



UNC  
CONSUMATORI.IT

## Alla scoperta dei solfiti

13 Ottobre 2014

La maggior parte dei consumatori non conosce queste sostanze ampiamente utilizzate nel settore alimentare e pertanto, senza neanche saperlo, quotidianamente ne assume in elevate quantità. Fanno eccezione i “soggetti sensibili” che invece prestano molta attenzione all’assunzione di solfiti perché sono la causa di manifestazioni allergiche, incluse le forme asmatiche.

### Cosa sono?

Fin dall’antichità i solfiti venivano impiegati soprattutto per facilitare la conservazione di gran parte dei prodotti alimentari. I primi a farne uso furono i Greci e i Romani che adoperavano il biossido di zolfo per disinfettare i tini in cui fermentava il vino. Le nuove e crescenti esigenze alimentari, imposte dallo sviluppo industriale, hanno incrementato notevolmente il ricorso a questo tipo di sostanze.

I solfiti sono composti organici solforosi che vengono impiegati come additivi alimentari, in ottemperanza al Regolamento (CE) n. 1333/2008, e rientrano nella categoria dei conservanti identificati dalle sigle E220-E228.

In particolare, con la sigla E220 viene indicata l’anidride solforosa (o biossido di zolfo) che è un gas incolore, irritante e dall’odore pungente che si produce dalla combustione dello zolfo nell’aria. I solfiti (E221, E226, E228), i bisolfiti (E222, E227) e i metabisolfiti (E223, E224) sono suoi sali inorganici che, durante il passaggio nell’apparato digerente, liberano anidride solforosa.

### A cosa servono?

I solfiti vengono aggiunti non solo nel vino ma anche in molti altri alimenti consumati quotidianamente come marmellate, bevande analcoliche a base di succhi di frutta, frutta secca o candita, conserve ittiche, crostacei congelati, insaccati e prodotti sott’olio. Grazie alle loro proprietà antimicrobiche, batteriostatiche, antifungine, ma anche antiossidanti e chiarificanti, favoriscono e incrementano la conservabilità dei prodotti alimentari, evitando alterazioni di colore come ad esempio l’imbrunimento della frutta secca e della verdura.

In particolare, per quanto riguarda il vino, nonostante i fenomeni fermentativi producano naturalmente una piccola quantità di anidride solforosa, l’aggiunta di solfiti consente sia un’ottima fermentazione sia la successiva conservazione, poiché tali sostanze riducono la

proliferazione di lieviti e batteri, impediscono eventuali fermentazioni anomale nonché facilitano l'estrazione del colore e del sapore dalle vinacce.

In ogni caso gran parte dei solfiti "evapora" sotto forma di anidride solforosa durante le prime fasi di lavorazione del vino e quindi con il tempo tende a scomparire dal prodotto; difatti normalmente la quantità che si ritrova nei vini in bottiglia o nei cartoni è molto più bassa rispetto alle fasi iniziali di produzione.

### **Dosi d'impiego**

In Italia, le norme di legge esistenti consentono l'aggiunta di 160-210 milligrammi per litro in funzione che si tratti di vini rossi oppure bianchi e rosati, mentre per i vini dolci il limite è più alto (400 mg/l) poiché la presenza di zuccheri fermentescibili aumenta il rischio di rifermentazioni non desiderate in bottiglia.

### **Consigli**

Come detto, i solfiti vengono aggiunti praticamente in tutti i vini compresi quelli in bottiglia di alto pregio. Si tratta di sostanze minerali potenzialmente ipersensibilizzanti o allergizzanti che, in alcuni soggetti sensibili, possono provocare manifestazioni allergiche talvolta anche gravi incluse forme asmatiche, pertanto i produttori sono obbligati a indicare in etichetta la presenza di solfiti e di anidride solforosa nel vino e in ogni altro alimento. Dunque è bene che i soggetti con tendenze allergiche e/o asmatiche prestino attenzione al consumo di alimenti contenenti questo conservante e in particolare ai prodotti venduti sfusi che non hanno etichette (come i vini e la frutta secca) poiché, rispetto a quelli confezionati, potrebbero dare meno garanzie riguardo la segnalazione della presenza di solfiti. Dunque si potrebbe affermare che i solfiti non sono dannosi per la salute, ad eccezione, come già menzionato, delle persone ipersensibili la cui assunzione di tali sostanze può scatenare manifestazioni allergiche e asmatiche.

Riguardo al vino, il problema più rilevante è rappresentato soprattutto dall'alcol perché potenzialmente più tossico e dannoso dei solfiti. A tal riguardo è sempre buona norma raccomandare un consumo moderato e consapevole della bevanda per mantenere un buono stato di salute.

**Autore:** Martina Bernardi

**Data:** 13 ottobre 2014