



LA PAROLA AGLI ESPERTI CIBO E SALUTE

di Caterina e Giorgio Calabrese, Tecnologa e medico nutrizionista

I DANNI PER L'ORGANISMO CHE PRODUCONO LE MICROPARTICELLE INGERITE CON L'ALIMENTAZIONE

# La plastica fa male non solo all'ambiente, ma anche a noi

Il nostro corpo fa molta fatica a eliminare queste sostanze tossiche. Occorre quindi preferire involucri di carta ed evitare di mangiare sempre le stesse cose

**P**olipropilene isotattico, ovvero PP-H, cioè un materiale plastico rivoluzionario ottenuto dalla polimerizzazione del propilene o dell'etilene. Una scoperta che valse nel 1963 il Premio Nobel per la chimica all'inventore Giulio Natta. Il volto della réclame degli anni '60-70 era un giovane e paffutello Gino Bramieri che con la sua ironia sottolineava la versatilità dei prodotti in plastica. Da allora a oggi la plastica ci ha invaso, diventando uno dei materiali più usati ma meno riciclati.

Sembra incredibile ma nel 2018 solo l'8,6% della plastica creata è stata riciclata. Ridurre la plastica preserva l'ambiente e la salute umana. Negli Stati Uniti, si stima che ogni persona generi più di 130 kg di rifiuti di plastica annui, mentre l'Italia ne produce la metà, circa 76 kg. Il problema emergente sono le microplastiche, particelle di plastica di dimensioni inferiori a 5 millimetri che possono essere trovate nell'acqua, nell'aria, sulla terraferma e fatalmente anche nei cibi. Le microplastiche ingerite possono causare tossicità, infiammazioni, disturbi metabolici, neurotossicità e un aumento del rischio di sviluppare dei tumori.

Uno dei fattori più pre-

occupanti è il fatto che siano degli interferenti endocrini, capaci di provocare danni alla fertilità e al metabolismo, tanto che si ritiene che siano protagoniste occulte nell'insorgenza di alcune malattie nervose, come le demenze senili, e anche corresponsabili di deficit immunitari. L'organismo umano fa grandi difficoltà a eliminare questi inquinanti, quindi una difesa minima possibile è differenziare gli alimenti, cioè non mangiare sempre le stesse cose come qualità e provenienza. I combustibili fossili bruciando producono gas velenosi come azoto e ammoniaca, che nell'atmosfera contribuiscono all'aumento di smog e piogge acide. Attualmente, per produrre plastica si consuma il 4% del petrolio mondiale. La plastica monouso costituisce il 40% di tutta la plastica prodotta, ciò aumenta la necessità di smaltimento e quindi la dispersione. Le microplastiche si formano dalla combustione delle plastiche abbandonate in discarica, ciò causa lo scomponimento in microparticelle, appunto le micropla-

stiche, la cui dispersione nell'aria produce elementi tossici che si depositano anche sulle piante commestibili e nell'acqua. Si stima che ogni anno nel mondo vengano utilizzati 5 trilioni di sacchetti di plastica.

## I COMUNI CAMPIONI DEL RICICLO

L'impatto dei sacchetti di plastica sull'ambiente è diventato così grave che diversi Stati, fra cui l'Italia, hanno imposto divieti su quelli monouso e diversi altri Stati si sono concentrati sull'attuazione di programmi di riciclaggio più efficaci. Fino ad agosto 2021 sono state prodotte circa 8,4 milioni di tonnellate di rifiuti di plastica associati alla pandemia. La plastica è certo un elemento riciclabile e alcuni Comuni virtuosi riescono con la differenziata a recuperarla e indirizzarla a una nuova vita senza ricorrere a nuove produzioni. Questa è una strada percorribile, e poi altre ancora come la sostituzione della plastica con la carta nelle borse, che possono pure essere di cotone, lavabili e quindi riutilizzabili. ●

