

Web Analytics

Associazioni Farmacie Carrello Contatti

Account f G+ @ RSS Twitter YouTube

OK SALUTE E BENESSERE



Abbonati subito alla nostra rivista

[ABBONATI](#)

BAMBINI

BENESSERE

ALIMENTAZIONE

SALUTE

CURIOSITÀ

SESSUALITÀ

PSICOLOGIA

TECNOLOGIA

Home > Alimentazione > L'insalata in busta? È più sicura di quella raccolta nell'orto

Alimentazione

L'insalata in busta? È più sicura di quella raccolta nell'orto

Pubblicato il: 5 Giugno 2019 alle ore 17:10 Aggiornato il: 5 Giugno 2019

di Redazione OK Salute



Nonostante gli allarmismi sul web, la lattuga confezionata presenta meno rischi di contaminazione proprio per i trattamenti industriali a cui viene sottoposta

«Insalata in busta, è **allarme batteri e pesticidi**». Negli ultimi mesi sono stati diversi i siti internet che sono tornati ad accusare i cosiddetti **prodotti di IV gamma** – l'ortofrutta fresca, lavata, confezionata e pronta al consumo – di **non essere sicuri per i consumatori**, tirando in ballo, più o meno a proposito, studi scientifici e test di laboratorio.

Timori fondati o eccessivo allarmismo?

L'Approfondimento di OK-Salute



Diabete: la guida completa



L'ipertensione o pressione alta



Esami del sangue: la guida completa

I più letti



Vuoi perdere due chili? Bevi prima dei pasti



L'orgasmometro? È un utile strumento scientifico



Parkinson: nuove terapie all'orizzonte con il test del cammino



Cistite: quando è sintomo di patologie più gravi?



Pollinosi: cause, sintomi e cure

Dal punto di vista dei produttori, non ha dubbi **Gianfranco D'Amico**, presidente del Gruppo IV Gamma dell'Unione Italiana Food, la più grande associazione in Europa che raggruppa 450 imprese produttrici di beni alimentari di oltre venti settori merceologici. «**Ogni azienda di IV gamma**, con l'obiettivo di certificare e garantire la sicurezza alimentare, **effettua annualmente** su tutta la filiera produttiva **migliaia di controlli** a cui si aggiungono le **molteplici e continue verifiche ufficiali** da parte degli enti preposti sulle aziende produttrici: il **quadro complessivo** che ne risulta è assolutamente **rassicurante**»..

Lo dimostra anche la scienza

Ma a confermare la sicurezza dei prodotti in questione è anche la scienza, per bocca di **Vania Patrone**, docente di microbiologia degli alimenti e ricercatrice del dipartimento di scienze e tecnologie alimentari per una filiera agro-alimentare sostenibile dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano (sede di Piacenza), che, anzi, rileva come «i **risultati** di uno **studio** condotto dagli Istituti zooprofilattici e dall'Istituto superiore di sanità **su 2.532 campioni venduti in Italia**, pubblicato nel 2015, ha evidenziato che i vegetali in busta pronti al consumo presentano **un'incidenza minore di contaminazione da batteri patogeni rispetto** ai vegetali **freschi**, che **non vengono sottoposti ad alcun lavaggio e trattamento** prima della vendita». Sono questi ultimi, infatti, i fattori del procedimento industriale che garantiscono la sicurezza dell'ortofrutta fresca confezionata.

Diabete: la guida completa

I lavaggi industriali eliminano i microbi

«Se è vero che le **insalate e i vegetali** in generale **per loro natura** possono essere **contaminati** da batteri patogeni quali **Escherichia coli, Salmonella, Listeria monocytogenes** durante le fasi di coltivazione e lavorazione», assicura, infatti, la microbiologa, «è altresì vero che i **sistemi di lavaggio** che vengono praticati a livello industriale **garantiscono un efficace abbattimento della carica microbica**». Lavaggio che, spiega D'Amico, «avviene attraverso almeno **due vasche a ricambio continuo di acqua**, utilizzando **acqua potabile** e attraverso **sistemi tecnologici avanzati** che, a differenza del lavaggio domestico, garantiscono un **prodotto sicuro e conforme alla legge**». Questo fa anche sì che, al momento dell'apertura della busta a casa, non sia



richiesto alcun ulteriore lavaggio e, se proprio si vuole farlo, sottolinea Vania Patrone, «va tenuto presente che comunque il **solo risciacquo con l'acqua corrente** non è in grado di **rimuovere o diminuire i batteri patogeni** eventualmente presenti. Bisognerebbe utilizzare un **disinfettante a base di cloro** perché il lavaggio risulti efficace, seguito da un **risciacquo accurato** in modo tale che, dopo la disinfezione, l'odore e il sapore del prodotto non risultino sgradevoli».



L'ipertensione o pressione alta

La catena del freddo garantisce la conservabilità

Ulteriore garanzia di sicurezza è, poi, il **confezionamento**. «Favorisce lo sviluppo di un'atmosfera povera di ossigeno che garantisce ulteriormente la **conservabilità** del prodotto. Per legge in **Italia**, a garanzia della sicurezza igienica di questi alimenti, è stato posto l'**obbligo** per i produttori e i distributori di garantire la **continuità della catena del freddo**, cioè il principale mezzo per rallentare la crescita microbica, attraverso il mantenimento a una **temperatura inferiore agli 8 °C** dal momento in cui il prodotto di IV gamma viene confezionato fino all'acquisto». E il **nostro Paese**, ci tiene a precisare il dirigente di Unione Italiana Food, «oggi è l'**unica nazione con una normativa specifica sul tema**. Ci siamo battuti per anni, fino alla sua entrata in vigore nel 2015, per avere una legge di settore che disciplinasse il rispetto della catena del freddo nell'intera filiera». **Insalata in busta: come mangiarla e conservarla?**

Le manipolazioni della Rete

Restano gli studi utilizzati sul web per creare **allarmismi**, come quello dell'**Università di Torino** che nel **2012** ha esaminato **cento insalate in busta**. «Gli autori», precisa, però, la microbiologa, «avevano **rilevato la presenza di Escherichia coli in tre campioni**, senza però fornirne una **stima quantitativa** e **senza caratterizzare i ceppi isolati** per valutarne il **potenziale patogeno**». E la ricerca dell'**Università di Leicester** che nel **2016** ha sostenuto come il **taglio delle foglie favorisca la produzione del batterio della Salmonella** «dimostra solo che il **liquido che fuoriesce dalle foglie** di verdura tagliate che si forma nelle buste di insalata **potrebbe essere un terreno fertile** per la **crescita di Salmonella**». Di fatto, ammette la docente della Cattolica, esiste una qualche



PREZZO OK

OFFERTA



Somatoline Snellente Cr...

Somatoline – Salute e Bellezza

★★★★★ - 19,00 EUR

32,50 EUR Prime

PREZZO OK

OFFERTA



Natural Point Magnesio ...

Natural Point – Salute e Bellezza

★★★★★ - 7,05 EUR

17,75 EUR Prime

PREZZO OK

OFFERTA



Philips QP2520/30 OneB...

Philips – Consumer Lifestyle – Italia – Salute e Bellezza

★★★★★ - 10,00 EUR

34,99 EUR Prime

differenza di sicurezza tra i vari tipi d'insalata. «Per esempio, la **rucola** risulta uno dei vegetali **più suscettibili di contaminazione**, anche da parte di agenti patogeni, per la forma della foglia e la conformazione rugosa della superficie che favoriscono l'adesione e l'intrappolamento dei microrganismi».

Esami del sangue: la guida completa

Limitare ulteriormente i pesticidi

Sul numero dello scorso marzo, il mensile dei consumatori *Il Salvagente* ha, invece, pubblicato i **risultati delle analisi di dieci lattughini in busta** che coprono l'offerta della grande distribuzione, riscontrando la **presenza non di batteri**, bensì di residui di **trattamenti fitosanitari** (fungicidi soprattutto), comunque **entro i parametri di legge** almeno a livello di ogni singolo principio attivo, e **cadmio**. «L'unico rischio reale sarebbe legato ai livelli di quest'ultimo **metallo pesante**, che è un sicuro cancerogeno, ma comunque **i livelli sono al di sotto dei limiti stabiliti per legge**. Quindi», conclude Vania Patrone, «**l'insalata resta sicura**, anche se i dati sopra menzionati indicano che bisogna fare **uno sforzo a livello produttivo per limitare più possibile l'utilizzo di fertilizzanti**».



Farmacie amiche

Associazioni

Abbonati



Leggi anche...



Cibo scaduto? Tutto quello che c'è da sapere (e da mangiare)



L'insalata in busta è sicura?



Le ricette di Aprile: Insalata bicolore alle noci



Ti piace la mozzarella? Scopri tutte le "bufale" e le verità

Ti è piaciuto questo articolo?

La tua email...

Ho letto l'informativa privacy*
 Acconsento al trattamento dei dati per fini marketing*

Iscriviti alla newsletter

Milano Porta Nuova, 16-23 giugno 2019

Healthytude
 the Health & Wellness week

Chiedi un consulto di Infettivologia