

Carne: allarme nitriti e nitrati

Nitriti e nitrati sono potenzialmente cancerogeni. Almeno così l' IARC (Agenzia internazionale per la ricerca sul cancro), ha classificato nel 2015 i salumi e le carni lavorate ("carne conservata mediante affumicatura, salatura o aggiunta di conservanti chimici").

Ma cosa sono nitriti e nitrati?

Sono derivati dell'azoto, più precisamente sali di azoto, e vengono utilizzati in diversi alimenti, come per esempio, nelle carni lavorate dove si usano per accelerare il processo di produzione, per ottenere un colore omogeneo e per definire l'aroma del prodotto. Sì, di base servono a colorare la carne e donargli quel colorito roseo e omogeneo.

Il fatto è che una volta ingeriti, i nitriti possono trasformarsi in nitrosammine, elemento potenzialmente cancerogeno.

Differenti sono i nitrati, che di base sono innocui ma che possono trasformarsi in nitriti se entrano in contatto con batteri, calore o microrganismi come quelli contenuti nella saliva.

Ma questo non è tutto. Ogni Paese, ovviamente ha le sue leggi.

La legge italiana ammette l'uso dei nitriti nei salumi durante la lavorazione a patto che non superino i 150 mg per ogni chilo di prodotto.

L'Oms ci dice che quasi 4mila casi di cancro del colon e 500 allo stomaco sono attribuibili al consumo di salumi (solo in Francia).

Una porzione giornaliera di 3 fette di carne lavorata (come i

salumi) porta a un aumento del 19%, del rischio di cancro colon-rettale secondo uno studio dell'Università di Oxford. Dati di certo allarmanti.

In Francia sono nate già diverse proteste, soprattutto dopo l'uscita del libro di Guillaume Coudray tanto che si è aperta anche una commissione parlamentare.

L'industria si difende minimizzando e sostenendo che nitriti e nitrati sono necessari per prevenire il botulismo. Ma gli animatori della protesta raccontano un'altra realtà, di produzioni virtuose senza sostanze ritenute nocive.