

di NICOLA SORRENTINO



■ Oggi la plastica rappresenta uno degli imballaggi più utilizzati per il commercio di prodotti alimentari. Nonostante esistano moltissime normative in merito siamo davvero sicuri che siano tutti materiali privi di rischi per la nostra salute?

Sono anni che varie ricerche si propongono di valutare la possibile tossicità delle plastiche alimentari. Nonostante questo, non è stato ancora definito quale sia il loro reale effetto sull'organismo. Come ri-

Il digiuno dalla plastica fa bene a noi e al pianeta

conosciuto dall'Autorità europea per la sicurezza alimentare (Efsa) sono necessarie ulteriori valutazioni, ma ciò che è certo è che la plastica non può essere considerata totalmente sicura. In particolar modo recenti studi stanno valutando il livello di tossicità di una sostanza chimica utilizzata nella produzione delle plastiche. Si tratta del bisfenolo A e ha la capacità di passare dal contenitore direttamente nell'alimento o nella bevanda in esso contenuta. L'Efsa ha recente-

mente stimato l'esposizione al Bpa da fonti alimentari, valutando i rischi per la salute umana a essa collegati. La valutazione del rischio che ne è scaturita è stata pubblicata a gennaio 2015 nel documento «*Scientific opinion on the risks to public health related to the presence of bisphenol A (Bpa) in foodstuffs*».

Il bisfenolo A è considerato un'interferente endocrino pericoloso. Potrebbe interferire sullo sviluppo sessuale maschile, oltre a favorire aritmie

cardiache, alterazioni del sistema nervoso, danni renali e tumori. L'Efsa ha concluso che il Bpa non pone alcun rischio per la salute dei consumatori, in quanto l'esposizione corrente alla sostanza chimica è troppo bassa per rappresentare un rischio effettivo. È stato valutato che il livello di Bpa al quale i consumatori sono esposti è ben al di sotto della dose giornaliera tollerabile.

A prescindere dai livelli di tollerabilità, è importante limitare il consumo di prodotti

confezionati con materiali contenenti il bisfenolo A. A tal riguardo è consigliabile evitare un consumo eccessivo di alimenti in lattine; evitare di riutilizzare più volte contenitori in plastica o bottiglie vecchie; evitare di sottoporre i contenitori in plastica a temperature elevate. Inoltre, ridurre l'utilizzo di imballaggi e prodotti monouso in plastica avrebbe vantaggi anche per quella del pianeta. È proprio questa la strada che sta cercando di percorrere l'Ue con

l'introduzione di nuove normative per regolarne l'utilizzo. Dopo aver già messo al bando i sacchetti di plastica, il prossimo passo prevederà l'eliminazione di tutti i prodotti monouso in plastica come piatti, bicchieri e cannuccie che saranno sostituiti da prodotti in materiali sostenibili.

Nella più rosea delle ipotesi l'Ue punta a mettere in atto le nuove normative già a partire dal 2019. Fino ad allora possiamo essere noi i primi a cercare di ridurre l'utilizzo di plastica usa e getta. Faremmo sicuramente un favore a noi stessi e al nostro pianeta.