

# Il pesce fa bene, ma "fa meglio" se è bio

Dal 5 agosto è entrato in vigore il regolamento europeo sull'acquacoltura biologica.  
E alcune aziende italiane già producono pesce bio

Anna Saettini

Per acquistare una mela o un litro di latte biologici ormai basta andare al supermercato dietro casa. Lo stesso vale per la carne e la pasta, mentre se si vuole un prodotto più sofisticato, come un cosmetico, occorre cimentarsi nella ricerca di un negozio specializzato. Alzi la mano invece chi ha mai acquistato un'orata biologica.

Nel mare delle certificazioni dei prodotti da agricoltura biologica è sempre mancata infatti una normativa europea che applichi queste regole anche agli impianti di acquacoltura: insomma, spigole e cozze non avevano il "diritto" di essere allevate in regimi tutelati, protetti e privi di chimica come lo sono le mucche o i polli. Ma da quest'estate qualcosa è cambiato radicalmente e in futuro sarà possibile vedere sul banco del pesce un cartellino con la dicitura "salmonide proveniente da acquacoltura biologica".

Ci ha pensato il Comitato permanente agricoltura biologica (SCOP) della Commissione europea: dal 5 agosto è entrato infatti in vigore il regolamento di attuazione integrativo al regolamento 889/08/CE sull'acquacoltura biologica: 34 pagine di iter legislativo che consentirà il tanto auspicato sviluppo di questo settore basato su norme e parametri comuni tra tutti i paesi Ue. Il che significa

che verranno applicati gli stessi principi dell'agricoltura biologica anche per la produzione del pesce.

In Italia già l'Istituto per la Certificazione Etica e Ambientale (ICEA) è stato l'unico ente ad aver attivato da tempo uno schema di certificazione volontaria che prende a riferimento il disciplinare dell'Associazione Italiana Agricoltura Biologica (AIAB), regolamentando gli allevamenti in vasche a terra e la maricoltura. Un protocollo che non fa una piega, approvato dall'International Federation of Organic Agriculture Movements (IFOAM), organismo internazionale di riferimento per le produzioni biologiche. Ma, non esistendo una normativa comunitaria, il pesce proveniente da questi impianti non poteva essere etichettato come "biologico" ma solo nominato come allevato in regime biologico. E così può anche essere capitato di aver mangiato un pesce bio, ma del tutto inconsapevolmente.

## Il primo passo di un lungo cammino

Con il nuovo regolamento è stato fatto un enorme passo avanti, anche se per trovare un'orata bio, la strada è ancora lunga. In realtà non c'è ancora un atto del governo italiano in base a questo nuovo regolamento che stabilisca norme di applicazione. Una volta che il governo accoglierà

il nuovo disciplinare, gli enti che già certificano per l'agricoltura biologica potranno accreditarsi e iniziare così le certificazioni. In linea teorica le potranno fare, oltre ad ICEA, tutti e 16 gli enti certificatori in Italia. Poi tutto starà nell'inserire questi prodotti nel *mare magnum* della grande distribuzione organizzata.

«È praticamente certo che una grossa fetta di produttori si convertirà al biologico, soprattutto per scardinare un po' la concorrenza - commenta Paolo Pelusi, presidente del Consorzio Mediterraneo, un programma di ricerca sull'acquacoltura sostenibile -. Con questa nuova certificazione si ha la garanzia di un prodotto allevato in maniera ecosostenibile e allo stesso tempo con migliori caratteristiche, non tanto organolettiche ma proprio nel metodo di allevamento. Per cui si ha un pesce che si differenzia a livello qualitativo rispetto alle altre produzioni».

«Con la certificazione sarà possibile soddisfare quella parte dei consumatori, in continua crescita, che ricerca e richiede produzioni ittiche particolarmente sensibili al benessere

animale ed alla tutela dell'ambiente», fa eco Ettore Iani, presidente di Lega Pesca, inserita nel gruppo di lavoro del ministero delle Politiche agricole alimentari e forestali e da oltre un decennio impegnata nel promuovere le pratiche ecosostenibili nel settore dell'acquacoltura.

Quanti e quali sono le aziende che fino ad oggi hanno sottoscritto la certificazione volontaria con ICEA? «Le aziende certificate in Italia tra acqua dolce e acqua di mare non superano ad oggi le 10 unità ma entro l'anno prossimo, con l'entrata in vigore del regolamento, raddoppieranno» risponde Pino Lembo, responsabile settore acquacoltura dell'ICEA. E così abbiamo Bluvalley nelle valli venete, un allevamento in gabbie in Toscana denominato Ittica Falesia e aziende di trote in Friuli, in Veneto, e in Lombardia. E un impianto a Vibo Valentia della cooperativa Nautilus, che ogni anno produce tra le 80 e le 100 tonnellate di spigole e orate. Ma come sono questi pesci bio rispetto a quelli da allevamento "tradizionale"?

### Sano come un pesce

La rigida sequela di regole da seguire per fare un'acquacoltura biologica da manuale si può sintetizzare in tre linee principali: una riguarda il benessere del pesce, una quello ambientale e l'altra è a tutela del consumatore.

Il pesce deve essere allevato in condizioni il più possibile vicine alla natura e non deve essere sottoposto agli stress tipici degli allevamenti tradizionali. «In quest'ultimo caso – spiega Tiziano Pagliara, direttore dell'impianto di Vibo Valentia – le carni spesso non sono buone perché molti degli ormoni dello stress che vengono prodotti, come l'istamina, le irrancidiscono». Il vecchio adagio "essere sani come un pesce", infatti, non è nato a caso: questi animali hanno un sistema immunitario molto

efficiente. Ma se subiscono uno stress molto forte, dovuto per esempio da uno spazio vitale ridotto, le loro difese non funzionano più per quattro-cinque giorni. Per evitare questo il disciplinare prevede un continuo monitoraggio delle gabbie di allevamento: cambi di rete molto frequenti per evitare il *fouling*, livelli di ossigeno elevati e densità di allevamento molto basse: «il nostro impianto conta circa 30 pesci per metro cubo mentre un allevamento normale può arrivare ad averne 70-80» specifica Pagliara. Senza contare l'attenzione all'alimentazione. Vengono utilizzati mangimi certificati e *Ogm-free*, perlopiù importati da Inghilterra e Israele, vista la scarsa reperibilità sul territorio nazionale. Cosa sono? Si tratta di crocchette fatte con farina di pesce, principalmente alici provenienti dal Perù o dal nord Europa, altamente controllate, con contenuti di metalli pesanti molto al di sotto dei limiti di legge e addensate con farina di frumento proveniente da agricoltura biologica.

Inoltre all'esterno delle gabbie viene effettuata ogni anno la Valutazione di impatto ambientale. Quando poi il pesce esce dall'acqua, vengono fatte una serie di analisi qualitative sulle carni: dal contenuto di proteine e grassi Omega3 a quello di inquinanti, metalli pesanti, principalmente piombo mercurio e cadmio, elementi presenti a livelli elevatissimi nelle carni dei cugini selvatici. Così sulle tavole arriva un prodotto certificato in tutte le fasi della produzione.

### Dalle vasche alla tavola

A differenza del pesce biologico, le certificazioni di quello da allevamento tradizionale, dominante nella grande distribuzione organizzata, sono puramente documentali: nessuno si preoccupa di fare un'analisi dettagliata. «Questo non significa che gli altri siano peggiori – continua Pagliara –, ma non c'è sicurezza per la salute del consumatore. Per fare un esempio, i nostri pesci hanno un contenuto di mercurio 40

volte minore rispetto al limite massimo stabilito dalle leggi europee». Ma chi se ne accorge?

Anche negli allevamenti tradizionali italiani si usa comunque mangime certificato di qualità, anche se non biologico. «Un chilo di mangime bio – racconta Pagliara – costa intorno a 1,10 euro, un chilo di mangime normale costa attorno a un euro. In Grecia, in Turchia, in nord Africa i mangimi costano 40 centesimi». C'è quindi un problema generale di tracciabilità. La certificazione documentale non dà nessuna garanzia per il semplice motivo che un pesce può essere marchiato come "proveniente da area mediterranea", senza che venga resa esplicita la nazione precisa. Insomma non si sa se nel piatto ci finisce il branzino in guazzetto di pomodoro o di mercurio.

Ma con l'entrata in vigore della nuova legge si accende un lume di speranza, sia per i produttori, che vedranno riconosciuti i loro sforzi, sia per il diritto dei consumatori di sapere cosa bolle nella loro pentola. «Il pesce bio vincerà anche sul mercato contro le spigole greche da cinque euro al chilo – commenta Pelusi –. Bisogna cominciare a immettere nella grande distribuzione organizzata quantitativi interessanti e con la nuova normativa probabilmente questo sarà possibile». E, in attesa dell'approvazione da parte del governo, le acque si stanno già muovendo. «Già altri due impianti in Calabria stanno aspettando la certificazione: il nostro obiettivo è creare un'associazione produttori e andare a distribuire direttamente nella catena del biologico. Questo significa lavorare e trasformare il prodotto, imbustarlo, surgelarlo e saltare direttamente la distribuzione organizzata, andando nel mercato del biologico. Poi si passerà anche a quella convenzionale, che però non sarà pronta ad accogliere il pesce biologico prima dei 10

RICERCA OLANDESE

## Volete bene al cuore?

### Allora non «risparmiare» sul pesce

#### *Uno studio sottolinea occorre consumarne molto per garantirsi una reale protezione*

**MILANO** - I risultati dello studio di Marianne Geleijnse hanno fatto sobbalzare parecchi sulla sedia. Dopo aver seguito per più di 11 anni tutta la popolazione over 55 di un paesino alla periferia di Rotterdam, la ricercatrice olandese ha sentenziato: mangiare pesce non previene gli attacchi di cuore. Fa un po' bene al cuore dei diabetici, ma nessun miracolo. Un dato che va in controtendenza a quello che ormai è il pensiero comune: il pesce fa bene al cuore e bisogna mangiarlo spesso.

**STUDIO AMPIO** – Dovremo rivedere le nostre convinzioni? Geleijnse, che ha pubblicato la sua ricerca sull'[European Journal of Heart Failure](#), mette la pulce nell'orecchio: «Le pubbliche autorità e molti medici sono convinti che il consumo di pesce, anche in minime quantità, prevenga l'infarto. Eppure gli studi scientifici in merito non hanno dato forti prove a sostegno di questa tesi e i dati appena raccolti dimostrerebbero il contrario». La ricercatrice ha seguito dal 1990 per oltre un decennio tutti i 5300 abitanti con più di 55 anni di una frazione di Rotterdam: all'inizio nessuno aveva avuto un infarto, durante il corso della ricerca se ne sono verificati 669. La dieta di ciascun partecipante è stata scandagliata con questionari apposti nel 1990, per valutare soprattutto frequenza, quantità e tipologia di pesce consumato. Dopo aver analizzato i dati a disposizione, il verdetto: la quantità di pesce messo in tavola non è correlata in maniera significativa all'incidenza di infarto. In altre parole, pur mangiando omega-3 in quantità il rischio di attacco di cuore non cambia di una virgola o quasi: il tasso di incidenza è simile fra chi non mangiava pesce e fra chi ne mangiava oltre 20 grammi al giorno. Solo nei diabetici si è visto un lieve beneficio. Eppure gli omega-3 hanno dimostrato a più riprese di avere effetti antiaritmici, di essere antinfiammatori e di ridurre trigliceridi, pressione e ritmo cardiaco: possibile che contro l'infarto siano come acqua fresca?

**CAUTELA** – La Geleijnse dichiara prudentemente che non è il caso, sulla base di questi risultati, di far marcia indietro nelle raccomandazioni che invitano a consumare pesce almeno due volte alla settimana: «Nel nostro Paese – dice la ricercatrice olandese – il consumo medio di pesce è molto scarso, meno di una porzione alla settimana: forse gli effetti protettivi sull'infarto si evidenziano per dosi di omega-3 più consistenti. In più il pesce contiene altri nutrienti importanti, come la vitamina D e il selenio, ed è un'ottima fonte di proteine». Nessun freno al consumo, quindi. Anche perché questo è solo il secondo studio condotto in soggetti sani, specificamente mirato a valutare gli effetti protettivi del pesce nei confronti dell'infarto: l'unica altra ricerca precedente aveva ottenuto, nell'arco di 12 anni, risultati di segno opposto che indicavano un beneficio significativo correlato al consumo di pesce. E infatti Salvatore Pirelli, presidente dell'Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri osserva: «Credo che la spiegazione di questo dato sia da cercare nell'introito di omega-3, molto più basso nello studio olandese rispetto a quello preso in considerazione in altre ricerche, fra cui ad esempio i numerosi studi condotti dal GISSI, il Gruppo di Studio Italiano per la Sopravvivenza nell'Infarto». Solo un mese fa dal GISSI è arrivata la dimostrazione che gli omega-3, in dosi però assai superiori a quelle assunte dagli olandesi, prevengono le aritmie in pazienti con scompenso: l'ultimo dato di una lunga serie di conferme in positivo.