IL PUNTO COLDIRETTI
GIORNALE DI INFORMAZIONE PER LE IMPRESE DEL SISTEMA AGROALIMENTARE
[www.ilpuntocoldiretti.it]

Usa, cibi cotti industriali nel mirino della Fda

Dopo i grassi trans, la Food and Drug Administration – l'ente governativo che si occupa della regolamentazione dei prodotti alimentari e farmaceutici negli Stati Uniti – dichiara guerra all'acrilamide. Si tratta di una sostanza molto tossica che si forma durante il processo di cottura a temperature elevate degli alimenti ricchi di carboidrati. Il problema riguarda soprattutto i prodotti di origine industriale come patatine, fritte, prodotti precotti somministrati dei fast food. In ambito medico il consumo di questa sostanza genera seria preoccupazione per le possibili conseguenze sulla salute.

Nei giorni scorsi la Fda, attraverso una nota sul proprio sito web, ha esortato gli enti di sanità pubblica ad adottare misure adeguate per diminuire il consumo di questa sostanza tra la popolazione. Secondo gli ultimi dati Usa, nel 40% delle calorie consumate dagli americani è presente l'acrilamide. La nota pubblicata dalla Fda fornisce inoltre una serie di suggerimenti volti a diminuire il consumo della sostanza. L'eliminazione di alcuni cibi rappresenta senz'altro il metodo più sicuro, ma anche evitare le cotture a lungo preferendo la bollitura o la cottura al vapore, evitare di conservare le patate nel frigorifero, evitare di mangiare le parti più annerite delle fette di pane, ma soprattutto seguire una dieta ricca di cibi freschi evitando il più possibile i prodotti altamente trasformati.

La situazione in Europa

Nell'ottobre dello scorso anno l'Agenzia europea per la sicurezza alimetare (Efsa) ha pubblicato i risultati del monitoraggio sulla presenza di acrilamide negli alimenti per il periodo 2007-2010. L'Authority ha concluso che non esisteva una tendenza omogenea nei vari gruppi alimentari verso tenori più bassi di acrilamide e che era stata rilevata una riduzione di tali tenori solo in poche categorie alimentari mentre in altre si era osservato un aumento dei tenori (patatine fritte, biscotti, crackers, caffè tostato e solubile). Inoltre, in diversi alimenti i valori riscontrati eccedevano la soglia critica (dal 3% al 20% dei campioni) stabilita dalla Commissione Europea nel 2011.

Ora, sulla base dei risultati delle nuove analisi ottenuti nel periodo 2013-2014, dei risultati del monitoraggio ottenuti in applicazione della raccomandazione 2010/307/UE e dei risultati della valutazione dei rischi aggiornata dell'Efsa sulla presenza di acrilamide negli alimenti, la Commissione europea deciderà in merito alla necessità di adottare nuove misure appropriate.

Come proteggere la nostra salute

Il modo migliore per proteggere la nostra salute è quello di adottare un regime alimentare il più equilibrato possibile, particolarmente ricco di frutta e verdura. Per tutti coloro che invece non possono rinunciare alla croccante “panatura dorata” si consiglia di accompagnare gli alimenti fritti con verdure fresche in abbondanza: in questo modo diminuiscono i rischi associati all’acrilamidee alle sostanze tossiche che si sviluppano durante la cottura.