

E ALLORA  
COSA MANGIO?



CHRISTOPHE BRUSSET  
con ERIC MAITROT

# E ALLORA COSA MANGIO?

*Traduzione di*  
MARIA MORESCO

PIEMME

Pubblicato per



**PIEMME**

da Mondadori Libri S.p.A.  
© 2019 Mondadori Libri S.p.A., Milano  
*Et maintenant on mange quoi?*  
© Éditions Flammarion, Paris, 2018

ISBN 978-88-566-6920-6

I Edizione marzo 2019

Anno 2019-2020-2021 - Edizione 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

«L'Unione Europea si trova di fronte a una vera e propria epidemia in materia di salute pubblica: più della metà degli adulti della UE soffrono di sovrappeso o di obesità. Le malattie legate all'alimentazione, come il diabete di tipo 2 e le malattie cardiache, sono responsabili del 70 per cento dei decessi!»

OLIVIER DE SCHUTTER, giurista belga e relatore speciale per il diritto al cibo presso il Consiglio per i diritti umani delle Nazioni Unite tra il 2008 e il 2014.



## *Prefazione*

### Persi nella giungla del cibo spazzatura

A dire la verità, siamo rimasti tutti stupiti, io per primo, dallo straordinario successo che il mio precedente libro *Siete pazzi a mangiarlo!* ha riscosso in Francia, Spagna e Italia.

Nel libro condividevo le mie esperienze più sconvolgenti di compratore di materie prime sul mercato mondiale dell'agroalimentare. Certo, il mio editore si era reso conto che moltissimi consumatori volevano conoscere meglio il cibo industriale che ingurgitavano, talvolta senza neanche saperlo. Che erano preoccupati per la loro salute e si facevano mille domande sull'inesorabile trionfo del "cibo spazzatura". Il quale non è una fatalità, come vedremo in questo nuovo lavoro. Ma non immaginavo l'entità di vendite che avrebbe raggiunto.

Ciò nonostante, quando parlo di successo, lo misuro soprattutto sulla base delle numerose lettere che ho ricevuto, degli inviti alle conferenze sulla sicurezza alimentare in Francia e all'estero, e dalle azioni che ho potuto portare avanti da tre anni a questa parte con associazioni come Foodwatch<sup>1</sup>. E naturalmente dalle innumerevoli richieste di interviste, articoli per i giornali e partecipazioni a programmi televisivi.

<sup>1</sup> Foodwatch è una ONG fondata nel 2002 in Germania da un ex dirigente di Greenpeace in seguito alla crisi della mucca pazza. Si finanzia tramite donazioni private, è presente in Francia dal 2013 e si batte per il diritto dei consumatori a vedersi proporre «alimenti di qualità, senza rischi per la salute e dotati di un'etichettatura affidabile e trasparente».

Tutte dimostrazioni di una comune volontà di capire le pratiche delle multinazionali del settore agroalimentare e dei giganti della grande distribuzione, i segreti delle filiere di approvvigionamento e le complicità che facilitano le “cattive pratiche” a tutti i livelli, dai paesi esportatori ai punti vendita passando per i siti di trasformazione.

Avrei parlato volentieri di una sorta di plebiscito, se non ci fossero stati quello sconcertante silenzio dei responsabili politici (eppure si tratta di problemi di salute pubblica), quella sorda animosità degli industriali e dei loro rappresentanti (al *food business* non piace uscire dall’ombra) e perfino qualche minaccia di processo da parte dei miei ex datori di lavoro, probabilmente non molto orgogliosi di certe pratiche svelate nel mio primo libro...

D'altronde, molti lettori, consumatori medi smarriti tra i corridoi del loro supermercato, mi hanno invitato ad andare oltre la denuncia degli abusi e delle frodi, e a permettere loro di evitare più efficacemente i trabocchetti del marketing e della propaganda industriale, per non parlare della connivenza di certi eletti e potenti della politica. Ma mi hanno anche chiesto di fare piazza pulita di tanti preconcetti e discorsi spesso contraddittori di certi nutrizionisti più o meno seri. In altre parole, di aiutarli a diventare attori del loro cambiamento.

Quella bussola per mangiar sano senza rovinarsi e per sopravvivere nella giungla del cibo spazzatura si intitola *E allora cosa mangio?* e spero che risponderà a tutte le vostre aspettative e domande.

*Christophe Brusset*



## *Prologo*

### Come nel burro...

«Porca vacca! Non è burro!»

Come ho potuto io, ingegnere agroalimentare da venticinque anni, che conosco tutti i trucchi, tutte le astuzie che gli industriali usano per fregare il consumatore, comprare questo surrogato del burro pensando che fosse vero?

A mia discolpa, quel giorno avevo fretta e non mi sono preso la briga di leggere l'elenco degli ingredienti, ovviamente piazzato sul retro della confezione e scritto in piccolo. L'errore fatale del principiante.

Perché capiate bene, per prima cosa devo precisare che questa disavventura ha luogo alla fine dell'estate 2016 all'estero, e precisamente a Singapore, paese anglofono, dove lavoro e risiedo da diversi anni. Ora, in inglese "burro" si scrive *butter*. Gettando una rapida occhiata alla parte anteriore del panetto, ho in effetti letto la parola *butter* scritta a grandi lettere: quindi burro. E non un burro qualsiasi, ma del burro "Sélection", addirittura, come è specificato in aggiunta per insistere sul fatto indubitabile che si tratta di un prodotto di qualità. Ciliegina biologica sulla torta, è fabbricato in Francia, e comprandolo sono lieto di sostenere la nostra industria nazionale così malmessa!

Soltanto quando arrivo a casa, mia moglie mi fa notare con tono sarcastico che il mio Butter Sélection è in realtà del Butter Sélection. Sono stato vittima di un marketing ingannevole.

Una maliziosa letterina di differenza... che cambia tutto. Eh sì, il burro è burro, il Buttor non lo è.

Ma allora, se il Buttor non è burro come credevo, cosa ho comprato?

La normativa, che conosco a memoria, tanto più che in gioventù ho fabbricato del burro all'Istituto Universitario di Tecnologia agroalimentare (IUT), impone che il vero burro contenga almeno l'82 per cento di grassi provenienti esclusivamente dal latte. Ebbene, il mio Buttor contiene solo l'80 per cento di grassi, tra cui oli vegetali...

Inoltre, a voler essere assolutamente precisi, è importante specificare che l'ingrediente menzionato per primo nella composizione dei prodotti è l'ingrediente principale. E sul pacchetto del mio Buttor si poteva leggere: «Oli vegetali, burro, acqua, fermenti lattici, permeato di latte, siero di latte, sale, colorante: carotene». Come volevasi dimostrare!

Questo Buttor, dunque, è in realtà un miscuglio di oli vegetali e di vero burro, e non l'inverso. Qual è l'esatta proporzione olio/burro? Quali oli vegetali sono stati aggiunti? Mistero.

Inoltre, in un vero burro non troverete mai dei sottoprodotti come il permeato di latte (latte da cui sono state tolte le proteine e la materia grassa) e il siero di latte (la sgocciolatura della cagliata), né additivi come i coloranti.

Quindi, senza rendermene conto, ho comprato una margarina con dentro un po' di burro, un miscuglio che il produttore sul suo sito internet descrive come un "blend" (scritto tale e quale nel testo in francese e che vuol dire "miscela"), precisando che è «un ottimo compromesso tra il burro e la margarina». E, perché il compromesso sia ancora migliore, cioè perché il Buttor assomigli più al vero burro, con il suo bel colore un po' giallo paglierino, anziché a un blocco di strutto biancastro, ha aggiunto un tocco di colorante carotene giallo aranciato.

Ma allora perché non ha scelto anche "un ottimo compro-

messo” a livello di denominazione commerciale, un nome che rifletta meglio la vera natura di questo misto margarina/burro, tipo “Margaburro” o “Burrina”? Insomma, un nome che non sia fuorviante come Buttor?

Non posso credere che sia stato fatto intenzionalmente per indurre in errore il consumatore. No, sarebbe troppo brutto... Gli industriali dell’agroalimentare, ormai lo sappiamo tutti, hanno un leggendario senso dell’etica e della responsabilità, come del resto non smettono di sottolineare le loro varie lobby e parecchi uomini politici. Quindi probabilmente è per distrazione, per una spiacevole e del tutto innocente negligenza. E se l’industriale in questione, allertato da queste poche righe, desidera cambiare l’attuale nome del suo prodotto, così improprio, con uno di quelli che ho proposto qui sopra, glielo cedo gratuitamente.

Ho messo quindi l’orgoglio da parte e il mio panetto di margaburro nel posto più adatto per questo genere di “prodotti”: nella pattumiera. Non biasimerò il produttore. Si è dimostrato scaltro e resta nella legalità, anche se moralmente il suo modo di agire è discutibile.

Questa piccola disavventura è stata colpa mia, e ho pagato per la mia mancanza di attenzione. Fine della storia, si gira pagina e ci si ripromette di fare meglio la prossima volta...

Avevo quasi superato il trauma quando, qualche settimana dopo, visitando nell’ottobre del 2016 il Salone Internazionale dell’Alimentazione di Parigi (SIAL), che si tiene ogni due anni, per un’incredibile coincidenza, alla curva di un corridoio, mi imbatto nello stand dei produttori del mio “margaburro”! Un’occasione d’oro per spiegargli di persona che, nei clienti poco intelligenti come me, il nome che avevano scelto per il loro surrogato del burro poteva generare confusione.

Un commerciale molto simpatico mi accoglie nella tipica divisa da “salone”, rigorosamente in giacca e cravatta. È felice di

avere visite, perché in quel momento il suo stand è tutt'altro che affollato.

Appena gli racconto dove vivo, e come ho comprato inavvertitamente il suo “blend” credendo di comprare del vero burro, mi cita il nome del loro importatore/distributore locale, che conosco. Scherziamo sul fatto che il mondo è decisamente piccolo. In compenso non vede assolutamente dove sia il problema con il nome del loro surrogato e mi assicura che io sono proprio l'unico che abbia mai fatto notare quel “dettaglio”.

È incredibile il numero di volte in cui ho avuto un problema con un prodotto che avevo comprato (in qualità di compratore professionale era davvero molto frequente) e in cui sono stato gratificato di una risposta del tipo: «Sa, lei è il primo a lamentarsi» o «È la prima volta che riscontriamo questo problema...». Un modo per sottintendere che il loro prodotto (o servizio) è perfetto e che in realtà sarei piuttosto io il problema: «Non è che per caso lei è un po' rompiscatole?». Nel florilegio di risposte bell'e pronte, citiamo anche: «Ovviamente non è di alta qualità, ed è proprio per questo che non è caro», o ancora: «È sicuro di averlo utilizzato correttamente?».

È ovvio che se mi fossi preso la briga di leggere l'elenco degli ingredienti, invece di accontentarmi di scorrere con lo sguardo la parte anteriore della confezione, non avrei mai comprato quel “blend”. Questo tipo di prodotto, che non è né burro né margarina, va contro il mio stile di vita e la mia nuova filosofia, che consiste nel consumare prodotti tradizionali, senza additivi, e trasformati il meno possibile. Se si vuole consumare meno burro, niente di più facile, basta ridurre il consumo, e per sostituirlo scegliere degli oli vegetali senza additivi né coloranti, come l'olio d'oliva, che è riconosciuto come ottimo per la salute<sup>1</sup>.

In compenso, dal punto di vista di un professionista che vuole

<sup>1</sup> Leggete nella Parte Seconda *Nel cuore del vostro supermercato. Seguite la guida!* il capitolo 7 dedicato ai prodotti freschi.

produrre il burro abbassando i costi delle materie prime, e per il quale l'aspetto della salute è secondario, il Buttor è senza dubbio perfettamente adeguato.

Ma se ho abbandonato il lato oscuro del *food business* è per difendere l'interesse dei consumatori, che raramente è compatibile con gli obiettivi di profitto dell'industria. Ecco perché comincerò questo libro spiegandovi chiaramente nella Parte Prima (*Passando per il retrocucina*) perché il cibo industriale ipertrasformato che ho contribuito a fabbricare per tutti questi anni è da bandire senza pietà.

L'esempio del Buttor mostra perfettamente fino a che punto oggi sia difficile orientarsi e farsi un'idea precisa della qualità di un prodotto alimentare. Come vi spiegherò nei capitoli 4 e 5, dedicati al "valzer delle etichette" (che si tratti di indicazioni obbligatorie o di loghi e denominazioni), le fonti di confusione e le trappole tese dagli industriali e dalla grande distribuzione sono tante. Abbiamo appena visto che perfino un esperto come me può farsi imbrogliare, se abbassa la guardia anche solo per un attimo. E questo vale per tutti i prodotti, che siano semplici come un banale panetto di burro o complessi come un piatto pronto.

Dovete guardare tutti i prodotti presenti nel vostro supermercato con sospetto, esaminarli attentamente, e infine decidere con cognizione di causa se la loro qualità e i loro ingredienti vi risultano accettabili.

Dovete raddoppiare la vigilanza ed essere consapevoli, in quanto consumatori, che l'obiettivo dell'industriale è prima di tutto quello di vendervi il suo prodotto. Per farlo userà tutti i mezzi a sua disposizione. Non contate su alcun altruismo e senso di responsabilità delle multinazionali. Se il profitto non fosse la loro unica motivazione, il cibo spazzatura non farebbe così tanti danni in tutto il mondo.

Questi potenti conglomerati, che siano attivi nel settore ali-

mentare, nella grande distribuzione, nell'industria del tabacco, nella chimica o in qualsiasi altro campo, non sono vostri alleati. Sono organizzazioni create per fare soldi vendendo un prodotto la cui fabbricazione costi loro il meno possibile. Come vedremo, questo non va d'accordo con la qualità. Uso massiccio di additivi, ricette troppo grasse, troppo zuccherate e salate, inquinamento del suolo, abuso di pesticidi, delocalizzazioni selvagge, ottimizzazione fiscale, corruzione e manipolazione (adesso si dice *lobbying*), sfruttamento dei lavoratori poveri: ecco il vero volto del capitalismo cui abbiamo concesso di svilupparsi in numerosi ambiti a scapito della salute pubblica e del benessere delle popolazioni.

Vedremo tutto questo più in dettaglio nel capitolo 2 (*La geopolitica del food business*) e nel capitolo 3 (*Lobby & Co: ad armi impari*).

Anche se a volte la lotta può sembrarvi molto impari, per proteggere la salute vostra e dei vostri figli dovete responsabilizzarvi e riappropriarvi della vostra alimentazione. Il che significa imparare a decifrare le liste degli ingredienti dei prodotti alimentari, battervi per ottenere un'informazione limpida e obiettiva e per far rispettare i vostri diritti di cittadini-consumatori.

Non privatevi dei nuovi strumenti a vostra disposizione, che possono aiutarvi a vederci chiaro quando fate la spesa. Open Food Facts è un'associazione indipendente senza fini di lucro che fa un lavoro notevole fornendo una banca dati che riprende le informazioni stampate sulle confezioni di tutti i prodotti alimentari venduti nei negozi. Questo database è accessibile gratuitamente tramite il loro sito<sup>2</sup> o scaricando la loro app. Vi basta scannerizzare il codice a barre del prodotto con lo smartphone: l'applicazione vi darà subito le informazioni nutrizionali, l'elenco degli ingredienti, la specifica degli additivi e soprattutto il Nu-

2 [it.openfoodfacts.org/](http://it.openfoodfacts.org/).

tri-Score, il logo a cinque colori, dal verde al rosso, che vi indica immediatamente la qualità nutrizionale del prodotto.

Potete anche usare le applicazioni Yuka o Scan Eat, i cui dati provengono sempre dal database di Open Food Facts. Queste applicazioni non fanno altro che rispondere a un'esigenza di trasparenza e di leggibilità da parte del consumatore. Hanno tanto più successo dal momento che il diritto all'informazione è negato dagli industriali e, cosa che è più grave e assolutamente scandaloso, anche da certi politici compiacenti, per non dire di peggio. Infatti, queste applicazioni riprendono le indicazioni legali volutamente confuse e complicate presenti sulle confezioni, le semplificano e le rendono comprensibili al consumatore, per poi sintetizzarle sotto forma di un codice a colori Nutri-Score semplice e chiaro.

Se i politici, come era stato loro suggerito di recente in Francia, avessero reso obbligatoria questa etichettatura Nutri-Score su tutti i prodotti alimentari, le applicazioni di cui abbiamo parlato sarebbero inutili. Il 27 maggio 2018, però, i deputati francesi hanno rifiutato questo evidente progresso, obbedendo così alle pressioni delle lobby delle multinazionali e andando palesemente contro l'interesse e la volontà dei loro elettori...

Ma allora, mi direte, perché scrivere un altro libro e battezzarlo *E allora cosa mangio?* quando, scannerizzando un semplice codice a barre, posso sapere se il prodotto va bene oppure no per la mia salute e il mio equilibrio nutrizionale?

Ebbene, perché sfortunatamente non è così semplice. Scannerizzare un codice a barre con una di queste applicazioni non fa che rimandarvi al database di Open Food Facts, quindi unicamente alle informazioni nutrizionali che il produttore ha cortesemente voluto fornire. Questa scansione non è in alcun modo un'analisi completa del prodotto, perché, quando questi dati esistono, non vengono mai resi pubblici. Quindi non avrete alcuna informazione sulla contaminazione da pesticidi, sul livello

di metalli pesanti, sulla presenza di interferenti endocrini, di oli minerali, di furani, di acrilamidi, di diossine e di un mucchio di altre molecole tossiche. Il Nutri-Score non vi dice (perché lo ignora) quello che il produttore vuole nascondervi, come l'origine geografica degli ingredienti e la loro freschezza, i processi utilizzati, i coadiuvanti tecnologici aggiunti senza dichiararlo, le miscele e le possibili furberie e frodi. Con queste applicazioni, in realtà, non scoprirete purtroppo niente più di quello che il produttore vuole rivelare... e che è già scritto (generalmente male) sulla confezione.

Con la mia formazione di ingegnere e i miei venticinque anni di esperienza nell'industria agroalimentare, posso spiegarvi perché due prodotti che sembrano identici, con le stesse caratteristiche nutrizionali e lo stesso Nutri-Score, sono in realtà molto diversi. Posso, il più delle volte, dirvi dove e come vengono fabbricati i prodotti, chi interviene lungo tutto il processo, analizzare minuziosamente per voi le implicazioni e le poste in gioco.

In questo libro vi svelerò i piccoli segreti degli industriali per riuscire a farvi prendere lucciole per lanterne, come l'utilizzo massiccio, e spesso improprio, di loghi di ogni tipo, come vedremo nel capitolo 5 (*Il valzer delle etichette*). Nel capitolo 6 mi impegnerò a fare piazza pulita dei dieci principali preconcetti sull'alimentazione, come ad esempio «i "primi prezzi" sono un affare», «il peggior nemico è il grasso» o «la qualità è migliore nei ristoranti che al supermercato».

Ma questo libro è soprattutto, nella sua seconda parte, una guida pratica per aiutarvi a compiere scelte alimentari illuminate. Nel corso di tutta questa seconda parte, vi fornirò i consigli pratici che spesso mi avete chiesto dopo l'uscita di *Siete pazzi a mangiarlo!*... Consigli che applico io stesso, e che derivano dalle mie avventure dietro le quinte dell'industria agroalimentare. Vi accompagnerò, reparto per reparto, nella vostra spesa



al supermercato e decostruirò per voi le belle illustrazioni sulle confezioni, i termini ingarbugliati delle etichette, i loghi colorati, le pubblicità attraenti, ecc. Quel lato nascosto del *food business* che solo un industriale può conoscere e padroneggiare.

D'ora in avanti, queste preziose informazioni saranno le vostre armi. Fatene buon uso per selezionare generi alimentari di qualità migliore. Evitando il più possibile di acquistare e consumare i prodotti più nocivi, contribuirete a far evolvere l'offerta di prodotti alimentari verso alternative più sane e più ecologiche, senza peraltro che questo ci costi collettivamente di più.

Infatti, nella mente di tanti consumatori, certo cibo industriale è senza dubbio di bassa qualità, ma economico. Ebbene, è un ragionamento miope e totalmente sbagliato. Il costo reale del cibo spazzatura, quello che alla fine è pagato dalla collettività (quindi indirettamente da ciascuno di noi), è largamente sottovalutato ed estremamente alto.

Bisognerebbe infatti mettere nel conto i miliardi di euro spesi per la PAC (Politica agricola comune europea) che sovvenziona l'agricoltura intensiva, il costo della bonifica delle acque, quello della lotta contro i batteri multiresistenti, le spese causate dalla morte degli agricoltori per tumori dovuti ai pesticidi, per non parlare delle spese sanitarie legate all'allarmante aumento dell'obesità e delle malattie cardiovascolari...

Cambiare le cose è responsabilità di noi tutti. Spero di dare il mio contributo – per quanto modesto – con questo libro di lotta e di convinzioni.



PARTE PRIMA  
PASSANDO PER IL RETROCUCINA



Pesticidi, additivi, conservanti...  
È così grave mandarli giù?

Mi ricorderò per tutta la vita di quell'ometto dall'abito troppo grande. Visibilmente a disagio, farfugliava in un inglese molto approssimativo dentro un microfono che gli mangiava mezza faccia. Erano i primi di novembre del 1998, e in effetti il rappresentante del Vietnam alla conferenza annuale della Comunità internazionale del pepe, che si svolgeva in un grande albergo di Giacarta, in Indonesia, non stava impressionando granché il suo auditorio.

Circostanza aggravante per lui, alla fine degli anni Novanta il Vietnam era un produttore di pepe di second'ordine con volumi compresi tra le 15.000 e le 18.000 tonnellate all'anno. La metà rispetto ai pesi massimi del mercato come l'India, il Brasile o appunto l'Indonesia, e di una qualità (e quindi di un valore) molto inferiore.

La sua esposizione delle nuove tecniche di coltivazione del pepe nel suo paese era decisamente troppo tecnica e astrusa. Nessuno lo stava ascoltando veramente quando, all'improvviso, annunciò: «...così, grazie al miglioramento dei rendimenti, al sostegno del governo ai produttori, e all'aumento del 20 per cento all'anno delle superfici di produzione, in cinque anni raggiungeremo le 100.000 tonnellate...».

Immediatamente, da diversi punti della sala si alzarono delle risate. Io stesso non riuscii a trattenere un sorriso. L'ometto non sapeva che la totalità delle esportazioni mondiali di pepe si aggirava allora intorno alle 125.000 tonnellate annue?

Il mio vicino, un olandese grassoccio, mi guardò, fece una smorfia e commentò: «*That's insane! This guy's crazy!* (“È assurdo! Quel tizio è matto!”)».

Eppure... nel 2001, cioè solo tre anni dopo, il Vietnam, con l'aumento effettivo delle superfici e dei rendimenti grazie all'uso massiccio di fertilizzanti e pesticidi, diventava il primo produttore mondiale con più di 60.000 tonnellate, facendo tra l'altro crollare il prezzo di mercato a 0,85 dollari al chilo. E nel 2004 superava effettivamente le 100.000 tonnellate, mentre nello stesso tempo il consumo mondiale esplodeva, facendo risalire i prezzi. Che nel luglio del 2015 raggiunsero gli 11,3 dollari al chilo.

I produttori vietnamiti, senza il minimo scrupolo riguardo alla nocività della loro produzione e improvvisamente arricchiti, avevano fatto centro!

Nel 2017 la produzione vietnamita raggiungeva addirittura le 170.000 tonnellate, cioè il 60 per cento di una produzione mondiale che in vent'anni aveva più che raddoppiato ed era valutata oltre 280.000 tonnellate<sup>1</sup>. Purtroppo, visto che le miniere d'oro attirano sempre la concorrenza, ci si erano messe anche la Cina, la Thailandia e la Cambogia, facendo scendere di nuovo il prezzo intorno agli odierni 3 dollari al chilo...

Da quella memorabile conferenza ascolto con grande attenzione gli ometti dall'apparenza mediocre. Possono saperne molto più di voi... e annunciare, come se nulla fosse, veri e propri sconvolgimenti sul mercato mondiale dei prodotti alimentari.

Le cifre sono impressionanti. Oggi sulla terra ci sono 7,6 miliardi di esseri umani<sup>2</sup>. Dal 1970, la popolazione mondiale è semplicemente raddoppiata! E, sebbene il tasso di crescita naturale

<sup>1</sup> [www.nedspice.com/upload/docs/170601\\_Nedspice\\_-\\_ESA\\_Pepper\\_Crop\\_Report\\_vFinal.pdf](http://www.nedspice.com/upload/docs/170601_Nedspice_-_ESA_Pepper_Crop_Report_vFinal.pdf).

<sup>2</sup> Stima dell'Istituto nazionale di studi demografici (INED).

mondiale stia diminuendo leggermente, dovremmo raggiungere i 9 miliardi intorno all'anno 2040.

Per far fronte a questa vera e propria esplosione demografica, e rispondere ai bisogni alimentari di base, purtroppo non si è potuto ottenere l'aumento massiccio della produzione se non attraverso l'industrializzazione di tutta la filiera agroalimentare.

Le superfici agricole sono aumentate ovunque fosse possibile e i rendimenti sono esplosi, spesso con l'aiuto di procedimenti poco confessabili (ci tornerò più avanti). Gli stabilimenti sono spuntati come funghi e, per dare da mangiare all'umanità affamata, centinaia di gigantesche navi portacontainer, migliaia di aerei e milioni di camion percorrono il globo giorno e notte.

Pensate che in Francia, fino alla fine degli anni Cinquanta, i rendimenti annuali medi dei principali cereali (granturco e grano tenero) andavano dai 10 ai 12 quintali per ettaro. Ormai raggiungono i 100 quintali per il granturco e gli 80 per il grano, cioè dalle otto alle dieci volte di più<sup>3</sup>!

Nessuno può contestare il fatto che questa industrializzazione abbia avuto almeno una virtù fondamentale: permette di rispondere a una richiesta assolutamente colossale e, attualmente, sempre in forte crescita. Produrre e trasportare grandi quantità ha anche permesso di ridurre il costo unitario. I prodotti più facilmente disponibili sono meno costosi per la stragrande maggioranza dei consumatori. Così, come sottolineava l'INSEE<sup>4</sup> nell'ottobre 2015: «Dal 1960, le famiglie destinano all'alimentazione una parte sempre più ridotta delle loro spese di consumo: il 20 per cento nel 2014 contro il 35 per cento nel 1960<sup>5</sup>».

<sup>3</sup> Agreste (servizio statistico del ministero dell'Agricoltura francese) – Statistiche agricole annuali.

<sup>4</sup> Institut national de la statistique et des études économiques, il corrispettivo francese dell'ISTAT [N.d.T.].

<sup>5</sup> In «INSEE Première», numero 1568, 9 ottobre 2015.

Sempre secondo l'INSEE, dagli anni Sessanta il costo del grano tenero e del granturco, in moneta costante, si è ridotto di cinque volte.

Tutto andrebbe dunque per il meglio, se questo impressionante aumento della produttività non annoverasse alcune contropartite molto dannose per la salute dei consumatori. Una volta risolto lo spinoso problema della quantità e la questione del prezzo richiesto al consumatore, resta ovviamente da affrontare la faccenda della qualità. Ed è proprio l'argomento di questo libro. La globalizzazione e l'industrializzazione hanno anche permesso a ogni genere di industriali poco scrupolosi di inondare il mercato di prodotti adulterati o di cattiva qualità, commercializzati a basso costo. Prodotti che numerosi commercianti e trasformatori del settore agroalimentare si sono affrettati ad adottare per aumentare i loro margini... E chi s'è visto s'è visto!

Ma prima di tornare sull'estrema difficoltà di scegliere i prodotti giusti nella giungla contemporanea del cibo spazzatura<sup>6</sup>, diamo uno sguardo alla parte più oscura dell'industrializzazione del settore agroalimentare. I guadagni in termini di rendimento derivano da diversi fattori tecnici, tra cui principalmente la meccanizzazione, l'utilizzo di fertilizzanti e di pesticidi, la selezione varietale e la genetica.

Sorvoliamo sui danni per così dire "collaterali" legati all'eccessivo consumo energetico<sup>7</sup>, agli effetti nocivi per l'ambiente e la biodiversità, all'inquinamento dell'aria e delle falde freatiche, ecc., per interessarci più direttamente a quello che poi ritroviamo nei nostri piatti e che non dovrebbe esserci.

<sup>6</sup> Parte seconda: *Nel cuore del vostro supermercato. Seguite la guida!* che, reparto per reparto, vi spiega come fare le scelte giuste quando fate la spesa al supermercato.

<sup>7</sup> Secondo un articolo di «Le Monde» del 29 ottobre 2015, produrre un chilo di carne di manzo consuma 27 chili di gas a effetto serra (espressi in termini di CO<sub>2</sub> equivalente), e produrre un chilo di carne d'agnello 39 chili.



Una piccola parentesi per chi non è esperto di chimica. Tutti voi avete sentito parlare dei pesticidi (prodotti chimici tossici che eliminano gli animali e le piante nocive per le colture), come i fungicidi, gli insetticidi, gli erbicidi e gli antiparassitari. Ma conoscete gli altri prodotti chimici che l'agricoltura intensiva riversa sulle coltivazioni?

Esistono un mucchio di "regolatori della crescita" di cui nessuno parla mai, e che modificano gli equilibri ormonali della pianta per influenzarne lo sviluppo e ottenere così dei frutti più o meno abbondanti, più o meno maturi o colorati, dei fusti più o meno lunghi e robusti, ecc.

Ad esempio, per evitare che il grano si alletti (si pieghi verso il suolo) e aumentare così la resa, è possibile rafforzare il suo gambo e usare, tra gli altri, il Medax Top della BASF a base di calcio-proesadione e di mepiquat cloruro. È un buon prodotto, ma il gigante tedesco della chimica (e leader mondiale del settore) indica comunque sulla sua scheda tecnica che è «nocivo in caso di ingestione, nocivo per gli organismi acquatici» e che determina «effetti nefasti a lungo termine».

Per distruggere i grappolini, diradare le viti e regolare la maturazione dell'uva rossa (ma esclusivamente per la vinificazione, altrimenti non è autorizzato), avete il Sierra, prodotto da Bayer, l'altro gigante tedesco, a base di etefon. Il Sierra, sempre secondo il produttore, «provoca lesioni oculari gravi, è corrosivo per i metalli e nocivo per gli organismi acquatici a lungo termine».

Per quanto riguarda gli alberi da frutto come il melo, è possibile controllare il numero di frutti e la loro maturazione utilizzando ad esempio il Fixor della giapponese Sumi Agro, a base di acido alfa-naftalenacetico, che invece «provoca lesioni oculari gravi» ed è «potenzialmente pericoloso per il feto»...

E sono solo alcuni esempi, tra i tanti esistenti, di prodotti potenzialmente temibili per la salute dell'uomo ma che permettono

la stimolazione delle colture per aiutarle a «esprimere tutto il loro potenziale», come viene spiegato sul sito della Sumi Agro France.

Certo, i miracoli della chimica ci danno oggi bei cereali, frutti belli grossi e verdure molto appetitose, senza nessuna traccia di terra né di vita parassita, ma non bisognerebbe preoccuparsi più attivamente dell'aspersione massiccia di questi prodotti chimici tossici sui nostri alimenti e del pericolo accertato che ciò rappresenta per la salute nostra e dei nostri figli?

Sul suo sito internet, il Commissariato generale per lo sviluppo sostenibile del ministero della Transizione ecologica e solidale... (piccola pausa per riprendere fiato)... annuncia orgogliosamente alla voce "Osservazione e statistiche", che «la Francia è il primo mercato europeo di fitofarmaci», con un giro d'affari annuo vicino ai due miliardi di euro. Urrà, viva la Francia!

Neanche avessimo vinto una medaglia d'oro alle Olimpiadi. E pensare che, durante un dibattito radiofonico, un ex ministro dell'agricoltura di cui ho dimenticato il nome mi ha detto con voce tremolante che avevamo «l'agricoltura e l'industria alimentare più di qualità del mondo».

Be', a sua discolpa bisogna dire che non era mai stato né contadino né industriale, ma come si fa a prendere sul serio uno che spara certe scemenze? Secondo me, questo vizio di difendere una posizione ideologica senza tenere conto della realtà, e perfino andando contro fatti accertati, getta continuo discredito sulla nostra classe politica.

In Francia, sempre secondo il ministro eco-transito-sostenibile-solidale, consumiamo ufficialmente tra le 70.000 e le 100.000 tonnellate di fitofarmaci all'anno in base alle condizioni climatiche (se ne usano di più se fa un caldo umido, condizione favorevole alla proliferazione delle malattie e dei parassiti). Si va dunque dai due ai tre chili per ettaro di coltura all'anno. Precisiamo subito che queste cifre sono sottostimate, perché molti agricoltori francesi, e io ne conosco diversi, vanno a comprare

in Spagna o altrove – e senza dichiararlo – pesticidi vietati ma estremamente efficaci e quindi particolarmente nocivi.

Purtroppo le cose non cambieranno in tempi brevi. Chi si ricorda del piano *Écophyto* lanciato nel 2008 dal governo Fillon sulla scia di Grenelle Environnement<sup>8</sup>? In quel caso si trattava di ridurre del 50 per cento l'uso di pesticidi entro il 2018. Programma ambizioso, responsabile e salutare, ma risoltosi a tutt'oggi in un enorme fallimento.

Come lamentava all'inizio del 2017 Delphine Batho, ex ministro dell'Ecologia del governo Valls: «Ci sono delle resistenze considerevoli da parte delle multinazionali dell'agrochimica, ma anche da parte degli agricoltori che hanno difficoltà a cambiare le loro abitudini<sup>9</sup>».

Bella analisi, veramente, signora Batho! Ma è davvero così sorprendente che le multinazionali vogliano continuare a guadagnare sempre più soldi, e che i contadini non vogliano complicarsi la vita né rischiare di ridurre o perdere i loro raccolti?

Allora, coraggiosi ma non temerari, i nostri politici hanno partorito *Écophyto 2* (pur sempre con un budget di 71 milioni di euro all'anno), dotato di un nuovo obiettivo, ambizioso ma non troppo: una riduzione soltanto del 25 per cento entro il 2020 e del 50 per cento entro il 2025. Cioè, se tutto va bene. E poi, nell'aprile del 2018, il governo ha presentato un «piano d'azione per ridurre la dipendenza dell'agricoltura dai prodotti fitosanitari<sup>10</sup>». In particolare con l'annuncio di una versione migliorata di *Écophyto 2* (ribattezzata “*Écophyto 2+*”) da presentarsi entro l'autunno e di un «grande piano di investimenti» non quantificato per sostenere la ricerca e lo sviluppo di metodi alternativi ai pesticidi.

<sup>8</sup> Grenelle Environnement è stato un insieme di incontri politici promossi dal governo francese nel 2007 con l'obiettivo di prendere delle decisioni a lungo termine in materia di ambiente e sviluppo sostenibile [N.d.T.].

<sup>9</sup> «Le Monde», 31 gennaio 2017.

<sup>10</sup> «Le Monde», 27 aprile 2018.

Quanto al famoso glifosato, principio attivo del tanto controverso Roundup, il nuovo piano del governo prevede non già la sua proibizione, ma l'avvio... di un nuovo studio ambientale i cui risultati sono attesi nel 2020!

Bene, quindi usiamo troppi fitofarmaci. Per proteggere l'ambiente, come abbiamo appena visto, si cerca piuttosto vanamente di ridurne l'utilizzo. I piani si succedono ai piani e sul terreno non cambia niente o quasi...

Ma per quanto riguarda la protezione della salute dei consumatori, dormite tranquilli e rassicuratevi: esiste un regolamento europeo, il numero 396/2005 datato 1° settembre 2008. Questo testo indica che «gli alimenti prodotti e commercializzati sul mercato europeo devono rispettare i livelli massimi di residui di pesticidi (LMR) autorizzati». Sono delle soglie, delle quantità che queste molecole tossiche non devono superare per chilo di prodotto. Quindi, come vedete, è tutto sotto controllo!

Sennonché, dal suo ultimo rapporto disponibile, quello del 2016, si viene a sapere che la DGCCRF (Direzione Generale della Concorrenza, del Consumo e della Repressione delle Frodi) ha analizzato 5.274 campioni e ha rintracciato pesticidi in 2.945 di essi, ossia quasi nel 56 per cento. E anche – oh che stupore! – che un tasso residuo superiore al limite autorizzato è stato rintracciato in 354 campioni. Il che vuol dire che più del 6 per cento della frutta e della verdura commercializzata in Francia e analizzata dalla DGCCRF è non conforme, tossico, e non dovrebbe essere immesso sul mercato!

La cosa davvero divertente, almeno per me che sono del mestiere, è che da più di vent'anni i laboratori delle aziende per cui ho lavorato (così come i rapporti degli anni precedenti della DGCCRF facilmente consultabili su internet) hanno sempre trovato sul mercato tra il 6 e il 7 per cento di lotti troppo carichi di

pesticidi. Del resto, è la cifra che fornivo in *Siete pazzi a mangiarlo!*. Se sentite dire da un politico o da un industriale che la qualità della nostra alimentazione migliora, ricordatevi questa soglia stranamente immutabile del 6 per cento di prodotti inadatti al consumo.

Per rassicurarvi ancora un po' di più, sappiate che nel suo rapporto la DGCCRF dichiara anche che l'1,9 per cento dei campioni di origine francese contiene pesticidi pericolosi vietati in Francia! Quando vi dicevo che certi nostri agricoltori conoscono bene le filiere spagnole...

Bisogna inoltre sapere che esistono migliaia di sostanze attive sui viventi e che nel 2016 la DGCCRF ne cercava solo 474 (contro le 471 dell'anno precedente, bello sforzo). Quindi è molto probabile che una sostanza tossica presente in un prodotto alimentare testato non sia rilevata semplicemente perché non viene ancora – o non viene più – cercata.

Comunque, l'aspetto positivo è che quasi il 94 per cento dei prodotti sugli scaffali sono “ufficialmente” sani. Vale a dire: molti contengono pesticidi, ma in dosi ufficialmente non pericolose perché situate al di sotto del famoso livello massimo di residui. Il che dovrebbe rassicurarvi definitivamente, no?

Solo che, come dice con orgoglio il ministro dell'Agricoltura e dell'Alimentazione del nostro bel paese ben protetto: «la fissazione dei livelli massimi di residui nei prodotti di origine vegetale tiene conto delle realtà agronomiche ma anche delle esigenze tossicologiche»<sup>11</sup>. In pratica, ciò significa che i livelli non sono fissati esclusivamente in base al criterio della tossicità, ma anche in funzione dell'importanza del pesticida per l'agricoltura. In altre parole, le norme sono a geometria variabile, non in base alla sola pericolosità della sostanza, ma in base alla sua utilità economica.

<sup>11</sup> Sito internet del ministero francese dell'Agricoltura e dell'Alimentazione: *agriculture.gouv.fr/maitrise-des-produits-phytosanitaire-limites-maximales-de-residus-lmr*.