

2 novembre 2017 15:08

Mangiare bio. Fa bene?

di [Redazione](#)



Nel momento in cui il dibattito è incentrato sul pesticida glifosato, uno studio europeo pubblicato nei giorni scorsi nella rivista scientifica "Environmental Health" fa il punto sugli effetti del bio sulla salute a confronto con le colture cosiddette convenzionali. Redatto grazie al Parlamento europeo, si basa essenzialmente sull'analisi di 300 documenti. **Conclusioni: il bio potrebbe essere un bastione contro alcune patologie, ma "si rimane al livello di ipotesi"**, dice Emmanuëlle Kesse-Guyot, una degli autori dello studio, epidemiologa e direttrice delle ricerche all'Institut national de la recherche agronomique (Inra). Perché? "Perché ci vogliono più studi sulle persone per arrivare ad un livello dimostrato di prova". Fino ad oggi pochi lavori sono stati condotti in materia. Perché sono lunghi e costosi. Tra i più recenti, il programma di ricerca europea QLIF (Quality Low Input Food) "sui sistemi di produzione e filiere a basso impatto, tra cui l'agricoltura biologica, condotto dal 2004 al 2009" e la "meta-analisi fatta dall'Università di Newcastle pubblicata a luglio del 2014", così come lo fa sapere l'Agenzia bio, una piattaforma nazionale francese di informazione ed iniziative per lo sviluppo dell'agricoltura biologica. In linea generale, tutti sottolineano i vantaggi del bio. Anche uno studio inglese pubblicato dall'American Journal of clinical nutrition nel 2009, che era stato occasione di polemica perché aveva escluso alcuni dati chiave, "cioè che dà un'immagine molto incompleta della realtà della conoscenza scientifica in materia", precisava all'epoca l'associazione Générations Futures.

Probabile bastione contro le malattie

Cosa dice in sostanza l'ultimo studio? ... l'uso di prodotti di fitosintesi (erbicidi, insetticidi...) e di sintesi, è molto limitato. Le eccezioni? In sostanza, degli antiparassitari per gli animali aspettando di trovare una efficace alternativa. Una media esposizione ai pesticidi ridurrebbe il rischio di malattie allergiche ma anche di sovrappeso. I prodotti caseari biologici, e può darsi anche la carne, contengono più acidi grassi omega-3 che non i prodotti convenzionali. Negli alimenti bio, si nota anche una maggiore presenza di vitamina C e di composti polifenolici, molecole essenziali nella lotta contro alcune malattie croniche. Degli studi epidemiologici hanno ugualmente fatto conoscere gli effetti nefasti di alcuni pesticidi sullo sviluppo cognitivo dei bambini rispetto agli attuali livelli di esposizione. Le donne che consumano regolarmente dei prodotti bio sarebbero ugualmente meno suscettibili di sviluppare un linfoma non Hodgkin, un cancro legato al sistema linfatico. Esiste dunque una fascia di ipotesi convergenti ma "bisogna continuare gli studi, perché non si conosce ancora la vera ripercussione sull'essere umano", dice la ricercatrice, anche se la maggior parte dei consumatori bio hanno un particolare profilo

Rare contaminazioni da parte del bio

Quali sono le specifiche contaminazioni che potrebbero subire le coltivazioni bio? "Durante i trasporti in camion, poco disinfettati", o a causa "del vento che deposita su delle aziende di agricoltura biologica dei pesticidi che provengono da altri campi vicini", secondo Etienne Gangneron, della commissione bio della Fédération nationale des syndicats d'exploitants agricoles (FNSEA). Tuttavia, per evitare questo, diverse precauzioni possono essere adottate nei lotti bio e non bio. Anche se oggi questo regime è ancora debolmente diffuso, i numeri non cessano di crescere di anno in anno nel mondo. "Tra il 2015 e il 2016, si è passati dal 10 al 15% dei francesi che dicono di consumare bio tutti i giorni", ricorda Florent Guhl, direttore dell'Agenzia bio. In tutta la Francia questo mercato è cresciuto del 10% tra il 2013 e il 2015., per attestarsi sui 5,76 miliardi di euro nel 2016. Tassi che dovrebbero ancora crescere dopo la vicenda del glifosato. ... "È un lavoro di lunga gettata quello per il passaggio dal

convenzionale al bio. La domanda di bio ha bisogno di piu' tecnologia". Come? La lotta contro le cattive erbe che riducono i rendimenti. "Le alternative ai pesticidi esistono ma al momento sono pochi efficaci. Bisogna che la ricerca accompagni sul serio gli agricoltori".

(articolo di Aurore Couland, pubblicato sul quotidiano Libération del 02/11/2017)