FEASR · Regione del Veneto · PSR Veneto 2014-2020

FONDO EUROPEO AGRICOLO PER LO SVILUPPO RURALE: L'EUROPA INVESTE NELLE ZONE RURALI

Prodotti Bio
perchè dovrei acquistarli?

Non sempre la selezione dei prodotti da mettere nel carrello della spesa può essere fatta con un confronto frettoloso delle referenze o guardando il cartellino con il prezzo.

La scelta, invece, va fatta considerando la salute, la salvaguardia dell'ambiente e le ricadute per l'economia

Perché dovrei scegliere i cibi "biologici"? È la domanda che potrebbe sorgere spontanea a chi fa la spesa, trovandosi davanti al bancone di vendita e dovendo scegliere tra prodotti da agricoltura convenzionale o biologica. Ecco, porsi questa domanda in quel frangente, è sicuramente sbagliato, significherebbe essere in ritardo semplicemente perché la risposta corretta non può venire da un superficiale confronto delle referenze, in questo senso l'unica differenza riscontrabile potrebbe essere solo quella del prezzo, ma le differenze ci sono e giustificano anche quei numeri che stanno sul cartellino con l'importo al chilo. Per trovare risposte, invece, serve un approccio più approfondito e culturale che non parta dal frutto, ma dal seme e prima ancora dalla terra e dalle tecniche di lavorazione in modo da poter seguire a ritroso l'intero ciclo di produzione e intendere, anche, quali sono gli effetti provenienti da quel consumo. È tutta lì la differenza. Non sta negli occhi, ma nella ragione perché, in questo senso, diventa facilmente comprensibile che un'alimentazione senza pesticidi produce una salute migliore anche per chi la produce.

Vantaggi per chi consuma e produce, evidenze scientifiche

È deduttivo, ma lo dicono anche le pubblicazioni scientifiche in merito alle patologie più frequentemente diffuse come: il diabete, il tumore al seno, il tumore alla prostata, la celiachia, le intolleranze al glutine e, in generale, la salute dei bambini. Un recente articolo, del 2020, pubblicato sull' *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, di autori francesi, ad esempio, ha studiato una popolazione di 37.000 persone dividendola in vari gruppi. Ha riscontrato che una percentuale del 5% della quota di cibo biologico diminuisce del 3% il rischio di ***diabete di tipo II***, mentre un aumento maggiore del 70% diminuisce il rischio diabete del 35%. Se poi i cereali consumati sono integrali il rischio si riduce ancora molto di più.

Un consumo di prodotti biologici maggiore del 70% nell'alimentazione di tutti i giorni diminuisce il rischio diabete del 35%

Un altro articolo del 2018 pubblicato sul *Journal of American Medical Association* ha evidenziato uno studio, durato 7 anni, sulla frequenza del ***cancro al seno e linfomi*** su una popolazione di 68.000 persone, di cui il 78% donne. I risultati evidenziano che chi consuma regolarmente ed esclusivamente prodotti biologici ha ridotto del 25% il rischio di ammalarsi di cancro al seno. Una medesima correlazione è emersa per i ***linfomi Non-Hodking***. Questi effetti si possono spiegare con un danno diretto sul DNA prodotto dai pesticidi anche con esposizioni di bassissime dosi ma prolungate nel tempo. Questo tipo di danno può iniziare nella pancia della mamma, nel periodo fetale specialmente nei primi tre mesi di gravidanza. L'aumento del ***tumore della prostata*** è stato documentato per la prima volta con l'inizio dell'impiego dei pesticidi nell'isola della Martinica, dove era pressoché assente fino all'introduzione della monocultura ed ha avuto una esplosione improvvisa dopo il loro utilizzo in agricoltura. Un altro capitolo ci accompagna nel meraviglioso mondo del ***microbioma*** intestinale, dove fattori come la permeabilità della mucosa e il giusto equilibrio della flora batterica determinano in gran parte lo stato di salute dell'intero organismo. Se introduciamo in questa delicata simbiosi un elemento dirompente come il ***glifosate,*** il pesticida più diffuso a livello mondiale, provochiamo una serie di reazioni a catena che può essere disastrosa. Solo se usiamo cibi coltivati con metodo biologico possiamo essere sicuri di non assorbirne, perché la maggior parte dei cereali non biologici è coltivata ricorrendo al suo apporto. Anche la carne di animali nutriti con mangimi che contengono soia o mais ogm è una via di assorbimento importante che lo introduce nei nostri tessuti. I suoi meccanismi di azione sono più di uno, il primo è l'azione antibiotica, che riduce i bifidobatteri ed i lattobacilli causando **le intolleranze al glutine, fra le quali la celiachia**, che sappiamo essere vertiginosamente aumentate negli ultimi anni. Inoltre seleziona nell'intestino la proliferazione di altri microorganismi (*clostridi, desulfovibrio*) che alterano la funzione digestiva, diminuiscono la sintesi delle vitamine B, inibiscono l'assorbimento del ferro e del cobalto, causando aumento delle **anemie**, delle **malattie neurodegenerative e malattie autoimmuni**. Tutte questi meccanismi sono ancora più potenti e dirompenti nei piccoli organismi, nei feti, nei neonati. Un ultimo problema, dovuto in buona parte anche ai pesticidi, è la salute mentale dei bambini. L'allarme è stato lanciato nel 2006 dal grande epidemiologo J.P. Grandjean. Il grande rischio è l'**autismo**, che 30 anni fa annoverava casi sporadici, mentre ora è preso in considerazione in grande misura. Si pensi che un bambino su sessanta è affetto da disturbi dello spettro autistico. Perchè? Molti fattori sono coinvolti, tutte le fonti di inquinamento ambientale ne possono essere causa, ma il meccanismo d'azione degli esteri fosforici (una grande famiglia di pesticidi) che produce danni neurologici anche a quantità infinitesime, è tra i principali indiziati.

Bio e l'ambiente ringrazia

Non saremo l'ultima popolazione ad aver bisogno di cibo, di acqua e di aria. Le generazioni che verranno avranno a loro volta bisogno di terreno fertile, di acqua pura, di aria sana, di stagioni, di alternanza di caldo e di freddo, di coltivare grano, frutta e verdure, i bambini avranno sempre bisogno di terra, di erba, di sole, di mari puliti. Solo l'agricoltura biologica guarda serena al futuro, si pone come salvaguardia dell'ambiente. Se fosse molto più diffusa sarebbe anche un freno ai cambiamenti climatici. Solo il metodo biologico di coltivare la terra in forma rispettosa degli equilibri e favorevole alla natura può garantire un futuro alla sopravvivenza del pianeta. Perché l'agricoltura biologica ***supera le monoculture***, sviluppa la ***biodiversità***, studia e sperimenta ***forme moderne di coltivazione***, di ***rotazioni***, di ***semine***, nel rispetto delle dinamiche naturali. La diminuzione della biodiversità è una grave minaccia alla produzione di cibo su scala mondiale. Le scelte del metodo convenzionale e del metodo biologico sono diametralmente opposte, una vuole imporre un certo tipo di seme in tutte le regioni della terra a qualsiasi costo in termini di pesticidi, irrigazione, quantità di energia impiegata, l'altra sviluppa le specie locali, sceglie e asseconda il seme al tipo di terreno, ai cambiamenti del clima, alla energia umana disponibile per la coltivazione.

La differenza che sta anche nel prezzo da pagare

È evidente che l'agricoltura convenzionale, da un punto di vista economico e di accumulazione del profitto, va nella direzione di favorire il dominio delle multinazionali. Anche se non è evidente a livello locale la monocultura in se stessa produce monopolismo, e l'agricoltura convenzionale prima o poi converge le proprietà dei terreni e delle risorse idriche e minerarie in un numero sempre minore di persone. **Il *land grabbing*** (accaparramento dei terreni) esiste anche da noi, come negli altri continenti. Con l'attuale sviluppo dell'agricoltura il piccolo proprietario, il piccolo contadino è destinato a diventare un salariato, è sfruttato, e i conflitti sociali e la povertà sono destinati ad aumentare. Ancora, solo l'agricoltura biologica, proprio perché le dimensione delle sue aziende non possono essere enormi, può garantire una migliore distribuzione del reddito, un più equo rapporto fra le parti sociali.

Ecco speriamo di aver dato qualche informazioni in più, utile a ridurre i dubbi quando si fa la spesa….

di Giovanni Beghini

Solo se usiamo cibi coltivati ***con metodo biologico possiamo essere sicuri*** *di non assorbire pesticidi*

Veneto The Land of Venice
www.veneto.eu

Iniziativa pubblicitaria finanziata dal Programma di sviluppo rurale 2014-2020. Organismo responsabile della informazione: El Tamiso Società Coopetariva Agricola. Autorità di gestione. Regione del Veneto - Direzione AdG FEASR e Foreste.

BENEFICIARIO E CAPOFILA DEL PROGETTO AGGREGATO

El Tamiso

PARTECIPANO AL PROGETTO AGGREGATO ANCHE I SEGUENTI CONSORZI

AVEPROBI

padgie