



UNC
CONSUMATORI.IT

Pane al carbone, vizi e virtù

08 Gennaio 2016



In Italia il pane costa sempre di più, e se ne mangia sempre meno. Secondo Coldiretti, il consumo di pane degli italiani è sceso nel 2014 al **record negativo di circa 90 grammi, due fettine di pane al giorno a persona**. Negli ultimi 30 anni il consumo è sceso in questi termini: dai **230 grammi a testa del 1980** ai meno di **100 grammi del 2013**. Mentre la spesa familiare per pane, grissini e crackers secondo Coldiretti ammonta a quasi 8 miliardi all'anno.

Ma **i prezzi del pane variano moltissimo in Italia**: a Napoli il pane costa 1,90 euro al chilo, a Bologna 3,98 euro, a Milano 3,57, a Torino 2,67, a Palermo 2,72 euro, a Roma 2,50, a Bari 2,81. La forte variabilità dimostra che l'andamento dei prezzi dipende solo marginalmente dal **costo del grano fissato a livello internazionale** al Chicago Board of Trade. Peraltro negli anni della crisi è **crollato del 27% il prezzo del grano riconosciuto agli agricoltori**, ma quello del pane ha continuato ad aumentare con un incremento del 6%.

A questo si aggiunge il dilagare di alcune mode, come ad esempio il **pane al carbone**, ormai immancabile nei panifici più forniti delle nostre città e scelto da molti consumatori perché considerato più digeribile. E' davvero così?

Cerchiamo di fare chiarezza: per produrlo è necessario aggiungere all'impasto circa 15 grammi di carbone vegetale per ogni chilogrammo di farina.

Il carbone vegetale si ottiene dalla combustione incompleta del legno e durante questo processo possono formarsi sostanze molto pericolose come gli **idrocarburi policiclici**

aromatici (IPA). Le norme vigenti impongono dei limiti di tolleranza molto bassi di IPA per il carbone impiegato a scopo alimentare e/o farmaceutico. Infatti il carbone vegetale può essere impiegato come additivo (**colorante**) oppure come **integratore alimentare** o anche come **farmaco**.

Bisogna subito precisare che **nella produzione del pane non è permesso l'uso di nessun additivo alimentare**; è invece permesso l'impiego come additivo in alcuni prodotti da forno. In pratica sembrerebbe che l'impiego che se ne fa nel pane comune sia illegale. E' invece ben conosciuto **l'effetto farmacologico** del carbone attivo che deriva dalla sua capacità di "adsorbire" e neutralizzare a livello intestinale diverse sostanze e/o gas potenzialmente nocivi. E' quindi indicato nei casi di aerofagia, flatulenza, digestioni difficili, ecc. Le sue proprietà benefiche sono state **riconosciute anche dall'EFSA** che ne ha approvato il "claim" nutrizionale e proprio per questo motivo in commercio sono disponibili degli integratori alimentari a base di carbone attivo. La sua capacità adsorbente si esplica nei confronti di molte sostanze chimiche benefiche ed anche di diversi farmaci, per cui l'impiego dovrebbe essere in qualche modo consigliato o controllato da un medico.

Quali sono le conseguenze per i consumatori di pane al carbone? La prima è di carattere **economico**. E' noto che il costo di questo pane può arrivare intorno ai **7 euro al kg** e si tratta di **un prezzo** decisamente truffaldino (15 grammi di carbone attivo costano circa 15 centesimi che non possono giustificare il raddoppio o triplo del costo dello stesso pane "normale").

Il carbone attivo impiegato dalle aziende farmaceutiche o da quelle che producono integratori alimentari è sicuramente **controllato** per verificarne la "purezza" e in particolare l'assenza degli IPA a livelli potenzialmente dannosi. Non si può essere certi della qualità del carbone impiegato dai fornai anche perché, come accennato, non c'è certezza che tale impiego sia legale.

Esiste poi il problema più serio della **capacità del carbone di "adsorbire" a livello intestinale** alcuni farmaci rendendoli inefficaci. Non si tratta soltanto di prendere precauzioni nel caso di terapie occasionali per combattere alcune malattie, ma anche nei casi di assunzioni costanti di farmaci che riguardano un gran numero di persone. Basti pensare alla "pillola" anticoncezionale assunta da molte donne i cui principi attivi potrebbero essere "adsorbiti" e neutralizzati dal carbone attivo.

Certo il **consiglio** che si può dare è quello di consumare prodotti alimentari contenenti carbone essendo coscienti che si paga un prezzo esagerato per ottenere qualche beneficio "digestivo" e per correre il rischio di qualche effetto non previsto e non desiderato.

Per avere maggiori informazioni sul pane al carbone leggi **ALIMENTAZIONE: 12 denunce per il pane al carbone**

Per gli altri articoli di Agostino Macrì, visita il blog www.sicurezzalimentare.it

Autore: Agostino Macrì

Data: 8 gennaio 2016

