma, e una corretta divulgazione delle notizie.

Tra l'altro, resta il problema della quantità massima - per ora non chiarita - di carne che si può consumare senza rischiare conseguenze negative. «Ma via!», conclude Marchesin. «Se per tre mesi mangerò solo carote, mi ritroverò addosso un ipercalcemico: non di certe vitamine. Probabilmente non sopravvivo».

Il nutrizionista: si, due volte a settimana

ROMA - Carne rossa sì o no? «Rimandiamo finlani con la dieta mediterranea. L'albarone dell'Oms è legato alle abitudini dei Paesi anglosassoni, caratterizzati da un'incidenza elevata di tumori colorettali anche per via delle abitudini alimentari: in questi Paesi si segue infatti una dieta ricchissima di grassi saturi animali cotti ad alta temperatura, tutti i giorni e fin dal mattino».

La spiega il nutrizionista Giorgio Calabrese, che suggerisce «di continuare a seguire la dieta mediterranea, portando in tavola la carne rossa due volte a settimana».

«Inoltre», continua, «dobbiamo tenere presente la questione della cottura delle carni: la passione per il barbecue fatto quasi tutti i giorni è errata, dobbiamo stare molto attenti».



PROFESSIONE
Silvio Garattini
«Lasciamo le carni e abitudini alimentari tipiche delle regioni nordiche».

fermano sostanzialmente quanto veniva già raccomandato per scopi preventivi. Noi italiani dobbiamo interpretare il documento dello IARC come un invito a ritornare alla dieta mediterranea anziché seguire cattive abitudini tipiche delle regioni nordiche.

Silvio Garattini
direttore IRCCS-Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri

LUXURY ZONE

Il primo e unico Outlet del Gioiello

Da Luxury Zone troverai tutte le più prestigiose marche di gioielleria e orologi a prezzi sempre ridotti

dal **-30%** al **-70%**

LUXURY ZONE
JEWELLERY & WATCHES

CI trovi a **Noventa di Piave Designer Outlet**,
Via Marco Polo 1, Noventa di Piave (VE) Tel. +39 0421 309040