

Bisfenolo e alimenti

A che cosa serve? Perché se ne parla tanto?

Negli ultimi mesi sulla stampa si sente molto discutere di una sostanza chimica chiamata bisfenolo A.

A che cosa serve? Perché se ne parla tanto?

Il bisfenolo A (BPA) è un composto chimico usato da oltre quarant'anni nella produzione del policarbonato, un tipo di plastica rigida con cui si fabbricano biberon, piatti, tazze, caraffe, stoviglie adatte al microonde e recipienti vari ad uso alimentare. Il bisfenolo viene utilizzato anche per produrre il materiale plastico che riveste internamente lattine, scatole metalliche (es. scatole per il tonno o la passata), serbatoi per acqua, etc.. è ricompreso nell'elenco delle sostanze idonee al contatto con gli alimenti e per questo è stato più volte oggetto di studi per poterne valutare l'effettiva sicurezza, soprattutto in considerazione del fatto che rientra tra le sostanze in grado di interagire con gli equilibri ormonali dell'organismo ("interferenti endocrini") e che è imputato di avere effetti sulla fertilità e la riproduzione. Neonati e bambini possono essere particolarmente sensibili all'effetto degli interferenti ormonali perché si trovano in una fase di sviluppo critica e hanno sistemi di eliminazione e detossificazione delle sostanze estranee ancora immaturi.

La possibilità che venga ingerito dipende dal fatto che dai contenitori e dai rivestimenti il bisfenolo può migrare in piccole quantità nei cibi e nelle bevande e, come per altri composti, la normativa ha fissato un "limite di migrazione", ovvero la quantità massima di sostanza che il contenitore può cedere all'alimento.

Nel 2006 l'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA), sulla base degli studi tossicologici, aveva concluso che, nonostante l'evidenza di effetti ormonali, era possibile fissare una quantità limite di esposizione giornaliera "sicura" nell'uomo, chiamata dose giornaliera tollerabile (TDI), di 0,05 milligrammi per ogni chilogrammo di peso corporeo.

La dose giornaliera tollerabile è una stima della quantità di una sostanza, espressa in base al peso corporeo, che può essere ingerita ogni giorno per tutta la vita senza rischi apprezzabili. L'EFSA aveva constatato inoltre che l'assunzione di BPA da cibi e bevande è di gran lunga inferiore alla dose giornaliera tollerabile, persino per neonati e bambini.

Poiché studi più recenti sugli animali sembrano indicare insidiosi effetti del BPA anche a dosi basse, minori della dose giornaliera tollerabile sopra indicata, e nonostante permangano controversie nella comunità scientifica, le autorità sanitarie hanno espresso nuove preoccupazioni sulla sua sicurezza.

Alla luce di tutto ciò, il Comitato per la catena alimentare e la salute animale dell'Unione Europea ha deciso di mettere al bando dal prossimo anno il bisfenolo A nella produzione di biberon per bambini: dal 1° marzo 2011 ne sarà vietata la fabbricazione e dal 1° giugno non sarà più possibile trovarli sul mercato (né importarli).

In Italia alcune aziende (ad esempio Mebby, Mam, Avent, Nuk, Chicco) vendono già da tempo, accanto a quelle tradizionali, linee di biberon in vetro o in plastica senza bisfenolo, talvolta con prezzo più elevato. In generale l'oggetto non contiene BPA solo se sulla confezione presenta la dicitura BPA-free o 0%BPA; se non c'è nessuna dicitura potrebbe contenerlo o meno

Un recente documento dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), conferma inoltre che gli alimenti restano la principale fonte di esposizione al BPA (a causa della migrazione dai contenitori e imballaggi), mentre minimizza la rilevanza di altre fonti talvolta segnalate (come resine dentali, giocattoli, carta termica degli scontrini, polvere, terra, etc).

In attesa che tali decisioni vengano implementate, si possono seguire alcune semplici indicazioni che consentono di ridurre l'esposizione al BPA, come quelle riportate dal Dipartimento della Salute americano (HHS):

1. Scartare i biberon e le tazze di plastica con graffi e abrasioni: se contengono BPA possono rilasciarlo più facilmente.
2. Non scaldare o mettere a contatto i contenitori in plastica con BPA con liquidi o cibi caldi o bollenti (acqua, latte artificiale), perché lo rilasciano più facilmente.

3. Tettarelle: la parte della tettarella che il bambino mette in bocca è fatta di lattice o silicone e non contiene BPA; la protezione in plastica dura di alcune tettarelle può contenere BPA; l'esposizione può derivare soltanto da questa parte e la migrazione del BPA è comunque trascurabile.
4. I giocattoli in plastica per bambini generalmente non sono fatti con BPA.
5. Controllare la marcatura di bottiglie e contenitori in plastica per avere ulteriori informazioni.

I contenitori in plastica per alimenti sono marchiati, solitamente sul fondo, con un Codice Internazionale di Riciclo che indica il tipo di plastica e la modalità di riciclaggio. In generale le plastiche marchiate col codice 1, 2, 4, 5,6 (vedi sotto) non dovrebbero contenere BPA, mentre alcune plastiche marchiate col codice 3 o 7 potrebbero essere fatte con BPA.