Anno 28 • numero 1 • mensile • **gennaio 2019** • **4,50 euro**

il Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

Dimagrire

Venditori di diete
un tanto al chilo
Il business dei kit

Test

Contorno occhi
le creme che aiutano
a restare giovani

Acquisti

I manichini siamo noi
Ecco come ci spiano
anche in negozio



LA MELA PROIBITA

Tradizionali, biologiche, Igp vendute da supermercati, discount e perfino da McDonald's: sotto analisi **22 "rosse"** a caccia di **pesticidi, metalli pesanti** e **tossine**
E abbiamo trovato fino a **5 fitofarmaci** sullo stesso frutto

p.i. 28 dicembre 2018

XME
CONTO

IL CONTO CORRENTE CHE SEGUE LE TUE PASSIONI.



SE LO SOGNI LO PUOI FARE E NOI

YouTube intesasanpaolo.com



TI AIUTIAMO A REALIZZARLO.

Scopri il conto personalizzabile in base al tuo stile. Puoi aprirlo anche online. E con XME Salvadanaio è più facile raggiungere i tuoi obiettivi.

INTESA SANPAOLO

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per le condizioni contrattuali dei prodotti citati consultare il Foglio Informativo di XME Conto ed il relativo Fascicolo dei Fogli Informativi dei servizi accessori, disponibili in Filiale e sul sito internet delle Banche del Gruppo che li commercializzano. La vendita dei prodotti e dei servizi accessori è soggetta ad approvazione della Banca. Informazioni sulle limitazioni alla vendita online sono disponibili sul sito www.intesasanpaolo.com. XME Salvadanaio è rivolto ai titolari dei servizi per operare a distanza della Banca.



di **Riccardo Quintili**

Spaghetti e diossina, davvero vogliamo una nuova copertina del Der Spiegel?

Avete reagito in molti. Dopo l'inchiesta di copertina dello scorso numero, dedicata alla scelta del governo, incomprensibile e pericolosa, di innalzare il limite di sostanze inquinanti nei fanghi utilizzabili come fertilizzanti per le colture agricole, siete stati proprio voi, cari lettori, a chiedere in maniera forte e chiara un passo indietro all'esecutivo.
E così noi del Salvagente abbiamo deciso di "non passare ad altro argomento" ma di far arrivare la vostra voce nelle stanze del Parlamento. Abbiamo messo in piedi una petizione (la trovate su change.org sotto il titolo "Fermiamo i fanghi tossici che ci avvelenano e danneggiano il made in Italy") che in due settimane ha raccolto 5mila firme. Cosa ancora più importante, ha fatto e sta facendo discutere. Dentro e fuori la maggioranza giallo-verde, segno che non è (solo) una questione politica, di parte.
Sarà bene, a questo punto, ricapitolare la scelta infausta compiuta nel decreto Genova, che all'articolo 41 ha fissato a 1.000 mg/kg di sostanza tal quale il limite di idrocarburi pesanti consentiti in un fango destinato a concimare i campi agricoli, quelli da cui germoglia il tanto osannato made in Italy. Parliamo di molto di più di ciò che consente la Ue per lo smaltimento dei fanghi in discarica, segno dell'attenzione per i prodotti tricolori.
Non contenti, in fase di conversione in legge, i deputati hanno inserito limiti per gli Idrocarburi policiclici aromatici, diossine, Pcb, toluene, selenio, berillio, arsenico, cromo e cromo esavalente. Tutte sostanze cancerogene che, come ci ha spiegato in maniera molto efficace, Franco Ferroni, responsabile Agricoltura & Biodiversità Wwf Italia, spazzano via gli equivoci dietro ai quali il ministro dell'Ambiente Sergio Costa ha tentato, a caldo, di nascondersi: non si tratta "solo" di scarichi urbani, non sono solo le nostre feci a finire nei campi. E che non si trattasse solo di questo, lo aveva già scritto sul Salvagente Massimo Solani. E lo dimostra la considerazione logica di Franco Ferroni: "Perché il ministro Costa non spiega agli italiani come mai sono stati fissati limiti per Pcb e cromo esavalente... Non crederà che si trovino nelle feci dei cittadini?"
Nessuno studio preliminare, magari affidato all'Ispra sugli effetti di una scelta del genere, nessuna cautela su sostanze tossiche il cui accumulo è imprevedibile sul fronte degli effetti, nessuna valutazione sui danni (d'immagine ma non solo) al made in Italy... Non c'è dubbio che il provvedimento sia stato costruito per rispondere agli interessi di chi deve gestire i fanghi e avrebbe dovuto sostenere i costi del loro smaltimento. E magari anche di quelli immediati (un po' miopi per la verità) di chi come Coldiretti, Confagricoltura e Cia ora tace perché vede il vantaggio di avere gratis un fertilizzante e non si chiede se domani riuscirà a vendere quello che la terra inquinata produce.
Non si tratta di una questione di schieramenti politici. Lo dimostra bene l'intervista - che trovate su il Salvagente.it assieme a molti altri materiali sui "fanghi tossici" - a Saverio De Bonis, senatore del Movimento 5 Stelle e presidente di GranoSalus. Oltre ad appoggiare (in compagnia di altri personaggi di Isde, Wwf, Istituto Ramazzini e Federconsumatori) la nostra petizione, il senatore pentastellato definisce la norma "una legittimazione a sversare sostanze tossiche nei terreni per consentire una economia nella gestione di questi fanghi tossici alle aziende, del Nord e non solo, e alle industrie che si occupano di estrazioni petrolifere". Davvero c'è bisogno di altre ragioni per chiedere una correzione urgente?
Torna alla mente la famosa copertina del 1997 del *Der Spiegel*, un revolver nel piatto di spaghetti per screditare le vacanze in Italia. Quanto scommettete che quella nuova farebbe ancora più male?

Nel 1997 il settimanale tedesco mise in copertina una pistola in un piatto di pasta. E se oggi ci mettesse i fanghi tossici?



Schizzi di fango

Non poteva mancare di certo l'ironia di Vauro sul decreto Genova e sull'articolo 41 che mette in pericolo i prodotti del made in Italy. Una lettura, quella del vignettista, che, partita dalle nostre pagine, ha fatto il giro del web provocando moltissime reazioni.

Sommario

il Salvagente
Anno 28 - Numero 1 - gennaio 2019

Direttore responsabile
Riccardo Quintili
riccardo.quintili@ilsalvagente.it

Vicedirettore
Enrico Cinotti
enrico.cinotti@ilsalvagente.it

Redazione
Valentina Corvino
valentina.corvino@ilsalvagente.it
Lorenzo Misuraca
lorenzo.misuraca@ilsalvagente.it
Carla Tropia
carla.tropia@ilsalvagente.it

Via Ludovico di Savoia 2B
00185 - Roma
tel. 06 91501220
redazione@ilsalvagente.it

Hanno collaborato
Dario Vista
Roberto Quintavalle
Daniela Molina
Paolo Moretti
Silvia Biasotto
Adriana Picarella
Massimo Solani
Chiara Affronte
Paolo Onesti
Patrizia Pallara
Frank Merenda
Agata Gucciardo
Martino Ragusa

Questo numero è stato chiuso in tipografia il 14 dicembre 2018

Grafica
Valentina De Pietro
valentina.depietro@editorialenovanta.it
Monica Di Brigida
(Photoeditor)
photoeditor@editorialenovanta.it

Progetto grafico: Alessio Melandri

EditorialeNovanta srl
Società Unipersonale
c.f. 12865661008
Via Ludovico di Savoia 2/B
00185 - Roma
tel. 06 91501100
info@editorialenovanta.it
Amministratore unico:
Matteo Fago

Marketing e pubblicità
Lorenzo Canti
Valentina Cerri
Mauro Mattei
tel. 06 91501263
pubblicita@ilsalvagente.it

Stampa
Arti grafiche Boccia spa
Via Tiberio Claudio Felice, 7
84131 - Salerno
Coordinatore editoriale esterno:
Alberto Isaia - *albertoisaia@gmail.com*

Distribuzione
SO.DI.P. spa "Angelo Patuzzi"
Via Bettola, 18
20092 - Cinisello Balsamo (MI)

Registrazione al Tribunale di Roma
n° 212/1992 del 3 aprile 1992
ISSN 1123-7236

Questa testata non fruisce di contributi statali

Consumi

12 **Il Test del mese - I peccati della mela**
Abbiamo inviato in laboratorio 22 frutti comperati in supermercati, discount, negozi bio e fast food. Troppi i pesticidi misurati, anche 6 contemporaneamente
di *Lorenzo Misuraca*



28 **Un kit per dimagrire L'inganno è servito in tavola**
Prodotti già pronti per perdere peso. Un business con affiliazioni e percentuali per chi li consiglia
di *Dario Vista*

32 **L'alimento del mese**
Il finocchio
a cura di *Roberto Quintavalle*

34 **La seconda vita della bottiglia fuori dalla cantina**
Molti produttori non se ne interessano ma può rovinare anche un buon vino: trasporti, stoccaggio, temperature proibitive
di *Daniela Molina*

40 **Lo scelgo da me**
Il piumone
a cura di *Paolo Moretti*

42 **Cosa posso mangiare durante la gravidanza?**
Tra rischi di tossinfezioni e apporti irrinunciabili, il vademecum per la salute delle neo mamme
di *Silvia Biasotto*

50 **Mondo Italia**
Notizie utili dall'Italia e dall'estero
a cura di *Adriana Picarella*



Diritti

54 **Tra nuove e vecchie droghe è allarme per gli adolescenti**
Sostanze sconosciute (anche ai medici) assieme al boom dell'eroina, specie sintetica. E l'età di consumo diminuisce
di *Massimo Solani*

68 **L'aria che tira? Partono le misurazioni "dal basso"**
In molte città i cittadini si organizzano per le analisi low cost sugli inquinanti
di *Chiara Affronte*

74 **Questa casa è un albergo Stiamo diventando tutti host**
Grazie a siti come AirBnb l'affitto turistico per brevi periodi appassiona gli italiani. Ma quali regole devono rispettare?
di *Carla Tropia*



83 **Pensioni**
a cura di *Paolo Onesti*

84 **Condominio**
a cura di *Patrizia Pallara*

86 **L'Antitruffa**
a cura di *Frank Merenda*

Sul prossimo numero

Bianche, raffinate e...
Il test sulle farine italiane

In edicola il 23 gennaio



Scelte

88 **Chi è il manichino? Ora ci spiano anche in negozio**
Strumenti hi-tech per sapere su quali prodotti ci soffermiamo di più per venderci meglio. È la nuova frontiera del commercio
di *Valentina Corvino*

96 **Lo faccio da me**
I rimedi naturali per la tosse
a cura di *Agata Gucciardo*

98 **Ricette**
a cura di *Martino Ragusa*



il Salvagente

Indirizzo
Via Ludovico di Savoia, 2B
00185 - Roma

Email
redazione@ilsalvagente.it

Telefono
06 91501220

Facebook
ilsalvagente

Twitter
@ilsalvagenteit

Instagram
ilsalvagente.it

Web
www.ilsalvagente.it

Abbonamenti

Carta+digitale (1 anno) 39 euro
Digitale (1 anno) 30 euro
Premium (1 anno): 89 euro

Bollettino postale
Conto corrente numero
1027046562

Bonifico bancario
Credem
IT18M0303203204010000005056
Intestato a:
EditorialeNovanta Srl
Società Unipersonale
Via Ludovico di Savoia, 2B
00185 - Roma
Specificare la causale
"Abbonamento a il Salvagente"
e l'indirizzo dell'abbonato

Su www.ilsalvagente.it
è possibile abbonarsi
anche senza carta di credito

Per gli abbonati
Numero Verde
800-969 831
abbonamenti@ilsalvagente.it

Passi senza spese a Vodafone E arriva la batosta da Tiscali

Caro Salvagente,
ho cambiato gestore telefonico abbandonando Tiscali, fidandomi di Vodafone che mi aveva assicurato che non avrei dovuto avere costi di disattivazione grazie alla legge Bersani del 2011 e che avrebbero pensato a tutto loro.
Oggi mi è arrivata la fattura di Tiscali di ben 575 euro! Già in passato avevo inviato i moduli per la disdetta a Tiscali e mi avevano consigliato di fare la disdetta a dicembre 2018 per non pagare una penale di 350 euro… Non so che fare!

Davide Amigliani

Caro Davide,
purtroppo lei è stato vittima di venditori di Vodafone pronti a tutto pur di affibbiarle il contratto e le hanno taciuto, purtroppo, come in caso di cessazione anticipata il cliente non sempre ne esce illeso. Ecco cosa ci spiega Valentina Masciari, responsabile Utenze di Konsumer Italia.
"La somma che Tiscali addebita è dovuta alla restituzione della promozione goduta. Il signorAmagliani ha sottoscritto un'offerta con vincolo di tre anni; se si recede anche pochi giorni prima, il gestore chiede il rimborso dei benefici goduti; tutto ciò, però, deve essere indicato nelle condizioni di fornitura sottoscritte o chiaramente esposto nella registrazione vocale che precede la stipula.
Per assurdo, più si è vicini alla scadenza del vincolo e più si pagherà. Le somme sono quindi dovute ma, consigliamo al lettore di contestare la fattura, chiedendo chiarimenti sull'addebito e, se non ne avesse copia, le condizioni contrattuali sottoscritte. Dovendo aprire il contenzioso, suggerisco anche di bloccare l'addebito in banca della fattura, così da procedere con il pagamento solo dopo aver chiarito tutti i dubbi e magari richiedere poi una rateizzazione".

Quanto dura la garanzia su un elettrodomestico sostituito?

Caro Salvagente,
nel 2015 ho acquistato una macchina da caffè Kitchenaid 5KES2102EAC con garanzia 5 anni. A luglio del 2017 la macchina è però andata in corto circuito e mi è stata sostituita con una nuova. Questa nuova macchina all'improvviso ha avuto lo stesso problema. Genialpix sostiene che la sostituzione del prodotto comporta necessariamente il decorrere di una nuova garanzia dell'elettrodomestico sostituito. Il centro assistenza, invece, mi dice che avevo diritto a tre anni di garanzia sull'acquisto originale (non 5 come invece dichiarato in fattura dalla ditta fornitrice) e nessuna garanzia sulla sostituzione. Che diritti ho?

Luciano Favretto

Caro Luciano,
sbaglia il centro assistenza a parlare di 3 anni di garanzia: fa fede quanto riportato sulla fattura ossia garanzia di 5 anni e soprattutto quanto previsto nella garanzia. Consiglia Raffaella Grisafi, dell'associazione dei consumatori Konsumer Italia: "Il consumatore ha una fattura che riporta una garanzia legale di 5 anni il che ha un valore contrattuale ben preciso che l'assistenza non può negare così sbrigativamente. Consiglio un reclamo via pec

o raccomandata all'azienda chiedendo l'intervento in garanzia".
Per quanto riguarda la garanzia sul prodotto sostituito la questione non è semplice, ci spiega l'esperta, perché non c'è una norma specifica che disciplina la garanzia del bene che sostituisce quello difettoso. La risposta può essere solo interpretativa: se si sostituisce in sede di garanzia un pezzo del bene questo rientra nella garanzia originaria del bene. Nel caso del lettore invece sembra esserci una garanzia legale del bene nuovo oggetto di sostituzione di due anni, che il bene di default normativo si porta dietro. Ma siamo sul piano dell'interpretazione.

"Sa che a dicembre le scade il suo piano tariffario?" Eni interviene sul call center

Caro Salvagente, vorrei farvi la cronaca di una telefonata che è arrivata poche ore fa da un call center che si è qualificato come amministrazione EniGasLuce dal numero telefonico 0282958244. Non aggiungo commenti, credo che ognuno possa trarli da sé.
Call center: "Buonasera la chiamiamo per un'informazione amministrativa. Lei è xxxx xxxx e abita in xxxxx? Sa che a dicembre le scade il piano tariffario?"
Io: Mi scade il piano tariffario?
Call center: "Sì e pagherà 0,50 euro in più ogni…."
Io: Ah, questa non la sapevo. Come lei non sa, forse, che il "piano tariffario" si chiama mercato tutelato. E non scade. Mi dice lei come si chiama?
Tut, tut, tut (la linea cade)

Lettera Firmata, Roma

La testimonianza del nostro lettore racconta, ancora una volta, come alcuni venditori siano costretti a usare ogni mezzo lecito o (spesso) illecito per appioppare un contratto nel mercato libero ai malcapitati. In questo caso hanno trovato un lettore del Salvagente e piuttosto che ammettere che stavano sbagliando metodo hanno preferito riattaccare. Ma quanti cadono in trappole come queste?
Abbiamo segnalato a Eni questa vicenda e l'azienda ha reagito prontamente rispondendo a noi e al lettore. "Eni gas e luce si dice dispiaciuta dell'accaduto e si dissocia e condanna con fermezza il comportamento scorretto da parte del partner commerciale commesso in violazione delle rigide policy adottate dalla Società. Eni gas e luce precisa che i propri partner sono obbligati a osservare regole molto stringenti per il contatto dei clienti e ad utilizzare appositi script per una corretta e chiara proposizione commerciale. La Società ribadisce inoltre che applicherà al partner le severe sanzioni previste in tali casi".

Bollo auto non pagato: si può rottamare l'avviso di accertamento dell'Aci?

Caro Salvagente,
desidero sapere se devo pagare un atto di accertamento inviatomi dall'Aci per non avere pagato la tassa automobilistica dell'anno 2015 (la somma è di 187,96 euro) o se posso usufruire della rottamazione.

Lettera firmata, Milano

Il lettore fa riferimento alla cosiddetta Rottamazione Ter prevista dal decreto fiscale 2019, che si applica però alle cartelle esattoriali - tra cui quelle relative al mancato pagamento del bollo auto - notificate dal 1° gennaio 2000 al 31 dicembre 2017. Non, dunque, i meri avvisi di accertamento, per i quali si hanno a disposizione 60 giorni per pagare o fare ricorso. Scaduti i 60 giorni, se non si è provveduto al pagamento, la pratica passa all'agente della riscossione che invierà la cartella esattoriale.



Un salvadanaio per il suo futuro

Sono molte le formule per risparmiare e garantire una piccola somma quando i nostri figli saranno maggiorenni, Alcune più pericolose di altre. Un vademecum per non sbagliare nella guida di febbraio del Salvagente firmata dalla nostra Carla Tropia.



Il lato nascosto e oscuro degli alimenti gluten free

Il nostro viaggio nel mondo dorato delle promesse offerte da molti produttori di alimenti senza glutine. Cosa si cela dietro la lista degli ingredienti dei cibi di cui non possono fare a meno i tanti celiaci e chi si rivolge a una dieta del genere?

PROVA L'ABBONAMENTO PREMIUM HAI TUTTO DA GUADAGNARE

Se ancora non sei abbonato al Salvagente, puoi provare il Premium per 2 MESI e ricevere a **SOLI 6 EURO**: 2 numeri del mensile, 8 Guide e un libro a scelta (per un valore di 73,20 euro). Dopo i 2 mesi potrai disdire con un semplice click o passare all'annuale a 89 euro per avere tutti i vantaggi del Premium.

Vai su
ilsalvagente.it/promo6
scopri la promozione



2 mesi di Salvagente

+ 8 guide



+ 1 libro a scelta



Se già sei abbonato
c'è una sorpresa per te!
Scoprila su
abbonamentisalvagente.it

il Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

@ilsalvagenteit

@ilsalvagenteit

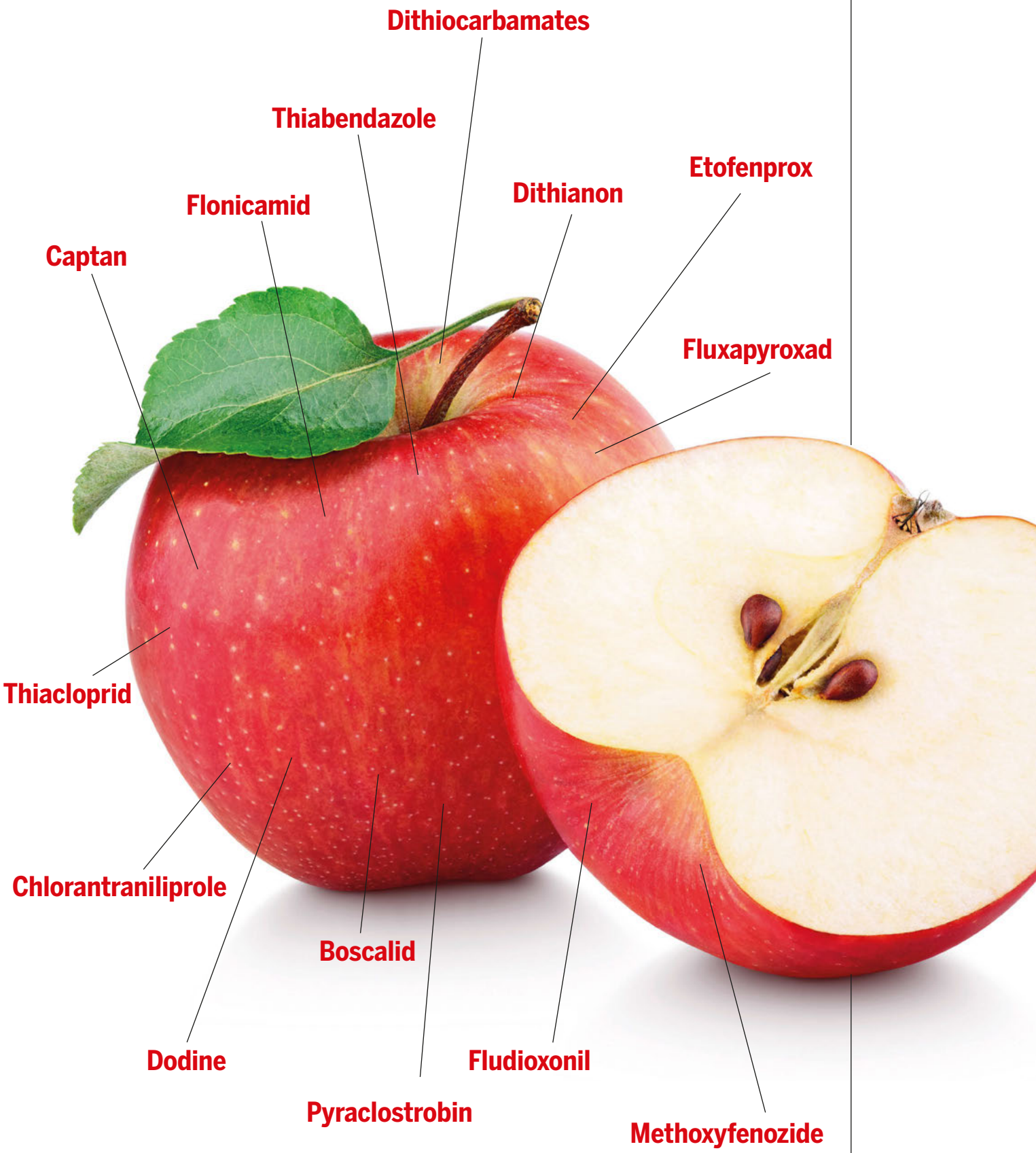
ilsalvagente.it

La mela della discordia

Questo frutto è associato comunemente alla **salute** e alla freschezza, ma in pochi sanno che i meleti sono tra le piante più trattate con **pesticidi**. Il nostro test su **22 campioni** comprati nei supermercati più famosi

di **Lorenzo Misuraca**

Fresca e adatta a tutte le stagioni, la mele è per antonomasia il frutto associato alla salute, tanto da diventare, secondo un famoso detto popolare, il cibo in grado di scacciare via le visite dal medico.
Quello che in pochi sanno, però, è che la mela è anche uno dei frutti più delicati e soggetti all'assalto di parassiti e funghi, e pertanto ha bisogno di diversi trattamenti con sostanze chimiche nel corso del ciclo produttivo. È lecito dunque chiedersi se al momento del primo morso si riveli poi così pulita come appare nell'immaginario comune.
Da questa domanda è partito *il Salvagente* per il test di questo mese, decidendo di analizzare 22 campioni di diverse marche comprate in supermercati, discount, negozi bio più comuni in Italia e perfino in un fast food. Sotto la lente del laboratorio sono finiti i frutti comprati acquistati da Coop, Conad, Esselunga, Lidl, Carrefour, Eurospin, Pam&Panorama, Todis, Simply, Castoro, Almaverde Bio Market, Naturasì e McDonald's. Tranne quest'ultimo (la catena di fast food fornisce la mela sotto forma di snack a fette in bustina), tutti i campioni sono stati reperiti in esemplari interi, appartenenti alle varietà più comuni: Gala, Stark (red) delicious, Pink lady, Kanzi. L'unica a non aver indicato la varietà in etichetta è proprio la popolare catena di fast food americana. Il risultato complessivo parla di ben 14 pesticidi trovati sulle bucce delle mele, con un esemplare che ne ha raccolti ben cinque diversi, le mele stark comprate da Todis. Sebbene in nessun caso i residui trovati abbiano superato i limiti massimi previsti per legge, la quantità di molecole diverse obbliga il consumatore all'attenzione: l'effetto moltiplicatore della sommatoria multiresiduo è una possibilità che diversi studi scientifici hanno evidenziato. Il risultato del test ha confermato la maggior garanzia del biologico. Non altrettanto significativo, almeno per i pesticidi, è risultato invece il marchio di garanzia Igp: le mele a indicazione geografica protetta si sono piazzate solo a metà classifica.
Da segnalare, infine, che ad una prima analisi, nel campione di mele bio red delicious Pam&Panorama abbiamo trovato un residuo molto alto della tossina patulina. Ma a un secondo controllo di laboratorio non sono state rintracciate anomalie. L'azienda ha così commentato: "Tutti gli articoli freschi sfusi sono controllati ogni giorno dai nostri addetti alla vendita che, in caso di presenza di frutta danneggiata (che potrebbe sviluppare la tossina, ndr), provvedono a toglierla dal commercio. Nel caso in cui si tratti di prodotti freschi confezionati, tuttavia, può capitare che la parte di frutta danneggiata non sia visibile agli addetti alla vendita: qualora accadesse, invitiamo sempre i nostri clienti a riportare il prodotto indietro per la sostituzione".


Dithiocarbamates
Thiabendazole
Etofenprox
Dithianon
Flonicamid
Captan
Fluxapyroxad
Thiacloprid
Chlorantraniliprole
Boscalid
Dodine
Fludioxonil
Pyraclostrobin
Methoxyfenozide

Legenda

Eccellente (10-9,1)
Ottimo (9-8)
Buono (7,9-7)
Medio (6,9-6)
Mediocre (5,9-4)
Scarso (sotto 4)

GALA BIO CANOVA



acquistate da Almaverde bio Market

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 3,90
Piombo (mg/kg): 0,015
Rame (mg/kg): 0,581
Pesticidi (mg/kg): Nessuno

10

STARK BIOSUDTIROL



acquistate da naturasì

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 2,90
Piombo (mg/kg): 0,016
Rame (mg/kg): 0,565
Pesticidi (mg/kg): Nessuno

10

ROSSE BIO GALA BIOORGANIC



acquistate da LIDL

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 5,63
Piombo (mg/kg): 0,015
Rame (mg/kg): 0,571
Pesticidi (mg/kg): Nessuno

10

RED DELICIOUS BIO



acquistate da Pam - PANORAMA

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 3,46
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,585
Pesticidi (mg/kg): nessuno

10

Cosa abbiamo cercato nei frutti

Per giudicare i 22 campioni portati in laboratorio, *il Salvagente* ha preso in considerazione la presenza di residui di diverse sostanze nocive. In tabella riportiamo tutte quelle trovate. Con la consulenza degli esperti di Isde-Italia, abbiamo riassunto gli effetti che possono avere sulla salute.

Metalli pesanti

Nelle mele analizzate abbiamo cercato cadmio e piombo, ma mentre nel primo caso non è stato trovato nulla sopra i limiti di rilevabilità, per quanto riguarda il piombo, la presenza è stata rilevata in tutti e 22 i campioni. Mai però oltre il limite di legge consentito pari a 0,1 mg/kg. Negli adulti, la tossicità dovuta a contatti ripetuti a basse dosi, causa malattie cardiovascolari con aumento della pressione del sangue e danni renali. Nei bambini, gli effetti tossici del piombo più importanti sono sul sistema nervoso.

Rame

I prodotti chimici a base di rame vengono usati in agricoltura come fungicidi. Si tratta di uno

GALA BIO VAL BIOVENOSTA IGP



acquistate da naturasì

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 2,90
Piombo (mg/kg): 0,016
Rame (mg/kg): 0,864
Pesticidi (mg/kg): Nessuno

9,8

MELE PER BAMBINI GALA CLEMENTI



acquistate da LIDL

Origine: Italia
Prezzo (euro(kg): 1,29
Piombo (mg/kg): 0,015
Rame (mg/kg): 0,344
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,119

7,5

RED DELICIOUS MELINDA



acquistate da CONAD

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,59
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,284
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,075

7,7

GALA



acquistate da coop

Origine: Italia
Prezzo (euro(kg): 1,75
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,422
Pesticidi (mg/kg): Dithianon 0,011 Fludioxonil 0,012

7,4

dei prodotti più comuni, utilizzato anche per le produzioni biologiche. L'Unione europea vorrebbe limitarne l'uso, per la sua tossicità: depositandosi sul terreno crea danni all'acqua, alla terra e ai microorganismi. In particolare, favorisce l'antibiotico resistenza di alcuni batteri. Il limite di legge nelle mele è di 5 mg/kg.

Captan

Si tratta di un pesticida considerato altamente tossico per i mammiferi. Secondo alcuni studi è un interferente endocrino. Probabile cancerogeno per gli esseri umani a seguito di esposizioni prolungate e di alto livello che causano citotossicità e iperplasia delle cellule rigenerative nella regione prossimale del piccolo intestino (esposizione orale) o del tratto respiratorio (esposizione per inalazione). È tra le sostanze attive più frequentemente rinvenute nella regione Puglia in mele e pere e in Emilia-Romagna nella frutta in generale. La soglia massima consentita nelle mele è di 10 mg al kg.

Flonicamid

Per questo insetticida esistono evidenze di carcinogenicità (U.S. Environmental Protection Agency, 2015). Irritante per gli occhi, per le vie respiratorie e per la pelle (EC Risk Classifica-

Legenda

Eccellente (10-9,1)

Ottimo (9-8)

Buono (7,9-7)

Medio (6,9-6)

Mediocre (5,9-4)

Scarso (sotto 4)

RED DELICIOUS FILIERA QUALITÀ



acquistate da Carrefour

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,49
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,299
Pesticidi (mg/kg): Dithianon 0,013 Captan 0,039

7,3

RED DELICIOUS FILIERA CONTROLLATA



acquistate da SIMPLY

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,29
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,374
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,168 Chlorantraniliprole 0,008

7

RED DELICIOUS MELASÌ



acquistate da coop

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 0,99
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,557
Pesticidi (mg/kg): Dithianon 0,011 Captan 0,080

7,2

GALA/ROYAL MARLENE ALTO ADIGE IGP



acquistate da SIMPLY

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,99
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,443
Pesticidi (mg/kg): Dodine 0,031

6,9

tion). Il limite massimo consentito di residuo nelle mele per questa sostanza è infatti molto basso: 0,3 mg al kg.

Fludioxonil

Sospetto cancerogeno, per attività inibitoria degli ormoni sessuali maschili nei mammiferi. Ha alta tossicità soprattutto per pesci e invertebrati acquatici. Persistente nel suolo e nell'acqua e non a caso è tra le sostanze maggiormente rinvenute nelle acque superficiali e sotterranee italiane, oltre che tra le sostanze più frequentemente rinvenute nei prodotti alimentari in Piemonte e nella frutta a livello nazionale. Essendo una sostanza persistente e tossica l'Unione europea la considera candidata alla sostituzione. La soglia massima consentita nelle mele è di 5 mg per kg.

Etofenprox

Sostanza bioaccumulabile e tossica, per la quale l'Unione europea pensa a una sostituzione, è usata come insetticida soprattutto in meli e cachi. Può danneggiare i bambini allattati al seno e causa danni agli organi per esposizione prolungata o ripetuta. Molto persistente in acqua, suolo e sedimenti acquatici, il limite massimo di residuo consentito sulle mele è di 1 mg/kg.

VAL VENOSTA RED DELICIOUS ALTO ADIGE IGP



acquistate da EURO Spin

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,79
Piombo (mg/kg): 0,015
Rame (mg/kg): 0,305
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,061 Dodine 0,020

6,8

LENI'S LE FRESCALLEGRE



acquistate da McDonald's

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 12,50
Piombo (mg/kg): 0,016
Rame (mg/kg): 0,577
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,069 Fludioxonil 0,034 Dodine 0,109

6,4

NIKOTER KANZI



acquistate da Pam - PANORAMA

Origine: Italia
Prezzo (euro(kg): 2,81
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,366
Pesticidi (mg/kg): Dithianon 0,020 Captan 0,060 Dodine 0,015

6,7

AMELIE RED DELICIOUS



acquistate da EURO Spin

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 0,99
Piombo (mg/kg): 0,011
Rame (mg/kg): 0,230
Pesticidi (mg/kg): Dithianon 0,026 Captan 0,108 Dodine 0,096 Methoxyfenozide 0,007

6,3

Thiabendazole

Questo fungicida è un probabile cancerogeno ad alte dosi, oltre a essere sospetto mutageno e sospetto tossico per la riproduzione. Causa cambiamenti istopatologici nel fegato e nei reni di topi e influenza molti parametri del sangue; causa alterazioni scheletriche nei ratti; può provocare tossicità epato/biliare negli esseri umani. Limite massimo permesso nelle mele: 4 mg/kg.

Methoxyfenozide

Insetticida sospetto cancerogeno, sospetto mutageno, sospetto tossico per la riproduzione. È molto persistente e ha una elevata affinità al bioaccumulo. Residuo consentito: 2 mg/kg.

Pyraclostrobin

Probabile cancerogeno, questo fungicida crea problemi alla salute soprattutto se inalato. È tossico per i pesci. Il limite massimo di residuo per le mele è molto basso: 0,5 mg per kg.

Thiacloprid

Fa parte dei neonicotinoidi, letali per le api (e quindi considerato per la sostituzione dallaUe). Probabile cancerogeno per gli umani e potenziale interferente endocrino. Nelle mele il limite massimo di presenza è di 0,3 mg al kg.

Legenda

Eccellente (10-9,1)

Ottimo (9-8)

Buono (7,9-7)

Medio (6,9-6)

Mediocre (5,9-4)

Scarso (sotto 4)

I laboratori

L'analisi multiresiduale sui pesticidi, nonché le analisi sui metalli pesanti e la patulina sono state condotte presso la pH Srl di Tavernelle Val di Pesa. L'analisi di revisione sulla patulina è stata svolta nel laboratorio di Chimica degli alimenti del dipartimento di Farmacia dell'Università Federico II di Napoli.

GALA NATURAMA



acquistate da ESSELUNGA

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,58
Piombo (mg/kg): 0,015
Rame (mg/kg): 0,462
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,099 Flonicamid 0,016 Thiacloprid 0,015

6

RED DELICIOUS PERCORSO QUALITÀ



acquistate da CONAD

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,32
Piombo (mg/kg): 0,013
Rame (mg/kg): 0,265
Pesticidi (mg/kg): Captan 0,145 Dodine 0,206 Fluxapyroxad 0,011

5,5

CRIPPS PINK PINK LADY



acquistate da Carrefour

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 2,98
Piombo (mg/kg): 0,015
Rame (mg/kg): 0,342
Pesticidi (mg/kg): Fludioxonil 0,013 Etofenprox 0,156

5,5

STARK MELINDA



acquistate da Todis

Origine: Italia
Prezzo (euro/kg): 1,59
Piombo (mg/kg): 0,014
Rame (mg/kg): 0,337
Pesticidi (mg/kg): Dithianon 0,038 Dithiocarbamates 0,019 Captan 0,116 Boscalid 0,011 Pyraclostrobin 0,010

5,3

Come sono stati valutati i campioni

I 22 campioni mandati in laboratorio sono stati sottoposti alla ricerca di metalli pesanti, patulina e centinaia di pesticidi. Tra questi sono stati rilevati sulle mele residui di ben 14 sostanze.Non tutte molecole sono ritenute dalla scienza potenziali cancerogeni, per cui abbiamo innanzitutto dato peso alla quantità di residui di pesticidi "pesanti" (quelli più pericolosi, elencati nell'articolo delle pagine precedenti) su ogni campione. In seconda battuta, è stato valutato il cumulo di residui diversi, che nel caso delle Pink Lady cilene è arrivato persino a sfiorare gli 8 milligrammi per chilo. Anche la presenza di piombo e rame ha pesato sul giudizio finale, seppure in misura minore.

STARK NATURAMA



acquistate da ESSELUNGA

Origine:
Italia
Prezzo (euro/kg):
1,58
Piombo (mg/kg):
0,014
Rame (mg/kg):
0,260
Pesticidi (mg/kg):
Dithiocarbamates 0,018
Captan 0,094
Dodine 0,012
Etofenprox 0,017

3,9

PINK LADY



acquistate da IL CASTORO SUPERMERCATI

Origine:
Cile
Prezzo (euro/kg):
5,59
Piombo (mg/kg):
0,014
Rame (mg/kg):
0,333
Pesticidi (mg/kg):
Fludioxonil 0,74
Chlorantranilprole
0,026
Thiabendazole 0,021

3

Bio, buone ma brutte? Un mito da sfatare

I produttori delle mele Canova di Almaverde Bio che si sono classificate al primo posto del test raccontano al Salvagente come e dove è possibile produrre frutta di qualità (anche estetica) senza usare fitofarmaci

La vittoria del nostro test da parte delle mele gala Canova distribuite da Almaverde Bio dimostra come un prodotto biologico possa essere competitivo anche nella grande distribuzione. E questo nonostante i dubbi da parte di chi abbonda in fitofarmaci. Canova (Gruppo Apofruit) è licenziataria del marchio Almaverde Bio per il comparto frutta e verdura fresca e trasformati bio, e può contare su 800 aziende agricole biologiche in tutta Italia. Abbiamo girato all'azienda alcune nostre curiosità.

I produttori convenzionali sostengono che senza i pesticidi le mele crescono "brutte" e quindi difficili da vendere.

Riteniamo che non sia appropriato parlare di prodotto esteticamente bello ma di prodotto che sia attrattivo per il consumatore e buono dal punto di vista qualitativo. Oggi le tecniche utilizzate in agricoltura biologica consentono di raggiungere questi risultati purché vi sia una coltivazione in aree vocate, competenza e preparazione agronomica del produttore, un'accurata cernita e selezione negli stabilimenti di lavorazione e possibilmente varietà resistenti.

Quali sono le condizioni climatiche e geografiche ideali per coltivare mele biologiche?

Non esiste una regola generale e molto dipende dalle varietà e dalla competenza tecnica. Generalmente le zone con maggiore altitudine consentono una migliore difesa contro alcuni insetti. Un clima più asciutto può invece aiutare a contrastare le malattie fungine.

Dove producete le vostre mele e quante varietà coltivate?

La produzione di mele avviene prevalentemente in Veneto, Emilia-Romagna, Trentino Alto-Adige, Friuli-Venezia Giulia e Piemonte. Vengono coltivate tutte le principali varietà conosciute come Gala, Golden, Fuji, Pink Lady, Granny Smith, con variazioni da territorio a territorio.

Quello che l'etichetta può (e dovrebbe) dirci

Al contrario di quanto si potrebbe pensare tra una mela e l'altra la differenza non è solo il colore e il sapore. Per scoprirlo si possono cercare alcune indicazioni interessanti, a partire dalle categorie extra, I e II.

La mela ha una scadenza o no? La domanda nasce da un episodio che ci è capitato durante il giro di acquisti per il campionamento. All'interno di un supermercato romano abbiamo trovato una confezione di mele (quattro divise dalla base di cartone e cellophanate) che riportava in etichetta una data di scadenza già passata da due settimane. Il commesso ha minimizzato provando a spacciarla per la data dell'imballaggio. E chissà che una volta fuori non le abbia scartate e messe nello "sfuso", il contenitore in cui non è indicata alcuna scadenza.
Vediamo di fare chiarezza. I prodotti possono essere venduti sia sfusi che preimballati. Nel primo caso, il venditore deve esporre accanto a essi un cartello o un'etichetta che indichi in maniera chiara e leggibile: paese di origine; denominazione dell'alimento (non necessaria se il prodotto è visibile); categoria e varietà o tipo commerciale; eventuali additivi usati; prezzo al chilo.

Per i prodotti preimballati, invece, ciascuna confezione deve riportare in etichetta con caratteri leggibili e indelebili le seguenti indicazioni: peso netto; il nome e l'indirizzo o codice di identificazione dell'imballatore e/o dello speditore; denominazione del prodotto, ad esempio "mele", se il prodotto non è visibile dall'esterno; denominazione della varietà; origine del prodotto. Obbligatoriamente il paese di origine ed eventualmente la zona di produzione o denominazione nazionale, regionale o locale; caratteristiche commerciali; il calibro (diametro) minimo e massimo. E per quanto riguarda la nostra domanda iniziale sulla scadenza? Non è obbligatoria in etichetta nei prodotti interi, ma se presente, il frutto deve comunque essere ritirato prima del termine indicato.

Le tre classificazioni

Una delle informazioni più oscure per il consumatore medio è quella della classificazione per categoria commerciale. Le mele, infatti, vengono classificate in tre categorie: I, II e extra.
Le mele "extra" sono quelle considerate di categoria superiore. La forma, il calibro e la colorazione devono essere quelli tipici della varietà, indicati secondo precisi criteri tecnici. Il peduncolo deve essere intatto, e la polpa deve essere indenne da qualsiasi deterioramento. Sono esclusi difetti, se non lievissime alterazioni superficiali della buccia, che però non devono pregiudicare l'aspetto generale del prodotto, la sua qualità, la conservazione e la presentazione nell'imballaggio.
Le mele della categoria I, invece, devono essere di buona qualità e presentare la forma, il calibro e la colorazione tipici della varietà, seguendo i criteri di colorazione e di rugginosità indicati

Italia campione di export

Con circa 2,2 milioni di tonnellate prodotte e oltre un milione di tonnellate esportate (dati Eurostat), l'Italia è il quinto paese produttore al mondo di mele, preceduto solo da Cina, Stati Uniti, Turchia e Polonia, e seguito da un colosso come l'India. I paesi verso cui i produttori italiani esportano maggiormente sono la Germania, la Spagna e i paesi arabi. Trento e Bolzano da sole producono il 60% delle mele nostrane.
Il mercato interno italiano è dominato dalle varietà locali, e solo una minima parte del frutto comprato nei nostri punti vendita arriva dall'estero: 63mila tonnellate.



© MNStudio/iStock

dalla normativa apposita. La polpa deve essere priva di qualsiasi deterioramento.
Al contrario però della categoria extra, sono ammessi alcuni lievi difetti: di forma, di sviluppo, di colorazione, della buccia (anche questi definiti da criteri tecnici). Il peduncolo può mancare, purché la rottura sia netta e la buccia intorno non risulti lesionata.
Tutte le mele che non possono rientrare nelle categorie sopra citate, finiscono nella categoria II. Questo non vuol dire però che in questo calderone finisca qualsiasi cosa. Anche per la categoria II infatti esistono delle caratteristiche minime predefinite. Per esempio i frutti devono essere interi, non affetti da marciume o da alterazioni tali da renderli inadatti al consumo, praticamente privi di sostanze estranee visibili, prive di parassiti e la polpa non deve presentare difetti di rilievo. Difetti di forma, sviluppo, colorazione e buccia sono però tollerati.

Abbiamo trovato una confezione scaduta. L'indicazione non è obbligatoria ma questa non è una scusa

I marchi di qualità

Chiariti gli obblighi di legge riguardo l'etichettatura delle mele e fornite le informazioni essenziali per orientarsi tra le diverse categorie, è possibile andare ad esplorare un ulteriore tipo di informazione che si può trovare in etichetta e che seppur facoltativa, può fare davvero la differenza nella scelta del cliente.
Si tratta dell'eventuale marchio di qualità. Anche le mele come altri prodotti alimentari possono essere a Indicazione geografica protetta (Igp) o a Denominazione di origine protetta (Dop). La differenza sostanziale tra i due è che nel primo caso basta che le materie prime siano lavorate secondo un disciplinare che rispetta la tradizione di un'area, ma i meleti possono essere anche in altre zone geografiche, mentre nel caso delle Dop, coltivazione e lavorazione devono essere effettuate interamente nella zona tradizionale. L'esempio di mela Dop è la Mela Val di Non, mentre tra le Igp c'è la Alto Adige e la Melannurca campana.
Non dimentichiamoci, infine, che l'etichettatura impone obblighi riguardo le mele biologiche certificate: oltre alla dicitura "biologica", deve contenere il simbolo europeo relativo, una foglia stilizzata formata da stelline su fondo verde, il nome dell'organismo di certificazione che svolge il compito di controllo del rispetto del disciplinare di produzione. Con queste informazioni, l'etichetta della mela non sarà più un mistero.

Dolce, aromatica, acidula. Una per ogni gusto e ricetta

Le più diffuse

Nel mondo si contano migliaia di **varietà di mele**, in italia le più diffuse sono qualche decina. Alcune si distinguono per l'aroma intenso, altre per la capacità di resistere alla cottura. Per l'insalata, per una torta o da mordere al volo, ecco una guida ai **nove tipi** che troverete più spesso al supermercato o dal fruttivendolo









Gialla oro, dalla polpa dolce, succosa e croccante. Contiene molto fruttosio e in cucina si usa sia per il dolce che il salato. Per la torta di mele è ideale. In Italia si coltiva soprattutto nell'arco alpino.







Di origine francese. La forma è appiattita, buccia gialla e rugginosa, il sapore acidulo. Si conserva a lungo. Coltivata nella Val di Non, Val D'Aosta e in Trentino. Ottima per strudel e frittelle.

Conosciuta anche come Red delicious, ha la buccia di un colore rosso intenso, la polpa fine e croccante, il sapore dolce senza acidità, ricca di carotene e retinolo. Con la maturazione tende a diventare farinosa, dunque il consumo ideale è al naturale, non cotta.



Fresca, asprigna, croccante. La Granny Smith, di origine austrialiana è la mela verde per definizione. Ricca di magnesio, è ottima a spicchi nelle insalate e come ingrediente per i sorbetti.





Ha buccia rosso intenso con venature giallo chiaro, polpa soda e croccante, sapore dolce e leggermente aspro. Dal punto di vista aromatico, dà il meglio se consumata "giovane" e non cotta. È consigliata per frullati e succhi.



Forma tondeggiante, buccia colore rosso-rosato, con striature gialle e verdi. La polpa è croccante e succosa, il sapore dolce, Dato l'aroma deciso, è consigliata nelle macedonie o da consumare intera.





Mela Igp, originaria della Campania, di piccole dimensioni, tonda e con buccia rossa striata. La polpa è bianca, compatta, croccante, succosa, dolce, acidula. Usata per i dolci e per produrre il nurchetto, un liquore tradizionale.



Il nome stesso lo dice: la buccia rossa su sfondo verde si distingue per le sfumature rosa. Molto zuccherina e dal sapore fruttato con tono acidulo, la sua dolcezza la mette al centro di ricette al forno e in padella. È una delle varietà più in voga negli ultimi anni. Proviene dall'Australia ma è coltivata anche in Italia.



È il nome commerciale della cultivar "Nicoter" sviluppata in Belgio. La buccia è rosso brillante, la polpa molto succosa e croccante, dolce e acido equilibrati.





Cosa rimane di sporco sulla buccia?

Dalla cera ai residui di pesticidi sono tanti i dubbi che assillano gli amanti di questo frutto che preferiscono morderlo senza sbucciarlo. Su questo gli esperti si dividono, tra chi assicura la pulizia del prodotto italiano e chi è più scettico

Alcuni anni fa sui social girava un video che mostrava come raschiando la buccia di una mela veniva giù una specie di cera che una volta bruciata produceva un odore di paraffina. Era una bufala, ma dato che tra miti e realtà le sostanze presenti sulla superficie di questo frutto destano preoccupazione, abbiamo interpellato due esperti in materia.

Rolando Manfredini, capo area Sicurezza alimentare della Coldiretti è sereno: "Nelle mele italiane i trattamenti postraccolta non si fanno più. Niente cerature, niente morfolina, un fungicida che veniva associato alla cera. Quello che si può trovare sulla buccia della mela sono non tanto i metalli pesanti quanto i residui di pesticidi".

Dal punto di vista della legge, nella Ue gli additivi ammessi per la ceratura delle mele sono cera d'api, cera carnauba, cera di candelilla, gommalacca, tutti naturali. Sarebbe buona cosa se fossero indicati in etichetta, ma dato che l'obbligo non c'è, al contrario degli agrumi, difficile che li troviate. "La cera - continua Manfredini - veniva usata per motivi prettamente estetici, e poi venivano incorporati fungicidi che si sono rivelati inefficaci. Oggi la conservazione delle mele è quasi sempre di atmosfera controllata".

Questo in Italia, ma per quanto il nostro mercato delle mele sia prevalentemente nazionale (solo il 7-8% del prodotto è importanto), non è da escludere che il frutto che viene dall'estero possa contenere sostanze pericolose. "Secondo noi - aggiunge Manfredini - ci sono residui di trattamenti post raccolta, utilizzati soprattutto nei viaggi lunghi per la conservazione. Ad esempio, il tiabendazolo, che si usa soprattutto su agrumi e banane, che nella Ue è vietato".

Niente cera, né morfolina sul made in Italy, giura Coldiretti. Il Wwf però parla di 40-50 trattamenti durante il ciclo produttivo

Il responsabile della sicurezza alimentare di Coldiretti rassicura sui pesticidi: "Se comparati con quelle straniere sulle mele italiane sono molto bassi" aggiungendo che "negli ultimi anni le tecniche d'intervento sono molto mirate".

Meno ottimista è Franco Ferroni, responsabile Agricoltura e biodiversità Wwf Italia: "I meleti arrivano ad avere anche 40-50 trattamenti durante il ciclo produttivo, di solito da aprile fino a fine settembre. Tanto che lo scorso anno i cittadini delle province di Trento e Bolzano hanno organizzato una marcia contro i pesticidi".

La Val di Non, territorio di produzione intensiva di mele, è insieme all'area del prosecco nel triveneto, quelle del viterbese dove si coltivano nocciole e il pistoiese per i vivai, una delle zone in cui i residenti soffrono di più la vicinanza di coltivazioni industriali. Tanto da aver presentato alla Camera una petizione firmata da 25mila persone nata da un comitato di cittadini che si coordina tramite un gruppo facebook.

"La petizione chiede alla vigilia della revisione del Piano nazionale di azione sui pesticidi, che siano fissati dei limiti certi rispetto le abitazioni dalle aree coltivate in maniera intensiva" spiega Ferroni. "Paradossalmente al momento non esiste nulla del genere, così non ci sono obblighi riguardo all'informazione che i cittadini dovrebbero ricevere sia sui giorni e sia sugli orari delle irrorazioni sia sul tipo di sostanze e sulla pericolosità". Oggi, invece, mentre l'agricoltore è tenuto a tutelare la propria salute, con molte precauzioni obbligatorie per legge, il cittadino contaminato accidentalmente è in balia di sé stesso. E senza alcuna informazione.



Lavare, risciacquare, e strofinare non basta, così come sciacquarla con candeggina (metodo utilizzato a livello industriale).

Immergerla in una soluzione di bicarbonato di sodio e acqua è più efficace: sono serviti 12- 15 minuti per rimuovere completamente i residui di due pesticidi depositati sulla buccia.



Qual è il modo più efficace per eliminare i residui di fitofarmaci da una mela?

Ce lo dice uno studio condotto dai ricercatori dell'Università del Massachusetts

L'efficacia però diminuisce per molecole che penetrano più a fondo nel frutto. In questo caso la soluzione migliore è **sbucciare il frutto**, anche se così si perdono vitamine e fibre.

“Ci sono varietà che hanno meno bisogno di pesticidi”

Il professor Silviero Sansavini è uno dei massimi esperti di questi frutti e ci fa da guida nel riconoscere caratteristiche, durata e qualità di quello che troviamo sul mercato. Non ultima la possibilità di scegliere le più resistenti e le più “pulite”

Silviero Sansavini, professore emerito dell’Università di Bologna e uno dei massimi studiosi di mele ci spiega le diverse caratteristiche di questo frutto in commercio.

Professor Sansavini gli italiani quali preferiscono?
In genere il consumatore richiede una mela dolce, acidula in modo equilibrato che abbia un certo aroma e soprattutto croccante e succosa, due qualità aggiunte negli ultimi anni.

Ci faccia alcuni nomi.
Le più diffuse oggi sono le mele gala. E poi ci sono le fuji giapponesi, la classica golden delicious. La quarta è la delicious rossa, che però non è croccante.

Anche il luogo di coltivazione ha la sua importanza: in pianura, per esempio, servono più trattamenti

Da cosa dipende la resistenza di una varietà?
La resistenza dipende sia dal metodo usato per coltivare, sia dalla genetica, le caratteristiche intrinseche della varietà.

Quanto riescono a conservarsi questi frutti?
L’atmosfera controllata se ben calibrata è in grado di portare queste quattro varietà a oltre 12 mesi. Chi dura di più sono fuji e gala. La golden raggrinzisce senza però disfarsi, non imbrunisce la polpa, dunque diventa più dolce, invece la red delicious è quella che diventa farinosa, per cui dura poco.

Ci sono varietà che in teoria hanno meno bisogno di pesticidi?
La resistenza intrinseca c’è in due tipi di mele, quelle ottenute geneticamente (ad esempio modì, florina, topaz, opal), che però sono note solo a pochi consumatori, e quelle antiche, autoctone, per piccole nicchie di mercato: come la renetta grigia di Torriana, la durello.

L’unica discriminante per chi vuole meno trattamenti è il biologico?
No, per esempio in Val Venosta, tra i 500 e i mille metri di altitudine, ci sono 700 ettari di meli resistenti alla ticchiolatura. I trattamenti sono un terzo di quelli che servono in pianura. Si riconoscono perché hanno il marchio Vip delle Marlene. In genere se le mele di identica varietà sono di pianura, è facile che abbiano dovuto subire più trattamenti.

Quante varietà esistono?
Sono in Italia 2.600 registrate. Ma molte sono mutazioni genetiche naturali, clonate per la propagazione vivaistica. Nel mercato ne arrivano nominalmente una decina, di ognuna ci sono diversi cloni. La gala ne ha per lo meno 40.



© Sean Gallup/Getty Images

Ci sono sfide dove la velocità da sola non basta.

VELOCITÀ TRASPARENTE

INTERNET ULTRAVELOCE
A CASA
24,95€
AL MESE
SE SCEGLI FASTWEB MOBILE



Filippo Tortu
Primatista italiano dei 100 m

146 | FASTWEB.IT | PUNTI VENDITA

FIBRA | WOW FI | MOBILE

FASTWEB
un passo avanti

Offerta valida fino al 31/12/2018, salvo proroghe con le Offerte Mobile a partire da 6,95€/mese, con esclusione dell'Offerta solo dati. Con addebito su CC e/o RID. In caso di dismissione del servizio Mobile, l'importo dell'Offerta Casa passa a 29,95€/mese. Verifica la tua copertura, le caratteristiche tecnologiche e le performance raggiungibili su gofw.it/fibra e gofw.it/adsl_rame

Dimagrire con i kit

Dopo le feste torna il periodo d'oro delle **diete**, dei nutrional coach e di chi vende metodi con **alimenti** già preparati per perdere peso. Un business che si basa anche su affiliazioni di professionisti con **percentuali** sulle vendite

di **Dario Vista**


© Vadimguzhva/iStock

Allo scadere delle vacanze natalizie, ogni anno nuovo, da buona tradizione, inizia con l'angoscioso senso di colpa conseguente alle copiose abbuffate e con la lancetta della bilancia che con il suo emblematico cinismo ci conferma che le festività hanno lasciato il loro segno.
Questo è il periodo d'oro per nutrizionisti e dietologi, ma anche per gli improvvisati "consulenti della nutrizione" e soprattutto per i commercianti di pozioni "miracolose" che promettono un rapido e infallibile recupero.
Basta fare qualche ricerca su internet con parole chiave come "dieta" o "dimagrire" per incappare nella trappola della profilazione dei motori di ricerca e trovarsi successivamente tartassati da pubblicità di beveroni, kit dimagranti e, per chi frequenta social network, da "*nutritional coach*" ai quali basta postare un commento con scritto "ok" per ritrovarsi di fronte a percorsi dietetici prodigiosi accompagnati sempre dalla vendita di prodotti specifici.
Anche nello studio di molti professionisti del settore vengono somministrati percorsi dietetici per ottenere un pronto risultato, accompagnati (talvolta prevalentemente costituiti) da beveroni e prodotti dietetici speciali.

Il franchising delle promesse

Molte aziende, come ad esempio Therascience o Penta, fanno visita presso i professionisti, i quali a loro volta vi si affiliano, proponendo così ai pazienti i loro prodotti. La mossa strategica di queste aziende, messa in pratica dai propri agenti e commerciali, è quella di vincolare l'acquisto dei prodotti, previa prescrizione del medico o del nutrizionista. Nello specifico, il professionista rimanda il paziente sul sito internet dell'azienda fornendo un codice di prescrizione che abilita all'acquisto dei prodotti. In pratica il professionista informa i pazienti

L'inganno è servito





che questi prodotti non possono essere acquistati senza la sua prescrizione; potete provare a visitare i siti web delle aziende sopracitate e noterete da soli che, una volta messi i prodotti nel carrello, non è possibile andare avanti senza il codice o il nome e cognome del medico prescrivente.

Si tratta di alimenti speciali non specifici per il trattamento di una patologia. Sono semplicemente alimenti e, in ogni parte del globo, non è necessario nessun medico per consentirci di acquistarli. Il codice come avrete sicuramente capito, è la pezza che certifica la provvigione del professionista. Giusto per fare chiarezza, tale compenso si aggira intorno al 30-40% del valore della merce prescritta; un'ottima fonte di guadagno per il nutrizionista, considerando che un paziente può spendere fino a 700-800 euro in una cosiddetta "fase di attacco".

Questi prodotti vengono inseriti in percorsi nutrizionali costituiti esclusivamente da verdure, insalate e tisane; questi ultimi sono i reali responsabili del dimagrimento o, per essere più precisi, del "deperimento".

Da questi percorsi si esce solitamente con una perdita della massa magra, quella che dovremmo proteggere, e soprattutto si è soggetti al cosiddetto "*rebound*" (letteralmente rimbalzo), ossia la ripresa del peso successivamente al ripristino di una dieta normocalorica e proporzionata nei nutrienti.

Per quanto tali prodotti possano essere edulcorati e aromatizzati, prima o poi nauseano il paziente il quale ritorna ai suoi "sgarri", che però in uscita da tali percorsi sono molto più deleteri nei confronti della linea.

Per soddisfare psicologicamente i pazienti più difficili, nei cataloghi troviamo molti dolci e prodotti di pasticceria, costosi, ma assolutamente compatibili con il regime dietetico da affrontare. Ma sono davvero diversi dai dolci convenzionali? Abbiamo analizzato i valori nutrizionali della tavoletta di cioccolato della PentaDiet comparandoli con quelli della tradizionale Lindt al 90%.

Su 100 g di prodotto il risparmio di carboidrati e zuccheri (principali responsabili del dimagrimento) è di soli 5 grammi (9 g in Penta e 14 g in Lindt) e il contenuto di sale nel prodotto "speciale" è 10 volte maggiore (0,3 g in Penta e 0,03 in Lindt). L'aspetto più eclatante però è il prezzo: la Lindt al 90% costa 29 euro al kg, la tavoletta Penta ben 89 euro al kg.

Per di più la lista ingredienti del prodotto "speciale" è molto più lunga rispetto al convenzionale: la tavoletta Lindt non contiene additivi, la Penta invece contiene lecitine, edulcoranti chimici e collagene idrolizzato.

Confrontate i valori nutrizionali dei kit dimagranti con quelli di un cibo tradizionale, i risultati sono sorprendenti

Se analizziamo poi le omelette alle erbe Lignaform della Therascience, restiamo increduli. Una bustina da 24 g di preparato, che consente di ottenere una omelette da 120 g, contiene 1,3 g di carboidrati; la stessa quantità di omelette convenzionale meno di 0,8 e per di più la seconda è costituita da circa il 76% di acqua, mentre la prima da più dell'80%. Anche qui la spesa per il consumatore è diversa: un preparato Lignaform costa 3,09 euro, una omelette fatta in casa con 2 uova biologiche di qualità, circa 1 euro.

Per ironizzare si nota che la differenza di 2,09 euro è giustificata dal fatto che in più con Lignaform acquistiamo: glutammato monosodico, colorante e altri additivi!

Buon appetito.

Il successo del Soylent il beverone "artificiale"

Tra i sostitutivi del pasto da qualche tempo ha grande successo il formulato che promette di fornire le calorie, le vitamine e le proteine necessarie. Ma che sottovaluta l'aspetto psicologico del mangiare



Accanto ai prodotti "miracolosi" venduti a corredo delle cosiddette "diete lampo", ne esistono altri denominati "sostitutivi del pasto", che a differenza dei biscottini e degli smoothies commercializzati dalle aziende di cui parliamo nelle pagine precedenti, dovrebbero, come dice il nome, garantire tutti i nutrienti che avremmo assunto con un pasto tradizionale.

La normativa europea stabilisce dei parametri da rispettare, relativamente ai valori nutrizionali dei sostituti del pasto, che vengono solitamente prescritti successivamente al percorso di attacco con la finalità di permettere il mantenimento del peso dopo il dimagrimento.

Infatti, a livello legislativo sono denominati "sostituti del pasto per il controllo del peso" e il valore calorico della singola razione deve essere compreso tra le 200 e le 250 kcal.

L'energia fornita dai grassi non deve superare il 30% del totale, mentre il tenore proteico deve fornire tra il 25 e il 50% dell'energia totale.

Non basta che questi prodotti contengano proteine; queste ultime devono rispettare il cosiddetto "indice chimico", come disciplina il Reg. CE 1413 del 2016, stabilito per garantire il sufficiente apporto dei singoli amminoacidi costituenti.

Infine l'alimento sostitutivo deve garantire almeno il 30% della razione giornaliera raccomandata di vitamine e sali minerali.

Nella vasta gamma di alimenti che si definiscono "sostitutivi del pasto" a differenza degli altri prodotti e integratori che recano la famosa dicitura "non va inteso come sostituto di una dieta variata, equilibrata ed uno stile di vita sano", negli ultimi anni eccelle sul mercato la Soylent.

Soylent non è altro che un beverone che promette di fornire tutte le calorie, le vitamine e le fibre necessarie all'organismo, puntando molto sul prezzo, rispetto ai concorrenti, e sulla praticità d'uso.

Pur rispettando quanto disciplinato dalla legge in termini di valori nutrizionali e contenuti vitaminici, resta il fatto che mangiare non significa soltanto soddisfare i fabbisogni biologici e garantire il funzionamento dei processi biochimici di base.

Quest'ultimo aspetto non è garantito del tutto, poiché assumere nutrienti mediante un processo "artificiale", venendo meno la masticazione e quindi l'innesco del transito nel tubo digerente, non è detto che assicuri la creazione dell'ambiente enzimatico che permette l'assorbimento degli stessi nutrienti.

Mangiare prevede anche e soprattutto un aspetto psicologico, relativo alla socialità e alla dimensione edonistica del palato. Una dieta fatta di beveroni relativamente a questi aspetti ha sicuramente vita breve.

a cura di **Roberto Quintavalle**

Il Foeniculum vulgare (finocchio) è una pianta della famiglia delle Ombrellifere con importanti proprietà digestive e una povertà di calorie e una ricchezza di fibre (sazianti) molto interessanti

Per una volta, allo scaffale, vale la pena farsi infinocchiare

Fatene una buona scorta. Costa molto meno di una qualunque dieta, fa molto meglio ed è sicuramente efficace. Molto più dei beveroni di cui si occupa le pagine precedenti il nostro nutrizionista di riferimento, Dario Vista.
Insomma, meglio non "farsi infinocchiare" da prodotti esotici o chimici e cercare di dimagrire con il finocchio in "carne e ossa".

Povertà interessante

Stiamo parlando del vegetale coltivato della famiglia delle Ombrellifere, visto che quello selvatico tanto usato dagli amanti della buona cucina, si raccoglierà tra agosto e settembre, mentre quello dolce che siamo abituati a servire in insalata o stufato è nel pieno della sua produzione. E torna d'attualità dopo le grandi abbuffate di fine anno.
La ricerca di alimenti non energetici non poteva che privilegiare questo ortaggio, che ha il grande merito di essere del tutto privo di grassi (come il finocchio ci sono solo barbabietole rosse, carote, patate novelle e rape) e il più povero in assoluto di calorie.
A una tale leggerezza la medicina naturale unisce diverse indicazioni utili. L'ottimo potere digestivo, per esempio, che ne fa un buon rimedio contro acidità, mal di stomaco e gastrite. E anche il buon effetto coadiuvante nella produzione di latte o quello di blando tonico.
C'è da aggiungere che le controindicazioni sono davvero inesistenti per questi ortaggi che, tutt'al più, possono riservare qualche problema solo a chi soffre di estrema sensibilità intestinale, acutizzabile dall'abbondanza di fibre. In compenso, poiché riduce il gas intestinale, può essere utile per attenuare la componente dolorosa della sindrome da colon irritabile.

Consigli per gli acquisti

All'acquisto è bene scartare i finocchi con zone scure. Quanto alla scelta tra "femmina" (di forma allungata) e "maschio" (tondeggiante), dipende solo dai gusti. La prima è più apprezzata perché più tenera e con meno filamenti del "maschio", ed è di norma privilegiato per il consumo stufato. Il secondo, più rotondo e panciuto, si consuma di preferenza in insalata anche perché con polpa più "carnosa".
Dubbi sulla freschezza? Partite da una semplice considerazione: il finocchio è fatto essenzialmente di acqua. Più passa il tempo, più ne perde e dunque più risulta leggero. Confrontateli a parità di dimensioni, non faticherete a scorgere le differenze tra quelli pesanti e freschi e quelli più vecchi.


© Kaan Ates/iStock

Tabella nutrizionale
(per 100 grammi di finocchi crudi)

Calorie	**36 kcal**	Potassio	**394 mg**
Proteine	**1,2 g**	Calcio	**45 mg**
Grassi	**tracce**	Fosforo	**39 mg**
Carboidrati	**1 g**	Magnesio	**16 mg**
Fibra totale	**2,2 g**	Vitamina C	**12 mg**
Sodio	**4 mg**	Vitamina A (ret. eq.)	**2 mcg**

Fonte: Inran



A gennaio sono di stagione

FRUTTA		VERDURE	
Arance	Mele	Barbabietole	Lattuga
Cachi	Pere	Bietole da costa	Porri
Castagne	Pompelmi	Carciofi	Radicchio
Clementine		Carote	Ravanelli
Kiwi		Cavolfiori	Topinambur
Limoni		Cavoli	Sedani
Mandarini		Finocchi	Spinaci
			Zucche

Tisane per bebè Meglio evitare

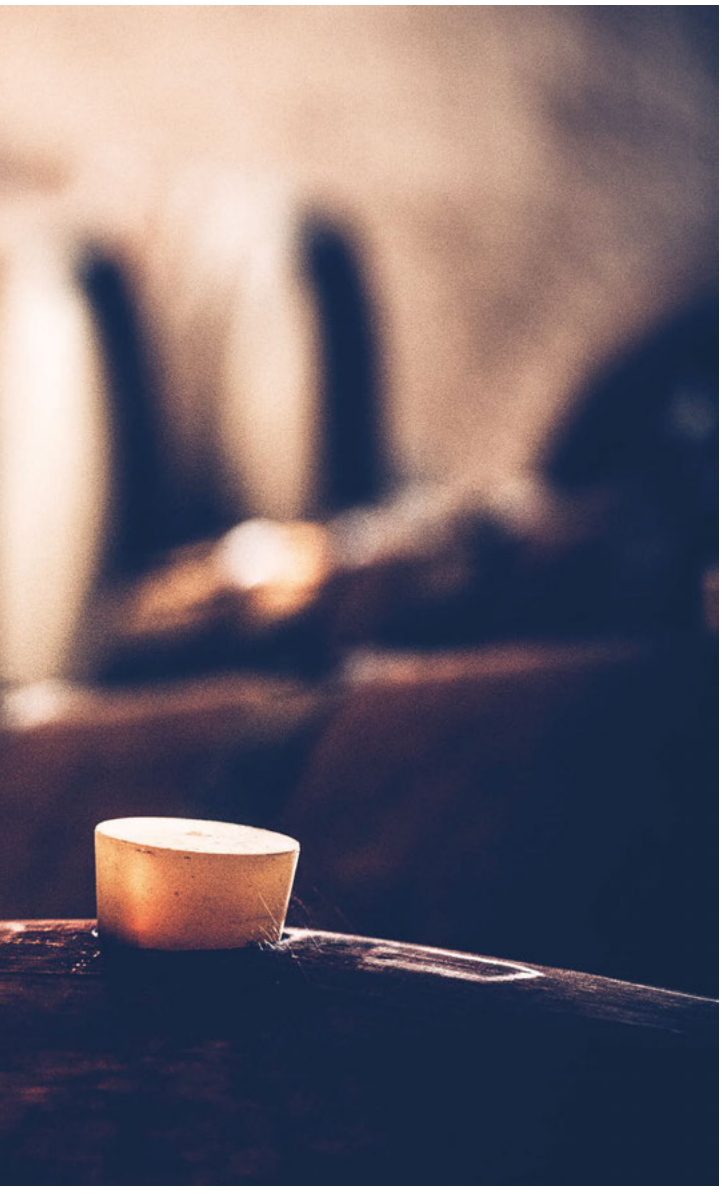
Rilassanti e digestivi sì, ma non adatti a tutti.
Non ci riferiamo al finocchio in sé che, come detto, non ha alcuna controindicazione, ma ai suoi semi. Sotto forma di tisana, sono molto utilizzati non solo come digestivo per grandi e piccoli, ma soprattutto come rimedio naturale per le coliche dei neonati e per favorire la produzione del latte nelle mamme durante l'allattamento. Ma il fatto che si tratti di sostanze naturali non significa che siano innocue.
Al contrario, rappresentano un rischio per i bambini sotto i 4 anni, per i quali dovrebbero essere utilizzati solo su precisa indicazione del pediatra, e per le donne in gravidanza o in allattamento.
Tisane, tè e miscele solubili istantanee contengono naturalmente estragolo, una sostanza cancerogena e genotossica, come ha provato l'Istituto nazionale per la ricerca sugli alimenti e la nutrizione nel 2011. Lo studio dell'Inran ha infatti confermato (e per la prima volta quantificato) che i livelli di estragolo registrati in queste bevande sono troppo elevati perché il loro consumo possa essere considerato sempre sicuro.
"Per la prima volta siamo stati in grado di ottenere stime precise dell'esposizione all'estragolo associata al consumo di tisane al finocchio - spiegava al Salvagente il professor Antonio Raffo, autore dello studio - laddove invece la letteratura scientifica era carente e imprecisa".


© Casarsa Guru/iStock

Vino, la seconda vita fuori dalla cantina

È quella di cui molti produttori si **disinteressano** e che invece può rovinare irrimediabilmente anche un buon prodotto: lunghi **trasporti**, stoccaggio in depositi inadatti, a **temperature** proibitive... E le brutte sorprese arrivano al primo sorso

di **Daniela Molina**



Vi è mai capitato di stappare una costosa bottiglia di vino dal gran nome, dalle grandi promesse e magari anche dal notevole prezzo, e avere un'amara sorpresa già dal primo sorso? Brutta sorpresa ma non rarissima. Nonostante l'Italia sia nel gotha dei produttori mondiali di vino in pochi si preoccupano di come questo arrivi sulle tavole dei consumatori. Una volta venduta la bottiglia, molti produttori pensano che il loro lavoro sia finito, ma perdere clienti è facile se non si considerano le varianti che possono modificarne la qualità: trasporto, stoccaggio e conservazione delle bottiglie da parte del venditore al dettaglio. Così un consumatore che acquista una bottiglia di vino dello stesso vitigno, della stessa annata e dello stesso produttore al supermercato o in un'enoteca, va direttamente in cantina oppure la ordina via internet può trovarsi di fronte a un vino con caratteristiche completamente diverse. Come può succedere una cosa del genere?

Semplice: il vino dovrebbe essere trasportato e conservato avendo cura che mantenga sempre la stessa temperatura (possibilmente anche lo stesso tasso di umidità), non dovrebbe essere agitato e dovrebbe stare sempre al buio. Altrimenti la chimica del prezioso liquido, che è sempre in divenire, si modifica e ci troviamo di fronte a un prodotto alterato nel colore, nell'odore e nel sapore. In poche parole a un altro vino. Assicurarsi che il proprio prodotto arrivi sulle tavole del consumatore nelle stesse condizioni in cui era quando è uscito dalle cantine è essenziale per qualsiasi casa vinicola che si rispetti.

Che in Italia ci si interessi poco del periodo che va dall'uscita dalla cantina alla tavola del consumatore, lo testimonia anche il fatto che sono stati gli statunitensi i primi a effettuare degli studi sugli effetti del trasporto e sono sempre loro a richiedere, prima di importare un nostro vino, di spedirlo tramite container a temperature controllate. Richiesta che, come ci dice la produttrice Matilde Poggi, fanno perfino i giapponesi.

Certo, direte voi, in questi casi la bevanda deve fare un lungo tragitto e dunque rischia di più. Vero, così come è vero che in Italia il clima si è talmente modificato che per oltre due mesi l'anno abbiamo una temperatura che si aggira sui 40° C mentre il vino dovrebbe essere conservato a una temperatura non superiore ai 15° (anche il rosso). I trasportatori che usano furgoni e camion qualunque, magari caricando le bottiglie il venerdì sera per iniziare il trasporto il lunedì mattina e lasciandole sotto il sole, dove arrivano anche a 60°, secondo voi possono andar bene? E i trasporti lunghi che durano giorni con mezzi non adeguati? E i pallet lasciati dove capita? E cosa succede poi se un vino è biologico?

Tutte domande che dovrebbero avere una risposta scontata: la cura deve essere adeguata, almeno fino al momento dello scontrino. Lo dicono chiaramente anche i disciplinari dei produttori che indicano quali devono essere le caratteristiche (colore, odore e sapore) che uno specifico vino deve avere al momento del consumo, non dell'imbottigliamento. Come vedrete da queste pagine, però, si tratta di assicurazioni che troppo spesso rimangono sulla carta.

“Dopo un viaggio a 50° cosa vi aspettate di bere?”

Marco Comunian, dell’Associazione italiana sommelier, spiega al Salvagente come può cambiare (e peggiorare) una bottiglia lasciata in magazzini qualunque o affidata a corrieri senza mezzi con temperature controllate. E sui banchi, esposto alla luce

Marco Comunian è il responsabile forniture dell’Ais (Associazione italiana sommelier) Veneto che ogni anno stappa 11mila bottiglie di vini diversi per assaggiarli durante i corsi formativi. È anche uno dei maggiori distributori del Triveneto. Il suo grido di allarme, dunque, non è di quelli che possono lasciare indifferenti. “Nel mondo del vino - ci dice - purtroppo ci sono molte carenze nel trasporto. Specialmente in questo momento perché lo si affida a tanti corrieri che non hanno temperature controllate. Il vino viene trasportato all’interno di camion e furgoni dove si raggiungono anche 50° o addirittura vengono lasciati a stazionare all’interno dei cassoni per due giorni senza copertura o senza zone d’ombra a temperature continue di 50/60°.

Comunian, nella sua esperienza lei ne vede le conseguenze. Come se ne accorge?

Il primo segnale è l’ossidazione del tappo, che a lungo termine si può anche avere, ma in questi casi è causata dalle insolazioni e dai colpi di caldo. E poi naturalmente il prodotto non è più quello che avremmo comperato all’origine.

Nei magazzini come andrebbero conservate le bottiglie di vino?

Molti magazzini - e io sono uno dei primi che lo ha fatto - hanno deciso di tenere le temperature sotto controllo coibentando il capannone. All’interno della nostra area di stoccaggio abbiamo messo un magazzino verticale con 40.000 bottiglie a temperatura controllata sia per quanto riguarda l’umidità sia per quanto riguarda gli sbalzi di calore. Ma questo è un magazzino che abbiamo adottato 5/6 anni fa in quanto azienda pilota dell’Università di Padova, per un progetto effettuato insieme al Cnr - Agripolis di Legnaro.

I costi da affrontare per un distributore di vini che voglia mantenere la qualità del prodotto sono alti?

Certo. Noi abbiamo fatto degli ingenti investimenti, tra magazzino e camion a temperatura controllata. E questi investimenti cominciano a darci solo adesso dei risultati. Ma non è possibile fare altrimenti, visto che gli sbalzi di temperatura ormai sono così forti.

Al vino cosa succede esattamente?

Le precipitazioni dei trattati, le note ossidative, il cambiamento di colore.

Il caldo eccessivo altera la qualità gustolfattiva del prodotto. Nello stoccaggio non si dovrebbero superare i 15°

È il caso del vino rosso che diventa marrone?

Quello è un processo di evoluzione del vino tenuto lì tanti anni, ma il fattore caldo accelera il processo. Quindi dobbiamo stare molto attenti.

Cambia anche il sapore?

Certamente. Non solo a livello visivo e olfattivo ma anche a livello gustolfattivo, per cui cambia letteralmente il prodotto. E poi, per quanto riguarda gli spumanti, stiamo osservando che le bottiglie cominciano a scoppiare. Cosa che prima non succedeva, con gli stessi spessori del vetro. I grandi formati sono i primi che scoppiano.

Per il caldo?

Sì, perché sale la temperatura interna quindi la CO_2 aumenta di volume, crescono i gas e scoppia. Quello che invece manteniamo a temperatura costante non scoppia.

Ma i vini a quali temperature dovrebbero essere mantenuti?

La temperatura di stoccaggio di un vino do-



© Steve Cole/iStock

vrebbe andare dai 5 ai 15° al massimo. Le cantine ideali sono queste. E con il 65-70% di umidità. Primo. Certo, dai 5 ai 15° c'è una bella differenza ma quando si arriva a 40° siamo tanto distanti dall'ideale che è certo che ci siano effetti.

E il trasporto in quanto tempo si dovrebbe effettuare onde evitare danni al prodotto?

Bella domanda. Perché quando importiamo i vini francesi ci vuole una settimana solo per gli sdoganamenti e i dazi, sebbene la Ue preveda che non ce ne siano, ma in realtà non è proprio così.

E quando i vini vengono venduti nei supermercati, il trasporto e la conservazione come vengono curati?

La consegna del trasportatore al centro commerciale è come quella al distributore. Stessi problemi ma qui se ne aggiunge un altro, che non teniamo mai in considerazione: il fattore luce sugli scaffali del supermercato. La luce incide tanto quanto la temperatura. I supermercati fanno degli studi su come posizionare la merce per colpire la psiche del consumatore: deve avere un grande impatto luminoso. Questo impatto luminoso a scaffale danneggia il vino.

Ma il vino che sia trasportato male o conservato ad elevate temperature, può danneggiare la salute del consumatore?

No, fisicamente non dà nessun fastidio ma l'uomo di solito mangia e beve prima con gli occhi, quindi quando vede un prodotto ossidato o velato lo lascia lì.

Il prezzo e la percezione del consumatore

Il professor Stefano Castriota, docente di economia dell'Università di Bolzano, è autore del volume Economia del vino. Con il suo aiuto proviamo a vedere come si forma il prezzo di un vino. In base alle ricerche effettuate per la stesura del manuale, ha riscontrato che tra i valori che influenzano il prezzo ci sono: qualità, tipo di vino, vitigno, annata, tecnologia utilizzata, appartenenza a una denominazione di origine/area geografica, produzione biologica/biodinamica e dimensione aziendale.

Naturalmente alcuni vini costano in media più degli altri perché necessitano di tecnologie più complesse e di invecchiamento (soprattutto alcuni vini rossi e spumanti) oppure perché hanno una resa inferiore (i passiti).

Valori reali e misurabili, a cui però vanno aggiunte le motivazioni "psicologiche", come le preferenze dei consumatori, la scarsità di prodotto e la reputazione. Bisogna anche dire che le preferenze dei consumatori variano da un paese all'altro anche per via delle mode o delle condizioni climatiche. Alcune annate, poi, godono di un "premio reputazionale" che aumenta "la disponibilità a pagare dei consumatori oltre quanto giustificato dai volumi e dai livelli qualitativi raggiunti". Ma, annata a parte, la reputazione che più conta è quella dell'azienda, intesa come "aspettativa degli acquirenti circa la qualità media del prodotto attuale e basata sulla qualità fornita in passato". Si tratta di qualcosa di difficile e costoso da costruire poiché richiede significativi investimenti sia a livello produttivo che di marketing, ma nel tempo può ripagare la spesa dei produttori. Ciò significa che è importante non deludere la clientela facendo sì che sulla tavola non si ritrovi un vino senza le caratteristiche attese. Sta al produttore preoccuparsi di come il vino venga conservato, trasportato e venduto, se non vuol perderne in reputazione e dunque in valore.

E il rischio maggiore lo corrono i meno trattati

L'aggiunta di conservanti consente di sopportare di più gli sbalzi di temperatura e per questo chi fa biologico o biodinamico presta maggiore attenzione alla conservazione. Ma capirlo dall'etichetta è impossibile



Il vino è un prodotto vivo: nel tempo i suoi elementi continuano a modificarsi. Temperatura, agitazione, illuminazione e umidità influiscono sulla sua vita e ora anche in Italia alcune ricerche cercano di capire cosa può accadere durante il trasporto e la conservazione. Si tratta - come ci spiega Maurizio Petrozziello del Crea-Eno (Centro di ricerca per l'enologia - Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria) - di studi effettuati su determinati tipi di vino, non generalizzati. Una ad esempio è stata realizzata da Elena Grillo e Angela Silva del Istituto piacentino di enologia ed ingegneria agro-alimentare dell'Università cattolica del Sacro Cuore ed è sul vino rosso Barbera conservato dapprima a temperatura adeguata (16° C costanti fino a due anni) e poi mettendo le bottiglie in posizione orizzontale o verticale per 30 giorni a temperature diverse, 5° e 45°, per simulare erronee condizioni di stoccaggio del prodotto.

"Un fattore che emerge" in questa come in altre analisi, spiega Petrozziello "è l'estrema variabilità dei risultati che dipende sia dalla varietà di uva vinificata, dal tenore in solforosa e dal tipo di confezionamento oltre che, naturalmente, dalle condizioni di conservazione. La durata del vino è considerata 'random' perché non dipende solo dalla sua composizione iniziale, ma anche e in maniera significativa dalle condizioni di conservazione e trasporto". Gli effetti delle condizioni di trasporto e conservazione sono riferibili soprattutto ai composti più sensibili alle ossidazioni "parliamo di antociani (responsabili del colore), tannini (responsabili dell'astringenza) e alcuni aromi importanti nel caratterizzare il profilo aromatico del vino", ci spiega Petrozziello. Che aggiunge: "Dipendono anche dalla chiusura e dunque dall'ossigeno che l'attraversa nella conservazione". Abbiamo allora cercato di capire come agiscono i piccoli produttori e in particolare abbiamo sentito la Fivi, la Federazione italiana vignaioli indipendenti, che rappresenta una categoria di produttori - come ci spiega la presidente Matilde Poggi - che "hanno la propria vigna, vinificano la propria uva, imbottigliano il proprio vino e si occupano della vendita. Aziende a ciclo chiuso e indipendenti perché ogni passaggio viene effettuato senza interventi esterni. Vignaioli che lavorano nel modo meno interventista possibile, con il 50% in regime biologico o biodinamico". Anche per la scelta dei trasportatori ognuno è indipendente ma trattandosi di un vino curato personalmente la sensibilità alla buona conservazione vino sia in cantina sia durante il trasporto dovrebbe esserci. Matilde Poggi sottolinea che, sapendo che il vino soffre gli sbalzi termici sia verso l'alto sia verso il basso e l'ideale sarebbe di mantenerlo tutto l'anno alla stessa temperatura, preferibilmente 15/16°, la sua azienda usa solo trasportatori con camion condizionati ma non può garantire per gli altri produttori anche se afferma che il tema delle temperature in cantina è sentito da tutti e che alcuni importatori dall'estero richiedono esclusivamente container termocondizionati. Aggiunge che i vini di oggi, proprio perché hanno pochi interventi in cantina, soffrono di più gli sbalzi termici per cui il container refrigerato è indispensabile per i lunghi spostamenti. Per il consumatore, però, è ancora impossibile distinguere chi fa questi sforzi e chi si disinteressa delle condizioni del suo prodotto una volta uscito dalla sua cantina. Nessuno lo spiega, né in etichetta né in pubblicità. E così non resta che aspettare la sorpresa al momento di versarlo nel primo calice…

L'ENERGIA DELLA TUA CASA È INTELLIGENTE?

Arriva OPEN METER, il contatore elettronico di seconda generazione. Un'innovazione tecnologica che E-Distribuzione sta portando nelle case degli italiani per consentire una gestione più consapevole dei consumi, impegnandosi ogni giorno affinché l'innovazione sia alla portata di tutti. **Perché qualunque essa sia, tu possa credere nella tua energia.**

E-Distribuzione ha già installato più di 7 milioni di contatori elettronici di nuova generazione nei Comuni Italiani e progressivamente saranno coinvolti tutti i 32 milioni di clienti connessi alla rete elettrica.

Scopri tutte le funzionalità, i vantaggi e quando Open Meter arriverà nel tuo Comune e a casa tua sul sito **www.e-distribuzione.it** o chiama l'**803 500**.



e-distribuzione.it

e-distribuzione

a cura di **Paolo Moretti**

Una collana di schede pratiche da conservare per non farsi trovare impreparati di fronte a un acquisto. Questo mese ci occupiamo di come orientarsi nell'offerta delle coperte

Piume d'oca o animal free la scelta del piumino

Quali coperte scegliere per garantirsi notti calde senza dover accumulare pesanti coltri sul proprio corpo? Un piumone è la strada scelta da molti italiani, ma come orientarsi tra i tanti modelli offerti a prezzi anche molto differenti nei negozi?
Tediber, l'azienda che produce i materassi che il Salvagente aveva messo alla prova in un "Provato per voi" e che realizza anche piumoni, ha stilato una serie di consigli. Vediamoli, assieme a quelli che fanno parte del nostro bagaglio pluriennale di esami.

L'imbottitura

Innanzitutto occorre fare la distinzione tra imbottitura naturale e imbottitura sintetica. I piumini con un'imbottitura naturale sono più leggeri, più soffici e sono considerati più caldi. Lasciano traspirare meglio l'umidità rispetto ai piumini sintetici e sono spesso realizzati con piume e piumino d'oca. Una delle note dolenti è il prezzo, questi piumini sono, infatti, più cari dei piumini sintetici. Tuttavia, hanno una durata di vita media di 10/15 anni. Ma la piuma d'oca non è l'unica imbottitura capace di difenderci dal freddo. È la conclusione cui è giunta la Lav alla luce delle analisi fisiche su tre prodotti condotte dal laboratorio Centrocot - Centro Tessile e Cotoniero di Busto Arsizio (Va), il primo laboratorio in Italia ad avere messo a punto un servizio mirato alla valutazione del grado di confortevolezza offerto da un tessuto.
L'alternativa animal-free è l'imbottitura sintetica è realizzata in genere a base di fibre di poliestere. Esistono diversi tipi di fibre sintetiche, con forme e caratteristiche diverse. Le fibre di silicone non lasciano passare l'aria, il che permette un ottimo isolamento termico. La microfibra è un materiale più caldo e più comodo rispetto alle altre fibre e fa sì che il piumino risulti quasi gonfio come un piumino dall'imbottitura naturale. I piumini sintetici hanno sicuramente un miglior rapporto qualità-prezzo rispetto ai piumini naturali, ma la loro durata di vita non è la stessa: 5 anni in media.

La grammatura

Questa caratteristica permette di farsi un'idea sul calore e sulla capacità del piumino di essere gonfio, e va da 175 a 500 g/m^2. La densità che sceglierete dipenderà dalla temperatura della stanza. I piumini leggeri (tra 175 e 250 g/m^2) sono adatti a una temperatura tra i 18 e 22°, i piumini medi (tra 300 e 350 g/m^2) sono adatti per una temperatura compresa tra i 15 e 18° e i piumini caldi (tra 400 e 500 g/m^2) sono consigliati per le camere non riscaldate, tra i 15° o meno. Esistono anche piumini "quattro-stagioni". Sono composti da due piumini che si uniscono l'uno all'altro, uno sottile per le stagioni più calde e uno medio per le mezze stagioni. Nei mesi molto freddi è possibile utilizzarli insieme. Un buon compromesso per dormire bene tutto l'anno.

Il rivestimento

È un elemento molto importante del piumino. Il suo ruolo è quello di impedire al piumino o alla microfibra di uscire dal piumino. Un rivestimento in cotone permetterà al piumino di far passare correttamente l'aria e di non trattenere l'umidità. Se avete optato per un piumino naturale, un rivestimento in percalle di cotone calzerà alla perfezione.

Le cuciture

Impediscono al calore di dissiparsi e sono quindi altrettanto essenziali. Per i piumini naturali si raccomanda una cucitura a quadri fissi: renderà l'imbottitura perfettamente omogenea. Per i piumini sintetici meglio optare per la trapuntatura a cassettoni: garantirà una miglior termoregolazione e manterrà il piumino più gonfio.



Come lavarlo

La manutenzione è uno di quei particolari da tenere in considerazione.
Il vostro piumino dev'essere lavato una o due volte all'anno a seconda delle raccomandazioni della casa produttrice. Normalmente sono tutti lavabili in lavatrice, tuttavia bisogna ricordarsi di utilizzare poco detersivo e di non usare l'ammorbidente.
È anche possibile asciugare il piumino in asciugatrice.
Trucchetto per i piumini naturali: mettete una pallina da tennis nella lavatrice insieme al piumino: garantirà una perfetta asciugatura.
La differenza di manutenzione tra un piumino naturale e un piumino sintetico? I piumini sintetici si asciugano molto più velocemente.

Le dimensioni

Per essere sicuri che il vostro partner non si accaparri tutta la coperta nel bel mezzo della notte lasciandovi al freddo o semplicemente per essere ben coperti se dormite da soli, il piumino che vi apprestate ad acquistare deve avere un margine di 30-50 centimetri per ogni lato del letto.
Ecco perché occorre scegliere il piumino in base alla misura del materasso. Per un matrimoniale standard servirà, ad esempio, un piumone matrimoniale di almeno 250×200 centimetri e, ovviamente, un copripiumino matrimoniale equivalente.

Come nutrire il pancione

Cosa si può **mangiare** e come preparare gli alimenti in **gravidanza**? E ancora gli integratori vitaminici servono sempre? Tra tossinfezioni e apporti irrinunciabili, il nostro vademecum per la salute delle neo mamme

di **Silvia Biasotto**

La gravidanza è una fase importante della vita di una donna anche dal punto di vista alimentare perché la dieta ha conseguenze sia sulla salute della madre che su quella del feto. Le domande della futura mamma sono tante. Cosa non deve mai mancare a tavola? Cosa evitare? Cosa consumare con moderazione?
Niente ansie, raccomanda Elsa Viora, direttrice del servizio ecografia ostetrica ginecologica e diagnosi prenatale dell'ospedale Sant'Anna della Città della Salute di Torino e presidente Aogoi, l'Associazione ginecologi italiani: "La gravidanza non è una patologia ma può essere l'occasione per riflettere sul proprio stile di alimentazione ispirandosi a una dieta varia e adeguata. Rispetto alla dieta di un adulto, l'unica eccezione è l'aumentato fabbisogno di proteine mentre quello di carboidrati e grassi rimane pressoché invariato". Insomma, bisogna "mangiare un po' di tutto" con le dovute cautele igieniche e nutrizionali. Ma "Attenzione a non diventare troppo accorti e andare all'eccesso opposto. Una donna normopeso che fa attività fisica non deve stare con la bilancia alla mano" spiega la dottoressa.

Come bilanciare gli apporti

Secondo la ginecologa "la quantità di proteine è di circa 55 grammi al giorno e va aumentata di circa 1 grammo al giorno nel primo trimestre, 8 grammi al giorno nel secondo trimestre e 26 nel terzo". Ma tutte le fonti nutrizionali sono uguali? Devono essere assunte le proteine ad alto valore nutrizionale - precisa l'esperta - che sono quelle che contengono tutti gli amino-acidi essenziali e sono le proteine animali, non tralasciando quelle vegetali.
Passiamo ora ai carboidrati e ai "famigerati" grassi, quali sono quelli da preferire? "Sono da prediligere - consiglia la presidente Aogoi - i cereali integrali, mentre i carboidrati semplici non dovrebbero superare il 10% della quantità totale. Non devono mancare i grassi essenziali, ovvero non prodotti dal nostro organismo: si tratta degli acidi grassi omega 3 (noci, avocado, foglie verdi) e omega 6 (semi e frutta oleosa, cereali integrali, legumi, carne, uova, pesce)". Via libera a frutta e verdura con la regola delle 5 porzioni al giorno. Si tratta di cibi fonte di vitamine, poveri di sodio e ricchi di acqua. Inoltre, l'esperta raccomanda "2 porzioni alla settimana di legumi e occasionalmente frutta secca".

I cibi da bollino rosso

Non tutti i cibi sono adatti alle donne in gravidanza e altri devono essere consumati con attenzione. In primis, ovviamente, c'è l'alcol.
L'invito è di non "bere più di 2 bicchieri (125 ml) di vino rosso a settimana nel secondo/terzo trimestre, mentre nel periodo peri-concezionale e nei primi 3 mesi l'alcol è da evitare". La conseguenza più grave dettata dal consumo di alcolici



© GlobalStock/iStock

in gravidanza è la sindrome feto-alcolica. L'acetaldeide,prodotto della metabolizzazione dell'alcol, giunge direttamente nel sangue del nascituro e può portare a deficit intellettivi, cognitivi e psicosociali nel nascituro.

Passiamo al caffè, che se non è proprio da bollino rosso, la cautela è d'obbligo. Secondo l'Efsa, l'Autorità europea per la sicurezza alimentare, un quantitativo di caffeina sino a 200 mg al giorno, da ogni fonte, non desta preoccupazioni. "Sono concessi 2 caffè al giorno e 3-6 tazze di tè, a seconda del tipo", consiglia la ginecologa. Che aggiunge: "Non 3 tazzine di espresso in un giorno che aumentano i rischi ma un uso esagerato continuo. I rischi sono la possibile tachicardia della mamma che si ripercuoterebbe sul feto, il minore assorbimento di ferro e un rischio maggiore di parto spontaneo".

Gli zuccheri semplici, come quelli della frutta, non devono superare il 10% di quelli ingeriti nell'arco della giornata

Il dolce e il salato

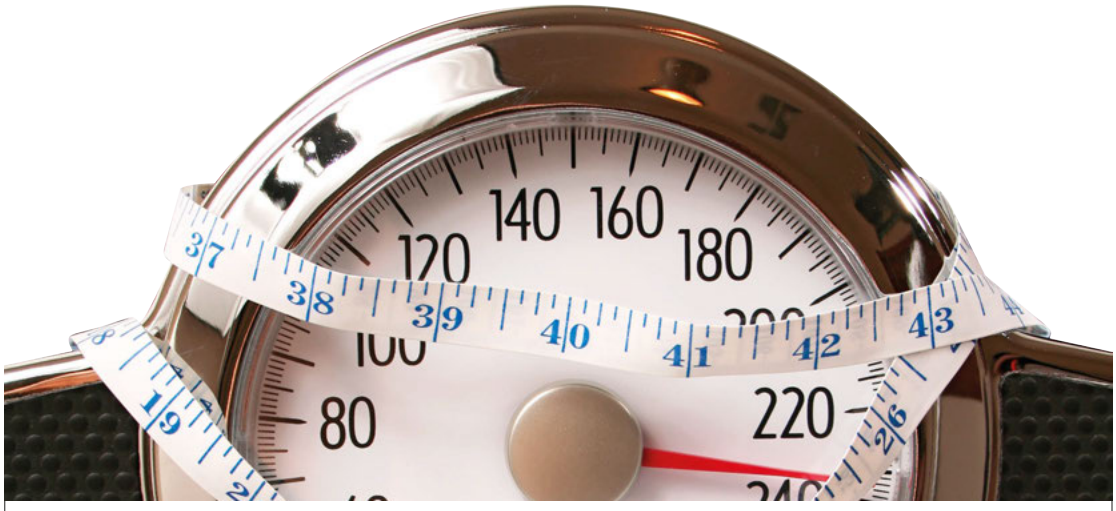
Il periodo della dolce attesa è spesso associato alle "voglie" di dolce. Ma attente agli zuccheri: la gravidanza è di per sé diabetogena. "Gli zuccheri semplici - spiega ancora la dottoressa Viora - vengono assorbiti subito e non dovrebbero essere più del 10% degli zuccheri generali".

E ricordiamo che anche la frutta contiene zuccheri semplici.

Passando al capo opposto, ovvero al salato, a cosa bisogna stare attenti?

L'eccessivo consumo di sale aumenta sempre il rischio di ipertensione e di malattie cardiovascolari. E questo è ancor più vero in gravidanza.

Ma il sale non va eliminato "perché contiene sodio che è utile nella dieta", chiarisce la ginecologa che conclude: "Un uso moderato dovrebbe essere una generale abitudine alimentare".



© Nick M. Do/iStock

Bilancia alla mano: quanto peso posso prendere?

Categoria di Imc (Indice di massa corporea)	Imc*	Intervallo di aumento di peso
Sottopeso	< 18,5 kg/m^2	12,5-18 kg
Peso normale	18,5-24,9 kg/m^2	11,5-16 kg
Sovrappeso	25-29,9 kg/m^2	7-11,5 kg
Obesità	> 30 kg/m^2	5-9 kg

*Per calcolare l'Imc dividere il proprio peso (in kg) per il quadrato della propria altezza (in m). Fonte: Linee guida Oms per la gravidanza 2016

L'abbuffata di integratori è inutile. Vanno ben valutati

"In Italia si tende a prescriverne troppi senza verificare la reale necessità", spiega la dottoressa Ruggeri, nutrizionista del Crea, che partecipa a uno studio europeo ad hoc. Acido folico e vitamina D possono bastare nelle gravidanze "normali"

Acido folico, ferro, calcio. Gli integratori in gravidanza sono sempre necessari? Solo i supplementi di acido folico e vitamina D sono necessari per gravidanze "normali". Lo afferma uno studio pubblicato nel 2016 sul Drug and Therapeutics Bulletin, rivista del *British Medical Journal*. Eppure, a vedere l'offerta del mercato, anche on line, di integratori per chi è in dolce attesa sembrerebbe non essere così. Abbiamo chiesto il parere di Stefania Ruggeri, nutrizionista e ricercatrice del Crea, il Centro di ricerca alimenti e nutrizione.

Dottoressa Ruggeri, concorda con lo studio britannico? Fine di un mito?

Sì, sono molte le società scientifiche che hanno confermato come l'integrazione vada valutata caso per caso in modo accurato, tenendo conto dello stato di nutrizione della donna e dello stile di vita.

In Italia si tende a prescrivere integratori inutili?

Purtroppo, oggi è molto comune la pratica di suggerire a tutte le gestanti gli integratori, spesso senza verificarne la reale necessità. Molte volte l'integrazione è inutile soprattutto se si segue un'alimentazione varia ed equilibrata. Non ci sono attualmente indagini dettagliate all'uso di supplementi delle donne in gravidanza. Per questo il mio gruppo di ricerca sta partecipando allo studio multicentrico europeo,-Supre, che ha lo scopo di monitorare il tipo di integratori utilizzati nei 9 mesi e le conoscenze a riguardo.

L'acido folico e la vitamina D sono da integrare sempre in gravidanza. Perché?

Siamo di base una popolazione carente di queste vitamine fondamentali per lo sviluppo del feto: una insufficienza da acido folico può portare gravi malattie congenite (ad esempio la spina bifida), labioschisi e malformazioni cardiache. Dalla vitamina D dipende soprattutto lo sviluppo dello scheletro del feto. Nel caso dell'acido folico, forma della vitamina B9 presente negli integratori vitaminici, il problema è che consumiamo pochi alimenti contenenti folati (principalmente verdure e frutta). È quin-

E il Regno Unito sceglie i cibi "fortificati"

Il ministro della Salute inglese, Steve Brine, ha annunciato a fine ottobre che il governo avvierà nel 2019 una valutazione sulla fortificazione obbligatoria delle farine con acido folico per prevenire anomalie fetali. Ogni anno, nel Regno Unito, circa 700-900 gravidanze sono affette da difetti del tubo neurale. Si tratta di casi che potrebbero essere ridotti grazie all'assunzione della vitamina. I programmi di fortificazione con acido folico sono pensati per essere un aiuto efficace per categorie di soggetti con basse assunzioni, ad esempio le donne giovani che vivono in contesti poveri. La valutazione prenderà in considerazione anche i rischi per altri soggetti della popolazione, ad esempio il pericolo che l'acido folico supplementare nella dieta mascheri la diagnosi di condizioni come l'anemia perniciosa.
"La fortificazione obbligatoria è un tema molto discusso in Italia e in Europa - commenta Stefania Ruggeri, nutrizionista e ricercatrice del Crea - e tra i motivi c'è la possibilità di una assunzione troppo elevata della forma sintetica di acido folico che potrebbe creare a lungo termini problemi nell'attivazione di alcuni geni o modificare delle attività metaboliche. La scelta migliore rimane un'alimentazione mediterranea che preveda il consumo di cibi ricchi in folati e l'assunzione aggiuntiva di acido folico per donne già in età fertile se non usano metodi contraccettivi o se si inizia a pensare a una maternità".

di necessaria, per tutte le donne, l'assunzione di un supplemento (0,4 mg) già in età fertile. La vitamina D è poco presente negli alimenti e viene principalmente sintetizzata grazie all'esposizione solare, spesso viene suggerita l'integrazione ma va sempre attentamente valutata con un professionista anche al fine di valutare la tipologia di integrazione da prendere.

Diverso il discorso per ferro e calcio...

Per quanto riguarda il ferro, la Società italiana di pediatria preventiva e sociale ha recentemente ribadito che per le donne non anemiche e con un buon livello di cure prenatali l'assunzione aggiuntiva di ferro non è raccomandata di routine ma deve essere stabilita sulla base di una valutazione clinica individuale. Lo stesso vale per il calcio: è presente nel latte e nei formaggi e in altri alimenti come alici, sardine (se consumate con la lisca), polpo e in alcune verdure. Il consumo di questi cibi può essere fondamentale per raggiungere la quota raccomandata di calcio in gravidanza (1,2 g /al giorno), senza aumentare troppo l'assunzione di calorie e soprattutto di grassi saturi.

B12 l'aiutino per le vegane

"Vegetariani e vegani non devono limitarsi a eliminare gli alimenti di origine animale e/o i loro derivati, ma è importante che sostituiscano questi alimenti con altri di origine vegetale che possano fornire i nutrienti necessari". Lo dicono le linee guida Nutrizione in gravidanza e durante l'allattamento realizzate nel 2018 dalla Fondazione Confalonieri Ragonese per le società mediche Sigo, Aogoi e Agui. Recentemente gli ospedali Bambino Gesù di Roma e Meyer di Firenze hanno lanciato l'allarme sulla carenza della vitamina B12 tra le madri citando tra le cause la dieta vegetariana e vegana. "I rischi di questa carenza riguardano disturbi della maturazione dei globuli rossi e del sistema nervoso centrale, una riduzione e modificazione della guaina mielinica con alterazione della trasmissione degli impulsi nervosi", avverte Gianfranco Trapani, pediatra nutrizionista, membro del tavolo di lavoro Allattamento e nutrizione della Sip, la Società italiana di pediatria.

La conclusione a cui arrivano le linee guida è che "una dieta vegetariana ben pianificata, inclusa la vegana, può essere nutrizionalmente valida, con risultati positivi per madre e bambino". Però "in base alla scarsa disponibilità di vitamina B12 e ferro nelle fonti vegetali, si deve considerare un'eventuale integrazione". E come si può rimediare? "Bisognerebbe - spiega Leonardo Pinelli, nutrizionista, segretario della Società italiana pediatria funzionale e docente all'Università di Verona - attivare in gravidanza il dosaggio della vitamina B12. Ma la vedo dura, perché c'è la guerra contro la dieta vegana per gli interessi dell'industria alimentare".


© Mihailo Milovanovic/iStock

Tossinfezioni, quei divieti che proteggono il feto

Toxoplasmosi, salmonella e listeria sono alcune patologie alle quali le donne in gravidanza sono più esposte tramite i cibi. Con l'aiuto del professor Paparella, docente di Microbiologia alimentare, vediamo come si possono evitare



Toxoplasmosi, salmonella, listeria. Sono alcune delle patologie di origine alimentare che, se contratte durante la gravidanza, mettono a rischio la salute della madre e del nascituro. La prevenzione è fondamentale e si ottiene applicando le generali norme di igiene, ma con maggiori cautele. A cominciare dalla cucina di casa. "Le 5 regole codificate dall'Oms per alimenti sicuri sono un punto di partenza: pulizia di superfici, utensili e mani; separazione degli alimenti cotti da quelli crudi; cottura degli alimenti; conservazione a giusta temperatura e uso solo di acqua e materie prime sicure", ci spiega Antonello Paparella, professore ordinario di Microbiologia alimentare presso la facoltà di Bioscienze dell'Università di Teramo.

La pulizia è importante soprattutto quando si ha a che fare con alimenti crudi: "Lavare in modo molto accurato frutta e verdura crude. Se si lavora della carne sul tagliere - spiega l'esperto - questo dovrebbe essere lavato e sanificato con soluzioni disinfettanti. Quando si cuociono carne e pesce, assicurarsi che siano raggiunti almeno 71 gradi al cuore del prodotto. Nel caso del pollo la temperatura ottimale sale a 80 gradi. La verifica può avvenire con un termometro a infissione. Ai fini della conservazione, è necessario monitorare la temperatura del frigo che non deve essere superiore a 4 gradi. Anche in questo caso un termometro ad hoc è un alleato indispensabile".

E nella ristorazione fuori casa? Siamo sicuri che frutta e verdura siano state lavate a dovere? Il consiglio è di "evitare di ordinare insalate o piatti con frutta tagliata. Spesso la frutta viene lavorata la mattina e tenuta tutto il giorno su un letto di ghiaccio dove solo la parte a contatto con questo mantiene una

bassa temperatura. Per i dolci con uova crude, come il tiramisù, accertarsi che siano stati preparati con uova pastorizzate". No al pesce marinato se non si è certe che sia stato abbattuto. E per il pesce crudo, anche se abbattuto, è bene non fidarsi perché "l'abbattimento elimina solo i parassiti ma non batteri e virus". Sempre più di moda sono i ristoranti *sushi free flow* e quelli *all-you-can-eat*. A preoccupare il microbiologo è la temperatura dei piatti che potrebbero rimanere a lungo a temperatura ambiente con il rischio di sviluppo microbico e produzione di istamina (soprattutto nel caso del tonno).

Latte crudo, uova crude o poco cotte, carne e pesce crudi, insaccati, formaggi a breve stagionatura e con innesto di muffe (ovvero gli erborinati come il gorgonzola), frutta e verdura crudi: sono alcuni degli alimenti per i quali è bene avere precise cautele sia nella cucina casalinga che al ristorante. Paparella invita a evitare anche "patè e polpettoni di carne e di verdure che possono derivare dalla lavorazione di avanzi di alimenti, i dolci con uova crude, il cioccolato crudo, a rischio salmonella". La lista degli alimenti da tenere sott'occhio si chiude con la frutta secca, nella quale il rischio micotossine è maggiore quando il prodotto proviene da paesi con clima caldo e umido. "Meglio preferire - conclude l'esperto - la provenienza da paesi a clima temperato".

Molta attenzione con il latte crudo, le uova poco cotte, tartàre di carne e pesce, insaccati e frutta e verdura non ben lavati



© Isantilli/iStock

Mercurio, stop al pesce spada

Tra i contaminanti chimici dai quali una donna in gravidanza dovrebbe stare alla larga c'è il metilmercurio. È, tra le forme chimiche del mercurio, la più comune nella catena alimentare e può avere influenze nocive sul feto. L'Autorità europea per la sicurezza alimentare definisce la sostanza particolarmente tossica per il sistema nervoso in fase di sviluppo, incluso il cervello. Il vademecum del ministero della Salute "La salute della donna" fornisce precise indicazioni: non superare una porzione da 100 g a settimana di grandi pesci predatori (pesce spada, marlin, luccio) e non consumare tonno più di 2 volte a settimana. In caso si vogliano comunque consumare, si consiglia di non prevedere nella dieta settimanale altre specie di pesce, per evitare una maggiore esposizione ai possibili contaminanti come il metilmercurio.

Cosa (e come) mangiare

Alimento		Rischio	Cosa fare
Latte crudo non pastorizzato		Escherichia coli verocitotossici, Brucella spp.	Consumare solo dopo bollitura
Uova crude o poco cotte		Salmonella spp.	Consumare dopo accurata cottura (il tuorlo deve essere coagulato)
Carni crude o poco cotte (ad es. tartare o carpaccio), compreso pollame e selvaggina		Toxoplasma gondii, Escherichia coli verocitotossici, Salmonella spp., Campylobacter spp.	Cuocere bene la carne fino al cuore (deve scomparire il colore rosato)
Salsicce fresche e salami freschi (poco stagionati)		Toxoplasma gondii, Salmonella spp, Listeria monocytogenes	Cuocere bene fino al cuore (deve scomparire il colore rosato). La stagionatura molto breve rende il profilo di rischio di questi alimenti simile a quello della carne cruda
Pesce crudo (ad es. sushi), poco cotto o marinato		Listeria monocytogenes e, se non adeguatamente congelato, Anisakis spp.	Consumare solo dopo accurata cottura
Frutti di mare crudi (cozze e ostriche)		Salmonella spp., virus dell'Epatite A e Norovirus	Consumare solo dopo accurata cottura
Prodotti pronti per il consumo a base di pesce affumicato		Listeria monocytogenes	Preferibile non consumarli
Formaggi a breve stagionatura, a pasta molle o semimolle, con muffe		Listeria monocytogenes	Preferire altre tipologie di formaggi
Frutta e verdura cruda, frutti di bosco surgelati		Toxoplasma gondii, Salmonella spp., Virus dell'epatite A e Norovirus	Consumare insalata solo dopo lavaggio, anche se in busta. Consumare la frutta lavata, meglio se sbucciata, i frutti di bosco surgelati solo cotti

Fonte: Ministero della Salute

a cura di **Adriana Picarella**

Francia

Pollo, parte l'etichetta che indica il benessere animale

La catena di supermercati Casino in collaborazione con tre associazioni animaliste - tra cui il Ciwf presente anche in Italia - ha lanciato un'etichettatura sul benessere degli animali, attualmente limitata alla carne di pollo. L'etichetta ha quattro livelli di qualità, da A a D dove quest'ultima corrisponde al livello "standard" definito dalla legge nazionale e comunitaria. Il punteggio si basa su 230 criteri relativi alle condizioni di nascita dell'animale, all'allevamento (densità, percorsi esterni, assistenza, etc), al trasporto e alla macellazione (metodo, presenza o assenza di una videosorveglianza e via elencando). Per ora, l'etichettatura si applica solo al pollo, intero o in pezzi, della gamma Terre & Saveurs di Casino, e dovrebbe estendersi ad altri marchi e ad altri tipi di carne.

Giappone

Al via il Jefta: il libero scambio con Tokio apre agli Ogm

La Commissione Ue ha ratificato il Jefta, il trattato di libero scambio con il Giappone che entrerà in vigore il 1° febbraio. Dal punto di vista alimentare non mancano i rischi. A livello mondiale il Giappone è il paese con la maggior parte delle colture Ogm approvate sia per alimenti che per mangimi animali, e quindi, il rischio di un aumento delle contaminazioni, in presenza di un trattato che abbatte il numero di controlli alle frontiere d'arrivo, è innegabile. In Europa la soglia per la presenza accidentale di Ogm negli alimenti è fissata allo 0,9% (superata la quale va indicata in etichetta) in Giappone è del 5% .

Quanto idratano davvero le creme contorno occhi?

Il viso è esposto quotidianamente al vento e alle intemperie, alle fluttuazioni di temperatura e alle influenze ambientali. La pelle intorno agli occhi è quella più sottile e delicata e ovviamente anche la zona che può soffrire di più i danni. I produttori di cosmetici lo sanno e promettono formulati che idratano, levigano, rassodano e rigenerano la pelle.
La rivista dei consumatori svizzeri KTipp ha voluto indagare su quali creme lo facciano effettivamente, e ne ha inviato dodici in laboratorio. Sono stati esaminati i prodotti dei principali distributori e marchi noti, due creme cosmetiche naturali e un prodotto di farmacia.
Il laboratorio ha misurato le proprietà umidificanti e ha esaminato gli ingredienti più sensibilizzanti.
A sorpresa a vincere il confronto è stata una delle più economiche, la "Q10 eye contour cream" del marchio Lidl Cien affiancata dalla "Vitamin E Eye Cream" di The Bodyshop. Entrambi raggiungono lo stesso voto complessivo. Con un prezzo di poco superiore ai 3 euro (per 15 ml di crema), la crema dell'hard discount costa appena un quinto rispetto a quella di The Bodyshop (circa 16 euro per la medesima quantità).
Agli estremi opposti l'unico insoddisfacente è andato Sephora.

Le caratteristiche ideali

Una buona crema dovrebbe idratare la pelle per lungo tempo. Per misurare questa capacità il laboratorio ha fatto misurazioni sulla pelle di dieci donne di età compresa tra 21 e 62 anni. Sei misurazioni sono state fatte sull'interno di ciascun avambraccio - appena prima dell'uso e 2, 6 e 24 ore dopo.
Le prove hanno mostrato grandi differenze: le creme Cien di Lidl e The Bodyshop dopo circa 2 e 6 ore, lasciavano la pelle il 70%

	Cien Q10 eye contour	Vitamine E eye cream	Q10 Plus crema occhi antirughe
Marca	Lidl	The Body Shop	Nivea
Prezzo	3 euro	16 euro	13 euro
Confezione	15 ml	15 ml	15 ml
Idratazione dopo 2 ore	Molto buona	Molto buona	Buona
Idratazione dopo 6 ore	Molto buona	Molto buona	Buona
Idratazione dopo 24 ore	Molto buona	Molto buona	Molta buona
Allergeni	No	No	No
Peg	No	No	No
Giudizio	Molto buono	Molto buono	Buono

Valutazione: Molto buono - Buono - Soddisfacente - Sufficiente - Insufficiente



più umida di quanto sarebbe stato senza crema. Anche dopo 24 ore, c'era ancora un 30% in più. Per molti altri prodotti, il valore di umidificazione era inferiore al 40% dopo 2 ore e inferiore al 30% dopo 6 ore. E dopo 24 ore la Sephora non hanno più mostrato alcuna idratazione della pelle.

Profumi allergenici

Il laboratorio ha cercato 26 sostanze allergizzanti deboli e forti. Sui cosmetici che vanno sulla pelle, le aziende devono dichiarare il possibile allergene quando supera i 10 milligrammi per chilogrammo. Una o più fragranze allergizzanti superiori ai 10 mg/kg sono state rintracciate in tre prodotti dal laboratorio: Ombia Cosmetics Hydro Eye Gel, Lavera e Naturaline. Per fortuna non sono state trovate fragranze fortemente allergeniche.

Ancora Peg

L'Oréal e Sephora invece contenevano derivati dei Peg. Queste sostanze sono considerate critiche perché rendono la pelle permeabile a sostanze estranee. Pertanto, sono indesiderabili nei cosmetici.

	Revitalift laser X3 occhi	Lift+ Contorno occhi	Anti-aging Contorno occhi	Rassodante contorno occhi	Soin yeux hydratant
	L'Oréal	Diadermine	Naturaline	Lavera	Sephora
	21 euro	12 euro	11 euro	17 euro	15 euro
	15 ml	15 ml	20 ml	15 ml	15 ml
	Sufficiente	Sufficiente	Sufficiente	Buona	Sufficiente
	Sufficiente	Sufficiente	Sufficiente	Sufficiente	Insufficiente
	Buona	Insufficiente	Sufficiente	Insufficiente	Insufficiente
	No	No	Sì	Sì	No
	Sì	No	No	No	Sì
	Sufficiente	Sufficiente	Sufficiente	Sufficiente	Insufficiente

Europa

Freshdetect, il test rapido per valutare l'igiene della carne

In pochi secondi determina la carica batterica totale presente nella carne cruda senza estrarre fisicamente un campione e mandarlo in laboratorio. Un balzo in avanti nella sicurezza alimentare quello che farebbe compiere il Freshdetect, nato da un progetto finanziato dalla Ue, uno strumento portatile che secondo gli sviluppatori determinerà la qualità microbiologica dei prodotti a base di carne contribuendo a prevenire infezioni batteriche tramite l'alimentazione. Le malattie trasmesse tramite alimenti, secondo l'Oms, colpiscono ogni anno 600 milioni di persone e 420mila addirittura muoiono.

Argentina

Il glifosato danneggia lo sviluppo dell'utero in fase prepuberale

Una ricerca condotta dall'Istituto di Salute e Ambiente della Costa (Isal) appartenente alla Facoltà di Biochimica e Scienze Biologiche (Fbcb) dell'Università nazionale del Litoral a Santa Fe in Argentina ha messo in evidenza come l'esposizione al glifosato può danneggiare lo sviluppo dell'utero in età prepuberale e condizionare la fertilità in età adulta. Un gruppo di agnelli prepuberali è stato esposto a una dose rilevante per l'ambiente di un erbicida a base di glifosato (HBG) per valutare il suo impatto sul sistema riproduttivo durante il suo sviluppo. I primi risultati dell'esposizione hanno dimostrato che possono verificarsi effetti permanenti nell'utero e nelle ovaie delle pecore giovani. In fase adulta dell'animale, inoltre, può verificarsi una minore fertilità.

Usa

Olio, si può scrivere sulle bottiglie "Previene malattie cardiovascolari"

La Fda, Food and Drug Administration, ovvero l'autorità di controllo alimentare statunitense ha stabilito che esistono prove credibili secondo cui consumare acido oleico in oli commestibili come l'olio di oliva, può ridurre il rischio di malattia coronarica. Per questo ha autorizzato due indicazioni sulla salute (Healt claims) che possono essere riportate sulle etichette delle bottiglie. Le diciture autorizzate sono molto lunghe ma il senso è il seguente: "Prove scientifiche suggeriscono che il consumo giornaliero di circa 1 e ½ cucchiai (20 grammi) di oli contenenti alti livelli di acido oleico, quando sostituisce grassi e oli più ricchi di grassi saturi, può ridurre il rischio di malattia coronarica". Parliamo in particolare dell'olio extravergine di oliva.

Regno Unito

Grilli grigliati e affumicati in vendita da Sainsbury's

La catena britannica Sainsbury's è la prima ad aver messo in vendita insetti commestibili: gli acquirenti potranno portare a casa pacchetti da 50 grilli, grigliati e affumicati, per una sterlina e 50. A parte il gusto, va considerato che un grammo di grilli disidratati contiene più proteine dell'equivalente di carne di manzo, di pollo o maiale (68 grammi di proteine su 100, a fronte dei 31 grammi in un etto di manzo). E non vi è confronto a livello di emissioni di gas serra, oltre al risparmio in termini di cibo necessario a "nutrire" l'allevamento: 12 volte in meno in media degli animali da carne.



Pidocchi, a rischio le lozioni con malathion: "È nocivo"

Malathion in testa? No grazie. L'Ansm, l'Agenzia francese per la sicurezza dei farmaci, ha tolto dalla vendita il trattamento antipediculosi Prioderm per la presenza del temuto insetticida malathion associato a un altro, il terpineolo: "Queste sostanze possono causare, in dosi eccessive, disturbi neurologici", ricorda il mensile dei consumatori d'Oltralpe *60 Millions des Consommateurs* citando il report dell'Ansm. "Seppur osservati raramente, il combinato di queste due sostanze può provocare disturbi come cefalea, nausea, vomito o, molto raramente, convulsioni nei bambini". Il malathion è un insetticida e acaricida organofosfato, usato anche come fitofarmaco nelle coltivazioni, specie di riso. Spesso sono stati messi in evidenza gli effetti nocivi sulla salute umana.
Anche in Italia sono in vendita prodotti insetticidi neurotossici - ovvero che agiscono bloccando il sistema nervoso dei pidocchi - a base di malathion. In questi casi è sempre bene seguire il principio di precauzione: scartare i prodotti che contengono composti anche solo sospettati di essere nocivi per l'uomo.
Il mensile francese ricorda che le controindicazioni di questi prodotti riguardano particolarmente: i bambini di età inferiore a 2 anni, a causa del rischio di un aumento del passaggio della pelle nei bambini rispetto agli adulti, la cui pelle è più spessa; le donne che allattano al seno; i soggetti che soffrono o hanno sofferto di convulsioni. Per queste lozioni vanno seguite delle precauzioni d'uso: non usare durante la gravidanza o in donne in età fertile che non assumono contraccettivi; osservare rigorosamente le dosi e le precauzioni per l'uso nei bambini di età superiore ai 2 anni; a causa del rischio di irritazione, ustioni o addirittura infiammazioni, queste sostanze devono essere maneggiate con cura, in un'area ventilata e lontano da fonti di calore. Non usare il phon dopo l'applicazione.

Il pane congelato va definito "conservato"

La baguette fragrante, appena sfornata al supermercato ha tutto l'aspetto di un pane fresco anche se è, molto spesso, un prodotto "congelato e finito di cuocere in negozio". Dal 19 dicembre il pane confezionato che ha subito un "processo congelamento o surgelazione" o contiene "additivi conservanti" non può più essere venduto come fresco e in etichetta dovrà essere riportata l'indicazione "Conservato" oppure "A durabilità prolungata". Lo stabilisce il decreto 131 - "Regolamento recante disciplina della denominazione di "panificio", di "pane fresco" e dell'adozione della dicitura "pane conservato" - entrato in vigore il 19 dicembre che specifica le denominazioni a tutela del consumatore.



Glutine

La celiachia non dipende dai grani raffinati moderni

I grani antichi coltivati in Italia contengono più proteine e rilasciano una quantità maggiore di peptidi, composti che causano la celiachia, rispetto a quelli moderni. Per questo, i grani antichi non sono più indicati per chi è allergico al glutine come si tende a credere. A sfatare questa leggenda, è uno studio condotto dal Crea, il Centro di ricerca Alimenti e nutrizione, insieme alle Università di Modena e Reggio Emilia e di Parma. Premesso che nessun celiaco può assumere prodotti ottenuti dal grano, lo studio dimostra che la diffusione della celiachia non è legata allo sviluppo dei grani raffinati moderni.

Canone Rai: per l'esenzione c'è tempo fino al 31 gennaio

C'è tempo fino al 31 gennaio per presentare la richiesta di esenzione dal pagamento del Canone Rai nella bolletta elettrica. Deve essere utilizzato l'apposito modulo predisposto dall'Agenzia delle Entrate e l'esenzione, presentata nel termine giusto, vale per l'intero 2019. Sono esonerati alcune categorie come gli anziani over 75 con un reddito annuo non superiore agli 8.000 euro e che non convivono con altri soggetti titolari di un proprio reddito. Il modello è disponibile sul sito dell'Agenzia e può essere inviato anche telematicamente utilizzando le proprie credenziali Fisconline o Entratel. La modalità telematica non è invece disponibile per gli anziani (che però possono inviare la richiesta di esenzione tramite Pec, all'indirizzo di posta elettronica certificata p22.sat@postacertificata.rai.it). In ogni caso la richiesta di esonero può essere richiesta inviando il modulo previsto per raccomandata senza busta, all'indirizzo: Agenzia delle entrate - Ufficio Torino 1 - Sportello abbonamenti TV - Casella postale 22 -10121 Torino.



Trasparenza

Cosa cambieresti dell'etichetta? La consultazione dell'Ismea

Migliorare l'etichetta, aumentare la qualità delle informazioni presenti sulle confezioni degli alimenti, esprimere la propria opinione sull'importanza dell'origine della materia prima, far pesare il made in Italy nelle scelte legislative. I consumatori italiani possono contribuire a migliorare l'etichettatura e a incidere sulle politiche nazionali partecipando alla "Consultazione pubblica on line sull'etichettatura dei prodotti agroalimentari" lanciata dall'Ismea anche dal sito del Salvagente.
Per partecipare basta compilare il questionario: si può accedere cliccando sul banner dedicato su *IlSalvagente.it* o sul *Ismea.it*. Le risposte serviranno poi a migliorare la legislazione italiana sull'etichettatura per avere maggiore trasparenza.



Droghe torna l'allarme

Nuove e vecchie molecole coprono il 75% di tutte le attività illegali e valgono circa l'1% del Pil. Preoccupano il ritorno dell'**eroina**, specie tra gli adolescenti, e le **nuove sostanze psicoattive** che sfuggono ai controlli. La nostra inchiesta

di **Massimo Solani**

"Le attività economiche connesse al mercato delle sostanze psicoattive illegali rappresentano circa il 75% di tutte le attività illegali e pesano per circa lo 0,9% sul Pil. Il consumo di tali sostanze è stimato valere 14,4 miliardi di euro, in aumento di oltre un punto percentuale rispetto all'anno precedente". È da questi numeri fotografati dall'ultima relazione al Parlamento sullo stato delle tossicodipendenze in Italia che occorre per forza partire quando si vuol parlare di droga. Da un mercato che soltanto nel nostro paese vale quanto i profitti mondiali raccolti da Apple nei primi tre mesi del 2018 e che riguarda il 33% della popolazione italiana. Tale, infatti, è la percentuale di nostri connazionali fra i 16 e i 64 anni che nella propria vita, secondo lo studio del Cnr "*Italian population survey on alcohol and other drugs*" (Ispad) del 2017, ha assunto almeno una volta una sostanza psicoattiva illegale. Percentuale che, se riferita ai soli consumatori del 2017, scende al 10%. A farla da padrone, secondo i dati diffusi dal dipartimento antidroga della presidenza del Consiglio è sempre la cocaina (a cui è destinato il 43% della spesa), davanti a cannabis (28,2%), eroina, (16,2%) e sostanze sintetiche (12.7%).

Salgono le overdose

Il dato più allarmante, però, è che dopo venti anni di continua diminuzione (il picco massimo si era toccato nel 1996 con 1.556 vittime) dal 2016 sono ricominciati a salire il numero



© Barry Robinson/iStock

di morti per overdose. Se nel 2017 erano stati 197, 147 dei quali per eroina, dal primo gennaio al 30 novembre del 2018 i decessi sono stati già 229, 144 dei quali attribuibili sempre all'eroina. Ventidue le morti per droga registrate nel solo mese di ottobre dal sito *GeOverdose.it* che si occupa di mappare in tempo reale i decessi per sostanze in tutta Italia.

In sole tre settimane, però, tre casi specifici hanno fatto scattare l'allarme. Il 3 ottobre alcuni passanti chiamano i soccorsi segnalando il corpo di una ragazza esanime nei bagni della stazione di Udine: Alice ha sedici anni, il padre la sta aspettando fuori, e lei invece è stata stroncata da una overdose di eroina consumata con il fidanzato all'uscita dalla scuola. Ha sedici anni anche Carmela, che sempre il 3 ottobre i medici del 118 trovano senza vita, uccisa dall'eroina, in una casa popolare di Zafferana Etnea. E sedici anni ha anche Desirée che nella notte fra il 18 e il 19 ottobre perde la vita in uno stabile abbandonato del quartiere di San Lorenzo a Roma, stuprata quando è già agonizzante per un'overdose di eroina e l'assunzione di un mix di farmaci e alcool.

Sparito o quasi dalle cronache, ma non certo dalle strade, il buco nero che aveva inghiottito migliaia di persone negli anni Settanta e Ottanta oggi sembra tornato ad attirare anche giovani e giovanissimi. Secondo l'ultimo studio Ipsad, infatti, in Italia circa 700.000 persone hanno fatto uso di eroina o altri oppiacei almeno una volta nel corso della propria vita, l'1,7% della popolazione tra i 15 e i 64 anni. Lo 0,6%,

0,9%
del Pil, tanto vale il mercato delle droghe,
circa 14,4 miliardi di euro



229 i morti per overdose in Italia fra gennaio e novembre 2018, dei quali 144 per eroina. Nel 2017 erano stati 197

ossia quasi 220.000 persone, ha invece assunto eroina nel 2017. E che molti di questi siano giovani o giovanissimi lo dimostrano anche i dati dei SerD, i Servizi pubblici per le dipendenze patologiche del Sistema sanitario nazionale: se infatti l'età media delle persone assistite è di 39 anni circa, il dato si abbassa fino a 32 se si considerano soltanto gli individui trattati per la prima volta nei dodici mesi del 2017.
"La storia di Desirèe ha riportato all'attenzione, in maniera drammatica, più temi che come Cnca denunciamo da parecchio tempo, tra questi il ritorno della fascia giovanile nel consumo di sostanze anche pesanti", spiegava al *Redattore Sociale* nelle scorse settimane Riccardo De Facci, vicepresidente e responsabile dell'area dipendenze del Coordinamento nazionale delle comunità di accoglienza. "Un esempio eclatante al Nord - proseguiva - è la piazza di Rogoredo a Milano, dove su mille persone che cercano eroina e cocaina, almeno il 15% sono minorenni. In generale, anche nelle altre città, nel consumo grave, nelle sostanze più pesanti, c'è un coinvolgimento enorme anche delle persone minorenni".

Nel bosco di Rogoredo, la più grande piazza di spaccio di Milano, il 15% dei consumatori è minorenne

Chi "insegue il drago"

Del resto già nel 2014 era stato lo studio Espad-Italia 2013 dell'Istituto di fisiologia clinica del Cnr di Pisa a segnalare che per la prima volta dopo decenni si era registrato fra gli studenti un abbassamento dell'età del primo approccio con l'eroina. "Se nel 2009 avveniva mediamente a 15 anni - si legge nello studio - oggi si è spostata a 14 anni. Ciò potrebbe dipendere, secondo i ricercatori, dalle nuove modalità di assunzione dell'eroina, fumata anziché iniettata".
Letteralmente lo si definisce "inseguire il drago", "Chasing dragon" secondo una espressione derivata dal cantonese, e si riferisce alla pratica di inalare attraverso una cannuccia i vapori sprigionati dall'eroina scaldata con un accendino sopra ad uno strato di carta stagnola. Da qui il termine "stagnolari" comunemente usato. Essendo meno invasiva rispetto al tradizionale "buco", la pratica l'ha resa anche più socialmente accettabile e meno spaventosa agli occhi dei giovanissimi.
Ad accrescere la nuova capacità attrattiva dell'eroina, però, sembrano soprattutto il prezzo e il mutamento delle caratteristiche del prodotto reperibile sul mercato. Già da qualche anno, infatti, in tutto il mondo è ripresa a crescere la produzione di oppio (in Afghanistan, secondo l'Ufficio Onu per la lotta al crimine e al traffico di droghe, nel 2017 si è toccata la quota record di 9mila tonnellate, il 50% delle quali trasformate in 500 tonnellate di eroina) e il mercato è stato di fatto inondato di una quantità enorme di prodotto più puro e con percentuali molto più alte di principio attivo. Il che significa, automaticamente, un prodotto meno costoso (sono le leggi del mercato basate su offerta e domanda) e più "tagliabile" con altre sostanze. "Abbiamo tagli oggi anche da 5 euro - spiega De Facci - che hanno poca eroina ma contengono diversi oppiacei sintetici. Si tratta cioè di dosi di sostanze oppioidi o simil oppioidi a prezzi bassissimi in cui, però, la velocità della dipendenza è altissima. Abbiamo cioè un mercato che sta costruendo una modalità di dose e di vendita appetibili per i più giovani. Per intenderci, si può comprare una dose con la paghetta. Le dosi di eroina e gli oppioidi sintetici, con cui spesso è tagliata, sono pensati per essere venduti a una popolazione giovane e questo è estremamente pericoloso".

Nps, Nuove sostanze psicoattive

Poi c'è il mercato, non meno allarmante e pericoloso, delle nuove sostanze sintetiche. E qui il problema nasce addirittura alla radice,



© Jps Street Artist

14 anni
è l'età media del primo approccio con l'eroina

33% degli italiani
fra i 15 e i 64 anni ha assunto sostanze psicoattive

220mila
Le persone che, secondo uno studio Ipsad, avrebbero assunto eroina nel 2017

800
il numero delle nuove sostanze psicoattive (Nps) identificate dal 2005 ad oggi

5.000
morti negli Usa nel 2014 per overdose di Fentanyl

al momento stesso di dargli una etichetta. Secondo l'ultima relazione al Parlamento sullo stato delle tossicodipendenze "lo 0,7% della popolazione generale, che corrisponde a oltre 250.000 persone tra i 15 e i 64 anni, riferisce di aver utilizzato Nps, compresi cannabinoidi (spice) e catinoni sintetici, nei 12 mesi precedenti lo svolgimento dello studio". Nps sta per "New psychoactive substance", una definizione volutamente ampia da includere tutto ciò che di nuovo e sconosciuto si muove nel mercato delle droghe, sintetiche e non solo. Molte fonti le definiscono anche "Legal highs", ossia sostanze psicoattive legali, perché di fatto nella stragrande maggioranza dei casi si stratta di prodotti che al momento della loro creazione o immissione nel mercato non sono ancora vietati per legge.

Legali, insomma, in quanto sostanze ancora sconosciute. Spessissimo si tratta di "Designer drugs" ossia di composti che sono state creati, o solo commercializzati con nuove finalità qualora già esistenti, per eludere i divieti di legge. Generalmente, infatti, queste droghe vengono sintetizzate modificando la natura molecolare di altre sostanze oppure, meno frequentemente, creandone di nuove con strutture chimiche completamente differenti che tuttavia sono in grado di produrre effetti simili a quelli causati dalle droghe sintetiche già illegali.

"Nel corso degli ultimi dieci anni - commenta Dimitris Avramopoulos, commissario europeo per le Migrazioni, gli affari interni e la cittadinanza - l'emergenza di nuove sostanze psicoattive ha costituito un pericolo maggiore per la salute e la sicurezza pubblica. Si tratta di sostanze sintetiche spesso molto tossiche e che sono più pericolose in un contesto di mercati che cambiano". Facilmente reperibili on line le Nps sono spesso pubblicizzate sulla rete come "incensi", "sali da bagno" o "materiale per scopo di ricerca", e presentate con marchi e confezioni in grado di attrarre l'attenzione soprattutto della fascia di consumatori maggiormente a rischio, ossia adolescenti e giovani adulti.

Sul web, addirittura, esiste una wikipedia per gli "psiconauti" con uno sterminato database di sostanze, effetti e rimedi creato per "documentare tutti gli aspetti su base scientifica, fornire una educazione accessibile, incoraggiare pratiche sicure e riformare tabù culturali".

Censimento difficile

L'Osservatorio europeo delle droghe e delle tossicodipendenze ha iniziato a censire le Nps nel 2005 ma è dal 2009, quando ne vennero identificati circa 200 tipi, che se ne è registrata una vera esplosione. "Dal 2009 al 2013 erano di fatto raddoppiate e nel 2014 ne erano segnalate già circa 400. Tre anni più tardi eravamo saliti a quota 700, e ad oggi secondo gli ultimi aggiornamenti dovremmo aver raggiunto la soglia delle 800 Nps identificate", spiega la professoressa Maria Caterina Grassi, responsabile della unità operativa dirigenziale di Tossicologia clinica - Centro antiveleni (CAV) e Antidroga del Policlinico Umberto I di Roma. Ne esistono di ogni tipo: si fumano, si inalano,

si ingeriscono oppure si diluiscono nei liquidi.

Le "Designer drugs"

La letteratura scientifica oggi divide quasi tutte le Nps in sei grandi famiglie: i cannabinoidi sintetici che rappresentano gran parte delle sostanze psicotrope in circolazione e sono molto più potenti dei tradizionali cannabinoidi; i catinoni sintetici derivati dalla pianta africana del Kat (Catha edulis), anche detti "sali da bagno"; le fenetilamine, derivati anfetaminici; i derivati della piperazina e quelli della ketamina (un potente anestetico usato da decenni in farmacologia); le sostanze stimolanti del tipo delle anfetamine (Ats) e le droghe etnobotaniche come la Salvia Divinorum o il Kratom.

Esistono sei grandi famiglie delle nuove sostanze chimiche, tra queste i catinoni sintetici, derivati dal Kat

"Si tratta per lo più di sostanze sintetizzate in laboratori clandestini, in Cina come in India o nell'Est Europa e poi vendute per lo più attraverso il web - prosegue la professoressa Grassi - che in alcuni casi possono causare sintomi psichiatrici gravi, allucinazioni visive e uditive e comportamenti aggressivi. E che in ogni caso sviluppano dipendenza. Trattandosi spesso di sostanze non conosciute - continua - di fronte a una crisi acuta possiamo solo procedere con una terapia sintomatica. Se per l'eroina o le benzodiazepine esiste il modo di intervenire con altre sostanze come fossero antidoti, anche se la definizione non è appropriata, per le Nps non si può. Proviamo a identificare la sostanza, ma spesso è come andare alla cieca".

Diffusissime fra giovani e giovanissimi anche per il basso costo e la relativa facilità di reperimento sul web, le nuove sostanze hanno il vantaggio di essere anche praticamente invisibili ai controlli antidroga. "Ma tutto lascia una traccia e noi di quella traccia andiamo in cerca per dare un nome alla sostanza", spiega Oscar Ghizzoni, ex Ris di Parma e consulente di molte procure italiane in materia, fra l'altro, di tossicologia umana, antidoping, tossicologia su sostanze incognite e sostanze d'abuso. "Il 99% delle Nps sono di fatto delle meteore che hanno vita molto breve sul mercato, il tempo di affermarsi, diventare di moda e sparire non appena identificate e quindi inserite nella tabella delle sostanze". Secondo Ghizzoni, però, a fare paura è anche il dilagare di droghe "classiche" diventate molto più potenti grazie a studi genetici e botanici. "Dal nord Europa - spiega - è arrivata sul nostro mercato marijuana con percentuali di Thc doppie o addirittura triple o quadruple rispetto a quanto era normale soltanto pochi anni fa. Prodotti potentissimi che hanno sbancato il mercato causando in molti casi gravi problemi di salute anche nei giovanissimi. È capitato lo stesso anche con l'hashish e la cocaina, e per tutte queste droghe abbiamo assistito nel contempo anche a un abbassamento del prezzo che le ha rese ancora più appetibili. Come per le Nps - conclude - non esiste ancora una letteratura scientifica basata su studi prolungati negli anni che ci possa dire con certezza quali generi di danni possono provocare. Possiamo solo inseguire le evoluzioni del mercato e provare a stare al passo con i cambiamenti. Ma è una ricorsa".



L'errore più grande? Equiparare le sostanze

Il dottor Giancane lavora da anni a Bologna nei servizi per le dipendenze: "Oggi il numero di morti per overdose è crollato ma preoccupa la giovane età delle vittime. Le droghe non sono tutte uguali: spieghiamo che alcune sono mortali"

"L'eroina non se n'è mai andata. Gli eroinomani sono sempre stati la popolazione più vasta fra coloro che sono seguiti dai servizi per le tossicodipendenze. Quello che è successo è che i servizi pubblici hanno fatto bene il loro lavoro e l'impatto 'sociale' della diffusione dell'eroina adesso è evidentemente inferiore. Centomila persone curate sono trasparenti agli occhi dell'opinione pubblica rispetto a quelle che invece negli anni 80 in crisi di astinenza rompevano il finestrino delle macchine per rubare uno stereo".


© Ludo | don't do drugs, I am drugs, Paris

Salvatore Giancane è un medico tossicologo che lavora in un servizio per le dipendenze a Bologna e all'eroina ha dedicato numerosi libri per provare a capire com'è cambiato il contesto e il mercato che gli ruota attorno. "Io - spiega - ho pazienti in trattamento che vanno a lavorare regolarmente e che hanno famiglie più o meno lineari. Rispetto a 15-20 anni fa il numero dei morti per eroina è crollato, quello che inquieta è la tipologia delle vittime: un tempo per overdose moriva il trentotto-quarantenne con una lunga storia di dipendenza e ripetuti tentativi di disintossicazione, oggi muoiono anche ragazzi giovani e giovanissimi, spesso donne e in ogni caso neofiti".

Professor Giancane, perché oggi l'eroina è un problema che rischia di riguardare soprattutto un pubblico giovane?

La realtà è che chi è giovane oggi ha meno bisogno di rivolgersi ai servizi e quindi finisce per emergere nella percezione pubblica. Quando io ho iniziato a lavorare per comprare l'eroina ci volevano 120mila lire al grammo ed era roba schifosa, oggi bastano 30 euro e allora non c'è più bisogno di correre al SerD per avere il metadone senza il quale non si riesce a tirare avanti. Ai primi degli anni 80 con lo stipendio di un operaio si compravano una decina di grammi di eroina pessima, oggi se ne compra mezzo etto di qualità e potenza nettamente superiore. Il *British Medical Journal* dice che negli ultimi venti anni il prezzo dell'eroina, corretto per l'inflazione, è diminuito di circa il 75%. Poi dobbiamo anche tenere conto del fatto che negli ultimi anni si è creato un mercato nero di farmaci a cui un tempo si poteva avere accesso soltanto recandosi ai servizi pubblici. Quindi se un giorno posso comprare



una dose a 5 euro e il giorno dopo un flacone di metadone, che bisogno ho di recarmi al SerD e sputtanarmi pubblicamente?

Oggi i nuovi consumatori di eroina non sono più i classici "tossici" da buco. Oggi l'eroina si fuma...

L'aumento della quantità di principio attivo abbinato al crollo del prezzo ha modificato anche l'uso. Adesso che l'eroina è più potente, economica e diffusa la si può anche fumare, prima che era di qualità peggiore non se ne poteva sprecare e allora si ricorreva al buco. Ma la siringa, di per sé, era un deterrente potentissimo.

Il risultato è che oggi l'eroina fa meno paura e avvicinarsi sembra più facile?

L'eroina è stata banalizzata a partire dal discorso pubblico. Chi dice che le droghe sono tutte uguali ha responsabilità gravissime. Dicendo così non si ottiene l'effetto di alzare l'attenzione verso le droghe cosiddette leggere, ma si banalizzano quelle pesanti. Bisogna dire con forza il contrario e cioè che le droghe non sono tutte uguali e ce ne sono alcune che uccidono spesso e sono sempre cause di disastri. Proviamo a metterci nei panni di un adolescente che vede gli amici far uso di marijuana conducendo una vita normalissima: se noi gli dicessimo che farsi le canne fa male quanto l'eroina, ai suoi occhi perderemmo qualsiasi credibilità. Ai ragazzi dobbiamo dire che non esiste la droga, esistono le droghe e sono tutte diverse, ciascuna con i propri effetti e le proprie conseguenze. Così si fa prevenzione. Negli anni 70 e 80 era chiaro a tutti che esisteva un solco, aver provato a colmarlo col messaggio che tutte le sostanze sono uguali è criminale. Lo ha fatto la legge Fini-Giovanardi e lo hanno fatto alcuni messaggi politici ascoltabili soltanto in Italia. Non c'è nessun altro paese al mondo in cui si parla di droga, al singolare.

I servizi per le tossicodipendenze, diceva, hanno fatto bene il proprio lavoro. Oggi il sistema pubblico è ancora pronto ad affrontare le nuove emergenze?

Il problema eroina è stato derubricato e non c'è stata nessuna evoluzione, c'è stata una linea politica estremamente dirigistica che ha messo da parte i tecnici che la materia la conoscono e ci lavorano, mentre nel frattempo i servizi sono stati abbandonati o quasi. Chi sa che l'età media dei lavoratori del SerD è di 60 anni o che la conferenza nazionale sulla droga in cui gli operatori dovrebbero spiegare alla politica come modificare la strategia di intervento in base all'esperienza maturata sul campo non si riunisce dal 2008 nonostante la legge preveda che si debba tenere ogni tre anni? E in quell'ultima occasione gli operatori non furono neanche chiamati a parlare. In più oggi, con personale che si riduce e invecchia, i SerD devono occuparsi anche di dipendenze da alcool, gioco d'azzardo e internet. Il tutto, da dieci anni a questa parte, a risorse zero. L'operatore più giovane che lavora nel mio servizio ha 56 anni, con che linguaggio potrà approcciarsi a un ragazzo di venti che lo guarderà come fosse suo nonno? Ma il vero dramma arriverà fra pochi anni: noi operatori abbiamo tutti intorno ai 60 anni, cosa succederà quando andremo tutti in pensione senza che nel frattempo ci sia stato dato il modo di formare per qualche anno il personale più giovane? Come si colmerà la perdita di competenze e *know how* che la mia generazione di operatori si porterà in pensione?

Oggi l'eroina è più potente di 15-20 anni fa e la si può fumare. Una volta la siringa era un deterrente



La rincorsa affannosa per scovare le molecole

Carlo Locatelli, direttore del Centro di informazione tossicologica della Fondazione Maugeri: "Vengono sintetizzate in continuazione nuove sostanze di modo che non siano ancora illegali. Anche gli effetti sono inediti e perciò più dannosi"

"Nel 2017 abbiamo ricevuto 80mila richieste di consulenze da tutta Italia, di queste il 5% circa riguardava casi legati a sostanze da abuso". Il professor Carlo Locatelli è il direttore del Centro nazionale di informazione tossicologica della Fondazione Maugeri, punto di riferimento di tutte le strutture mediche d'Italia quando si tratta di sostanze d'abuso sconosciute. È a Pavia, infatti, che di norma ci si rivolge alla ricerca di una prima diagnosi nei casi di crisi acute, ed è a Pavia che vengono poi inviati i campioni di sangue in cui i tecnici andranno a caccia di elementi per dare un nome e una definizione chimica a sostanze altrimenti sconosciute che, una volta identificate, saranno segnalate al Dipartimento per le politiche antidroga della presidenza del Consiglio e al Sistema nazionale di allerta precoce per poi arrivare sulle scrivanie del ministero della Salute che le inserirà nella tabella delle droghe proibite.
Un iter burocratico che però a volte può du-



© Raul Arboleda/Afp/Getty Images

rare anche un anno durante il quale le nuove sostanze psicoattive sono libere di circolare sul mercato illegale. "Il problema delle cosiddette Nps - prosegue Locatelli - è esploso all'incirca nel 2005 mentre in Italia queste nuove sostanze sono iniziate ad apparire più o meno tre anni dopo. È un mondo completamente inedito con sostanze totalmente nuove che comportano nuovi problemi da affrontare con studi e terapie. Nei laboratori vengono create continuamente molecole di modo che non siano ancora illegali - spiega - ma che al tempo stesso siano sempre più potenti e provochino effetti diversi su più sistemi recettoriali. Poi ci sono addirittura casi di sostanze che sono state studiate e brevettate per uso farmacologico ma che sono state accantonate perché troppo pericolose. Finiscono sul mercato illegale perché c'è una domanda enorme e un business ricchissimo che attraverso la rete è potenzialmente senza confini".

Ma se sconosciute sono le sostanze che entrano nel mercato delle droghe, altrettanto sconosciuti sono gli effetti che provocano. Anche perché, di fatto, la letteratura scientifica a cui fare riferimento è ancora per forza di cose limitata, non esistendo ancora studi pluriennali. "La realtà - aggiunge Locatelli - è che non sappiamo ancora molto degli effetti prolungati nel tempo di queste droghe. Serviranno decenni di studi perché possano essere valutati a pieno".

Nel frattempo si combatte con le armi che si conoscono. "Purtroppo siamo molto indietro - è l'analisi del direttore del Centro nazionale di informazione tossicologica della Maugeri - non esiste ancora una reale terapia che curi la dipendenza o una specifica per affrontare i problemi di psicosi". Ed è una lotta complicata contro un nemico che fa paura. "In generale si tratta di sostanze molto più potenti di quelle a cui eravamo abituati - prosegue - e che invece fra giovani troppo spesso sono percepite come innocue e quindi assunte senza alcuna consapevolezza dei danni che potrebbero causare domani. Hanno effetti molteplici su più sistemi recettoriali: in molti casi provocano pericolose psicosi e agendo sul sistema nervoso centrale causano alterazioni che spesso non recedono e provocano danni permanenti e diffusi. Danni multiorgano ma anche effetti cardiotossici e neurotossici". Problemi legati da sempre all'uso e al consumo di droghe sintetiche che però sono aumentati con il diffondersi delle nuove sostanze chimiche.

"Il numero di casi di psicosi acute di nuova insorgenza - conclude Locatelli - è cresciuto assieme all'uso di queste nuove droghe".

L'eroina sintetica è il nuovo killer

Il Fentanyl è diventato "famoso" non solo perché ha ucciso star della musica come Prince ma anche perché sta stravolgendo le rotte del narcotraffico: il 70% di quello consumato negli Usa è prodotto nei laboratori criminali in Cina

Non fosse stato per le morti di Prince, Dolores O'Riordan e più di recente del rapper Mac Miller, in Italia nessuno o quasi avrebbe mai sentito parlare di Fentanyl. Almeno non fuori dal giro di chi naviga nel dark web fra forum e negozi on line a caccia di droghe. Eppure, a suo modo, negli Stati Uniti il Fentanyl è al tempo stesso un'emergenza e l'ultima moda.

Oppioide sintetico creato negli anni Sessanta come antidolorifico oncologico, nel 2014 secondo i dati della Drug enforcement agency (Dea) avrebbe ucciso oltre 5mila persone. Nel 2017 i morti per overdose negli Usa sono saliti a 49mila e di questi, secondo il National Center on Health Statistics, il 60% sarebbe stato causato da pastiglie a base di Fentanyl mischiato con altre droghe per potenziarne gli effetti.

Nel Vecchio Continente la prima allerta lanciata dall'Osservatorio europeo su droghe e tossicodipendenze risale al 2013 e da allora sono stati segnalati soltanto una decina di casi di overdose tra Olanda, Germania, Francia, Svezia e Svizzera. E se in Italia fino alla scorsa primavera le autorità continuavano a ripetere che non c'era "alcuna evidenza di una sua diffusione", tutto è cambiato lo scorso settembre quando l'Istituto superiore di sanità ha diramato per conto del dipartimento Antidroga della presidenza del Consiglio un'allerta di grado tre (il massimo) sul Fentanyl dando notizia del primo caso di decesso avvenuto a Milano nell'aprile 2017. Vittima un uomo di 39 anni scoperto cadavere nella sua casa. "Al suo fianco sono stati trovati un siringa - si legge nell'allerta - un accendino e una busta di plastica contenente diverse centinaia di milligrammi di polvere di colore marrone. Inizialmente è stata sospettata un'overdose di eroina". Il timore è che in questo anno e mezzo quello di Milano non sia un caso unico. Per questo il 12 ottobre scorso con un decreto del ministero della Salute sono state inserite nella tabella delle sostanze proibite dodici nuove droghe. A creare "motivo di allarme sociosanitario", è scritto nel decreto, "la diffusione di molecole sintetizzate per aggirare il divieto sulla molecola Fentanyl", la cosiddetta eroina sintetica, poiché "possiedono potenza notevolmente superiore alla molecola originale" e gli utilizzatori "possono essere soggetti a depressione respiratoria per l'elevata potenza su recettori oppiacei".

Ma il mercato della nuova eroina sintetica è già sconfinato e secondo gli esperti della Dea quasi il 70% di quello importato negli Usa sarebbe prodotto in laboratori clandestini cinesi. Dove un chilo di Fentanyl puro può essere acquistato a 3.800 dollari salvo poi fruttare circa 30 milioni al mercato nero dopo essere stato tagliato con altre sostanze. Un ricarico enormemente superiore rispetto a quello immaginabile dalla vendita di qualsiasi altra sostanza. Per questo, in un clima di difficile collaborazione con le autorità antidroga cinesi, è stato il presidente degli Stati Uniti a prendere iniziativa in prima persona via twitter: "È scandaloso - ha scritto - che la micidiale droga Fentanyl arrivi dalla Cina attraverso il sistema postale americano". La guerra tra Usa e Cina sulla droga rischia di deflagrare anche se non mancano segnali di collaborazione. Da poco, su invito americano, le autorità cinesi hanno messo sotto controllo 39 nuove sostanze psicoattive derivate dal Fentanyl. Ma è la punta dell'iceberg visto che la struttura stessa del Fentanyl può essere modificata in una serie infinita di combinazioni.

Parliamo di una droga 100 volte più potente della morfina: l'inalazione di poche particelle è letale

PROBLEMI DI CONSUMO TRANSFRONTALIERO?
IL CENTRO EUROPEO CONSUMATORI ITALIA TI AIUTA A RISOLVERLI GRATUITAMENTE





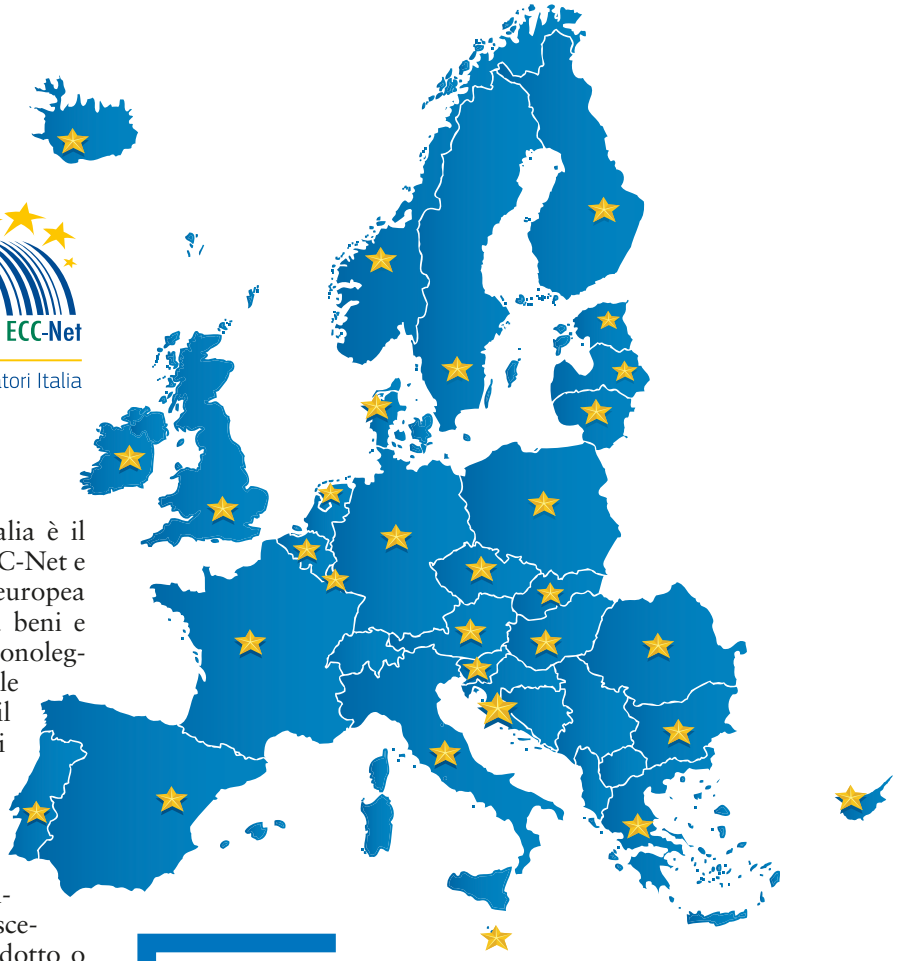
La rivoluzione digitale ha trasformato non solo il modo in cui comunichiamo e ci relazioniamo, ma anche il modo in cui effettuiamo i nostri acquisti. Grazie all'immediatezza e all'accessibilità, internet sta diventando il canale privilegiato attraverso cui prenotiamo i nostri viaggi, aggiorniamo il nostro guardaroba e ci facciamo guidare dalle piattaforme digitali per trovare l'offerta migliore al miglior prezzo. Ma chi può aiutarci se qualcosa va storto e il venditore ha sede in un Paese (UE) diverso dal nostro?
La Commissione Europea ha pensato alla nostra tutela e ha creato la rete dei Centri Europei dei Consumatori -ECC-Net- che assiste i consumatori nelle controversie di consumo transfrontaliere.

La Rete ECC-Net è stata istituita con decisione 1926/2006 del 18 dicembre 2006 del Parlamento europeo e del Consiglio, nell'ambito del programma di azione per la tutela dei consumatori attraverso la fusione di due reti di assistenza: gli Eurosportelli (Euroguichet), istituiti per fornire informazioni ai consumatori sui loro diritti e la rete extragiudiziale europea (EEJ-Net) il cui compito era di agevolare i consumatori nell'accesso a procedure di risoluzione alternativa delle controversie. Attualmente, la rete ECC-Net è costituita da 30 punti di contatto, uno in ogni Paese dell'Unione Europea, oltre che in Norvegia e in Islanda, e persegue, come obiettivo ultimo, quello di accrescere la consapevolezza dei consumatori circa i loro diritti in ambito transfrontaliero e incrementare la fiducia degli stessi nel Mercato Interno.

Consulenza ed assistenza per i consumatori in Europa

ECC-Net

Centro Europeo Consumatori Italia



INFORMAZIONI

Il **Centro Europeo Consumatori (CEC)** Italia è il punto di contatto italiano della rete ECC-Net e fornisce informazioni sulla normativa europea a tutela del consumatore che acquista beni e servizi in Europa. Viaggi, vacanze, autonoleggio e acquisti online sono alcune delle tante tematiche in relazione alle quali il Centro, grazie ad un team di consulenti esperti, risponde alle richieste d'informazioni e chiarimenti dei consumatori, orientandoli nell'individuazione dei loro diritti, delle più recenti novità normative ed evoluzioni giurisprudenziali. Il consumatore che vuole conoscere i propri diritti nel caso in cui il prodotto o servizio acquistato risulti difettoso o gli venga impedito di acquistare oltre frontiera in ragione della sua residenza, può contattare il Centro Europeo Consumatori Italia attraverso una email dedicata, un numero di telefono ed anche un servizio chat per i casi più urgenti.

VIAGGI, VACANZE, AUTONOLEGGIO E ACQUISTI ONLINE SONO ALCUNE DELLE TANTE TEMATICHE IN RELAZIONE ALLE QUALI IL CENTRO, RISPONDE ALLE RICHIESTE D'INFORMAZIONI

ASSISTENZA IN CASO DI RECLAMO

La conoscenza dei nostri diritti ci aiuta a compiere degli acquisti consapevoli ma non di rado proprio questi diritti vengono lesi e nasce un conflitto con il professionista che può sembrare una battaglia persa in partenza, anche solo perché quest'ultimo si trova in un Paese diverso dal nostro e parla un'altra lingua. Il Centro fornisce gratuitamente assistenza concreta nel tentativo di risolvere in via amichevole le controversie insorte tra consumatori e professionisti stabilizzati in due Paesi dell'UE differenti: che si tratti di una richiesta di indennizzo a seguito della cancellazione di un volo o di un reclamo per un acquisto on-line non andato a buon fine, il Centro Europeo Consumatori Italia assume la gestione del reclamo per conto del consumatore e, in collaborazione con il Centro Europeo dei Consumatori del Paese in cui si trova il professionista, effettua ogni tentativo possibile per risolvere, in via stragiudiziale, il conflitto facilitando altresì la comunicazione tra le parti. Le procedure di gestione del reclamo sono stabilite da un protocollo interno alla rete ECC-Net e stabiliscono che per poter accedere al servizio di assistenza del Centro, è necessario che il consumatore abbia già formulato per iscritto un reclamo nei confronti del professionista e che non si sia già intrapresa la strada dell'azione giudiziale.

Nel 2018 il Centro Europeo Consumatori Italia ha fornito più di 5700 consulenze e gestito più di 1000 controversie transfrontaliere di consumatori, sia italiani che stranieri.

Il maggior numero di controversie si è registrato, in linea con gli anni passati, nel settore dei trasporti (31%) e in particolare nel trasporto aereo e nell'autonoleggio, seguiti da quello relativo al tempo libero, spettacoli e cultura (10%), abbigliamento (7%), e dei servizi ricettivi e di ristorazione (4%).



SVILUPPO DELL'ADR E ASSISTENZA IN CASO DI CONTROVERSIE

Se l'intervento attraverso la rete ECC-Net non è risolutivo, il Centro può ulteriormente supportare i consumatori nell'accesso alle procedure extra-giudiziali di risoluzione delle controversie istituite a livello europeo.
L'Alternative Dispute Resolution (risoluzione extragiudiziale delle controversie) costituisce, oggi, un sistema ancora poco conosciuto e utilizzato, pur presentando grandi vantaggi per la risoluzione del contenzioso tra consumatori e operatori economici: tale sistema consente, infatti, il raggiungimento di un accordo in tempi rapidi e a costo zero, o quasi. Nel 2016 la Commissione Europea ha istituito la piattaforma di risoluzione online delle controversie (**ODR Platform**), un sito web interattivo attraverso cui consumatori e professionisti di tutta Europa possono tentare di risolvere in via amichevole le controversie insorte nell'ambito di un contratto di acquisto di beni e servizi concluso online. Il procedimento è su base volontaria e, attraverso la piattaforma, le parti possono affidare la risoluzione della controversia ad uno degli organismi ADR registrati dalla piattaforma e riconosciuti come qualificati in quanto rispettosi dei requisiti stabiliti per legge. Il Centro Europeo Consumatori Italia è lo sportello nazionale di riferimento per ricevere assistenza per l'accesso e l'utilizzo della piattaforma.

"Fammi causa" è una frase che non di rado sentiamo dire dai professionisti, certi che il valore esiguo del contenzioso e la parcella del legale possano costituire dei deterrenti per un'azione giudiziale. Nel 2009 è stato istituito, a livello europeo, il **procedimento europeo per le controversie di modesta entità**, una procedura giudiziale alternativa a quelle ordinarie che il consumatore può avviare senza l'assistenza di un legale per citare in giudizio un professionista stabilizzato in un paese diverso dal proprio, in caso di contenziosi civili di valore non superiore ai 5.000 euro. Il Centro fornisce informazioni generali sull'ambito di applicazione del procedimento europeo per le controversie di modesta entità e assistenza per l'avvio della procedura attraverso la compilazione dell'apposito modulo di domanda.



IL CENTRO FORNISCE INFORMAZIONI GENERALI SULL'AMBITO DI APPLICAZIONE DEL PROCEDIMENTO EUROPEO PER LE CONTROVERSIE DI MODESTA ENTITÀ E ASSISTENZA PER L'AVVIO DELLA PROCEDURA ATTRAVERSO LA COMPILAZIONE DELL'APPOSITO MODULO DI DOMANDA

GEOBLOCKING

Il 3 dicembre 2018 è entrato in vigore il **Regolamento Geoblocking** che introduce misure volte a rimuovere i blocchi geografici ovvero tutte quelle pratiche adottate dai venditori per impedire ai consumatori residenti in un Paese UE diverso dal proprio di accedere ai prodotti e servizi venduti online o che prevedono ingiustificate disparità di trattamento. Ai consumatori cui verrà impedita una transazione transfrontaliera in ragione della propria nazionalità, residenza o domicilio senza giustificato motivo il Centro, quale organismo competente, fornirà assistenza pratica nella gestione del reclamo in via del tutto gratuita.

COOPERAZIONE CON LE AUTORITÀ DI *ENFORCEMENT*

L'informazione in materia di consumo e l'assistenza nella gestione delle controversie transfrontaliere, pur rappresentando attività di fondamentale importanza, rappresentano solo una parte delle molteplici funzioni svolte dal Centro. La raccolta e l'analisi delle informazioni relative alla casistica dei reclami e del contenzioso effettuata dal Centro, non solo apporta un contributo significativo alla programmazione politica e all'intervento legislativo per una tutela del consumatore sempre più efficace, ma costituisce una preziosa risorsa per le azioni repressive da parte delle istituzioni europee e nazionali. Il Centro Europeo Consumatori lavora, infatti, a stretto contatto con la Commissione Europea e le autorità di enforcement cui è affidato il compito di assicurare la corretta applicazione delle norme a difesa del consumatore e di sanzionare eventuali violazioni.
Il Centro Europeo Consumatori Italia, che è cofinanziato dalla Commissione Europea e dal Ministero dello Sviluppo Economico unitamente alla provincia autonoma di Bolzano, nella sua struttura attuale, dispone di due sedi: una transfrontaliera a Bolzano ed una centrale a Roma. Sin dalla sua istituzione nel 2006, il Centro è gestito da una delle maggiori associazioni dei consumatori a livello nazionale, ADICONSUM, in partnership con il Centro Tutela Consumatori e Utenti.

ADICONSUM
Associazione Difesa Consumatori e Ambiente promossa dalla CISL

L'ADICONSUM (Associazione Difesa Consumatori e Ambiente) è un'associazione dei consumatori, promossa dalla Cisl nel 1987 e riconosciuta dalla legge; parte del CNCU, il Consiglio Nazionale dei Consumatori e degli Utenti, presieduto dal Ministero dello Sviluppo Economico, è Associazione di Promozione sociale, approvata dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. ADICONSUM dedica quotidianamente la propria attività alla lotta contro abusi e soprusi a danno dei consumatori (pubblicità ingannevoli, pratiche scorrette, raggiri, truffe, ecc.), affinché sia riconosciuto loro il diritto a essere informati, a essere difesi contro le pratiche commerciali scorrette e a compiere scelte consapevoli in un mercato di prodotti e servizi che sia sempre più sostenibile dal punto di vista economico, sociale e ambientale. Inoltre, dal 1998, ADICONSUM gestisce su incarico del Ministero dell'Economia e delle Finanze, il Fondo di prevenzione del sovraindebitamento e dell'usura, rivolto alle famiglie e alle imprese familiari in situazioni di difficoltà economica che siano in possesso di specifici requisiti stabiliti dalla legge.

LINK UTILI

Centro Europeo Consumatori (CEC) Italia *https://www.ecc-netitalia.it/it/*
Piattaforma di risoluzione online delle controversie (ODR Platform), *https://ec.europa.eu/consumers/odr/main/index.cfm?event=main.home2.show&lng=IT*
Procedimento europeo per le controversie di modesta entità *https://e-justice.europa.eu/content_small_claims-42-it.do*
Regolamento Geoblocking *https://eur-lex.europa.eu/legal-content/IT/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018R0302&from=IT*
ADICONSUM *https://www.adiconsum.it/*



L'aria che tira misurata "dal basso"

Si diffonde in molte città italiane la rete di cittadini che si **organizzano** per le **analisi sugli inquinanti** attraverso impianti di rilevazione low cost. È la "citizen science" che a volte aiuta (e molto) anche quella ufficiale

di **Chiara Affronte**

Cambiamenti climatici, inquinamento, ozono, particolato, biossido di azoto. Nell'aria c'è ciò che ci dà la vita ma anche ciò che ci può far ammalare. Ed è di certo per questo motivo che i cittadini, sempre di più, negli ultimi anni, hanno iniziato ad organizzarsi in associazioni o anche individualmente per misurare in autonomia la qualità dell'aria che respirano ogni giorno, quando vanno al lavoro, portano i figli a scuola, vanno al supermercato o a fare una passeggiata.

Da qualche tempo si parla di *citizen science*, indicando con questo termine la partecipazione dei cittadini alla ricerca scientifica; ma non è detto che sia sempre la comunità scientifica a coinvolgere i cittadini: sempre più spesso, infatti, la molla della partecipazione, scatta proprio "dal basso" ed è chi abita nelle città a mettersi


© Ulianna/iStock

in rete e a cercare suggerimenti per misurare l'aria, perché prende consapevolezza del fatto che è sempre più importante cambiare i propri stili di vita per fare bene all'ambiente e a se stessi.

Lo scorso anno, a Roma, si è tenuta la prima conferenza organizzata dall'Accademia nazionale delle scienze dedicata alla citizen science e si è concentrata su vari aspetti della ricerca in campo ambientale - mare, fauna, terremoti, per fare alcuni esempi - ma soprattutto sul monitoraggio ambientale, qualità dell'aria compresa.

I progetti guidati "dall'alto" sono vari e due di questi, di stampo europeo, utilizzano sensori a basso costo, forniti ai cittadini: Captor è uno di questi, serve a monitorare l'ozono (www.captor-project.eu/it/) e, in Italia, vede Arpa e Legambiente in prima fila. Con Captor, vengono monitorate tre aree europee (Catalogna, Pianura Padana e una parte dell'Austria). Un altro progetto è iScape (Improving the smart control of air pollution) che nasce con l'obiettivo di sviluppare una strategia condivisa e integrata dell'inquinamento nelle varie città europee, spingendo l'utilizzo di sensori a basso costo per coinvolgere i cittadini. I dati, naturalmente, sono condivisi con le istituzioni.

Proprio poche settimane fa è stato lanciato un progetto iScape in collaborazione con l'Università di Bologna perché il capoluogo emiliano è una di quelle località europee ospiti del living lab: la città, infatti, intende diventare un laboratorio di ricerca nel quale sperimentare soluzioni innovative coinvolgendo i cittadini e, in questo caso, anche gli studenti. Non solo: il progetto ha coinvolto anche l'associazione Salvaiciclisti e la velostazione Dynamo: "Con un gruppo di volontari abbiamo valutato l'esposizione in bici, auto, scooter e bus su vari percorsi molto battuti", spiega Simona Larghetti. I dati sono attualmente in analisi ma ciò che già è emerso è che "su percorsi entro 15 minuti la bici impiega meno tempo e lo smog respirato è lo stesso di quello a cui si è sottoposti con altri mezzi, con la differenza, però, che con la bici è possibile scegliere un percorso alternativo".

Ma, mentre agli "alti livelli" si opera in questo modo, dal basso c'è un pullulare di apparecchi di vario tipo - dai rilevatori di particolato, ai sensori fino ai campionatori passivi - che si possono acquistare anche in rete; non mancano dei vademecum on line per poter autocostruire il proprio dispositivo. C'è poi, come è accaduto nel caso di Peacelink a Taranto, chi ha investito in un analizzatore "importante" come quelli utilizzati dall'Arpa e ha monitorato l'aria non solo dentro e fuori dall'Ilva, ma anche al quartiere Torchiarolo. "È stato utilissimo - ci spiega Alessandro Marescotti, presidente dell'associazione - abbiamo fatto misurazioni ovunque, anche con l'obiettivo di vedere dove l'aria fosse zero Ipa (ovvero zero idrocarburi policiclici aromatici, aggregato che contiene vari inquinanti)". Peacelink ha così scoperto che picchi di queste particelle si legano all'uso di caminetti a legna e perfino a singole preparazioni casalinghe, come quella di arrostire le castagne sul fornello. Inquietante anche quanto hanno misurato nell'abitacolo di quasi tutte le auto: "Per il modo in cui sono costruite, accade che il motore non sia davvero ben isolato e l'aria diventa rapidamente carica di inquinanti a prescindere dall'ambiente". E così ci si può trovare a respirare un bel carico di veleni anche quando si viaggia in un bosco incontaminato…

Peacelink ha scoperto inaspettate concentrazioni di Ipa nelle case e nell'abitacolo delle automobili

“Se i cittadini partecipano aiutano anche noi”

Non c’è competizione tra chi fornisce dati ufficiali attraverso apparati molto costosi e precisi e chi si attrezza con strumenti “casalinghi”. Ne è convinto Fulvio Stel, responsabile Sos per Arpa Friuli-Venezia Giulia

“Il monitoraggio dell’aria effettuato da parte dei privati è molto importante per incentivare la consapevolezza sociale sui temi legati all’ambiente, ed è anche utile ad integrare il contesto interpretativo dei dati ufficiali, per individuare situazioni locali che necessitano di maggior approfondimento”. Ne è convinto Fulvio Stel, responsabile Sos per Arpa Friuli-Venezia Giulia, mentre aggiunge con altrettanta sicurezza, tuttavia, che “i dati ufficiali restano tali, sia per ragioni normative che per motivi tecnici”. Queste attività, spiega Stel, nulla tolgono all’autorevolezza e alla scientificità delle agenzie pubbliche che, come Arpa, hanno il compito per legge di effettuare controlli e ricerca. Anzi, come è accaduto a partire dagli anni 90 e come accade ancora oggi nel caso dei dati metereologici, soprattutto da quando si moltiplicano gli eventi violenti, “le informazioni raccolte dai privati sono comunque utili a integrare il contesto interpretativo dei dati ufficiali e consentono alle persone di toccare con mano ciò che accade attorno a loro”. Inoltre, Stel è convinto che “l’attenzione verso il nostro lavoro non possa che essere positiva e di stimolo”. E se chi si è attrezzato con strumenti “casalinghi”, trova valori diversi da quelli rilevati dall’agenzia? In genere lo segnala alle Arpa, spiega Stel e “noi rispondiamo che queste differenze sono dovute sia alla tipologia



Come ci si costruisce l’apparecchio

Sul sito di Che aria tira? (*chearіatira.it*)sono presenti dei video che mostrano laboratori di autocostruzione di automontaggio. Ma il network sta lavorando ad un vero e proprio vademecum per costruire il proprio apparecchio per misurare della qualità dell’aria. In rete se ne trovano comunque altri, benché la premessa resti sempre la solita: non si tratta di strumenti accurati come quelli usati da Arpa, ma utili a dare informazioni “indicative”. Si ispirano al progetto tedesco Ok Lab di Stoccarda e sul sito lufdaten.info si trovano, anche in italiano, le istruzioni per la costruzione di un sensore per rilevare polveri sottili Pm10 e Pm2,5, senza che sia necessario programmare, in modo che il lavoro possa essere fatto anche da utenti non esperti. L’obiettivo è generare open data, risultati accessibili e consultabili da tutti in modo condiviso e trasparente.

dei dispositivi sia alle posizioni nelle quali avvengono i rilevamenti". E aggiunge: "Individuare il quantitativo dei diversi inquinanti dispersi nell'aria spesso è come trovare cinque chicchi di riso 'venere' in mezzo a 200 di riso 'basmati'. Per poter essere sicuri che i chicchi siano cinque e non otto o dieci dobbiamo mettere in piedi un sistema di controllo molto sofisticato e dispendioso che prende il nome di 'riferibilità metrologica': un sistema che permette di confrontare i dati di Venezia con quelli di Roma, ma anche di Parigi". "Gli esperti di tutte le agenzie per la Protezione dell'ambiente del paese - prosegue - si incontrano, a scadenze prestabilite, ed effettuano congiuntamente la misurazione della qualità dell'aria per validare gli strumenti campione di riferimento (usati a livello locale) e la loro capacità di usarli correttamente", spiega Stel. Poi Ispra, Agenzia nazionale per la protezione dell'ambiente, "si confronta a livello europeo con le Agenzie degli altri Stati; questo laborioso sistema consente di dire che le misure fatte a Udine sono confrontabili, appunto, con quelle fatte a Milano o a Parigi". L'utilizzo di questo sistema chiarisce, dunque, quale sia l'autorevolezza del dato scientifico ufficiale, perché, come aggiunge Stel, ritornando alla metafora dei chicchi di riso "venere" in mezzo ai "basmati", "anche quei pochi in mezzo a tutti gli altri, nel lungo periodo, possono portare ad effetti rilevanti sulla salute delle persone, e la responsabilità di riferire ai decisori politici che i chicchi sono dieci e non cinque spetta al settore pubblico, cioè al sistema delle Agenzie tramite le proprie reti di monitoraggio riferibili, certificate, controllate e sempre più trasparenti alla popolazione".



A Firenze le centraline "open source"

Dalla battaglia contro l'avvio di un nuovo inceneritore che doveva essere costruito nei pressi di Firenze nord, il gruppo "Mamme no inceneritore" ha allargato le sue fila e si è trasformato in un network che ha messo in piedi una rete di "centraline" per il monitoraggio della qualità dell'aria, affiancate a quelle di Arpa: autocostruendole, montandole e investendo intorno ai 200 euro. Non si tratta, quindi, di campionatori "passivi" utilizzati per controlli temporanei, come avviene nei progetti guidati dalle associazioni di Milano e Bologna, ma di apparecchi che funzionano 24 ore su 24 collegati a una rete open source, consultabile in ogni momento. Niccolò Villiger racconta come si è evoluto il progetto "Che aria tira?": "Siamo partiti dalla battaglia contro l'inceneritore seguita, subito dopo, da una riflessione complessiva sulla zona nord di Firenze, la cosiddetta 'piana fiorentina', un'area inquinata da due autostrade, mercato ortofrutticolo, aeroporto esistente e quello in progettazione insieme anche al nuovo stadio; in più da lì a Prato è un susseguirsi di fabbriche in una zona ad elevata densità abitativa". Nella piana, "a Sesto Fiorentino, a Campi Bisenzio, città da 50mila abitanti, mancavano delle centraline", aggiunge Villager, mentre spiega che fin da subito la collaborazione con l'Arpa locale è stata attivata. Non solo. Appena Che aria tira? ha comunicato pubblicamente l'intenzione di installare centraline autocostruite, "alcuni Comuni ne hanno fatto richiesta". Da quel momento, nel 2015, è partito il crowdfunding con cui il network di associazioni ha raccolto 150mila euro per dare avvio all'avventura. Oggi le centraline sono state montate a Firenze, Pistoia, Prato, Pisa e Lucca, ma le richieste arrivano da Emilia-Romagna, Liguria, Piemonte, Friuli, Lombardia, ma anche dai singoli cittadini. "Ci stiamo concentrando sulla taratura delle centraline, lavoriamo alla realizzazione di uno spazio da adibire per tutto l'anno, 24 ore su 24, alla taratura degli apparecchi; nel contempo stiamo preparando dei vademecum per aiutare le persone nell'autocostruzione e nell'automontaggio", conclude Villager.

Ma non confondete centraline e sensori low cost

L'accuratezza del dato rilevato da apparecchi che costano poche centinaia di euro non può essere paragonata a macchinari molto più grandi e dal valore di 15/20mila euro. Però può essere utile come spiega Michele Penza di Enea

"Il coinvolgimento dei cittadini nella citizen science è interessante sia dal punto di vista scientifico che sociale; il problema fondamentale è l'accuratezza del dato". Michele Penza, responsabile Laboratorio Enea Brindisi, lo spiega dalla sua posizione di esperto di sensori e apparecchiature per la misurazione della qualità dell'aria; è infatti presidente della Cost action TD1105 e dell'European sensor system cluster (ESSC), oltre che coordinatore di progetti su tecnologie e materiali per applicazioni di eco-innovazione.

"La distinzione fondamentale - premette al Salvagente - da fare subito è quella tra le centraline usate da Arpa e i sensori portatili".

Dottor Penza, ci spieghi meglio...

Normalmente i cittadini usano sensori portatili di basso costo che rilevano NO_2 (biossido di azoto): i sensori hanno dimensioni di pochi centimetri, costano alcune centinaia di euro, e non possono essere paragonati agli analizzatori usati da Arpa, gabbiotti di alcuni metri cubi che costano attorno ai 15/20mila euro. Oltre al costo e alle dimensioni ciò che contraddistingue questi apparecchi è l'accuratezza del dato rilevato. La direttiva europea, infatti, prevede due tipologie di dati, in riferimento alla loro qualità. Il primo tipo di misura si chiama 'fissa' e fornisce la maggiore accuratezza, raggiungibile solo dagli analizzatori delle stazioni Arpa: è, insomma, quella attendibile. I sensori a basso costo sono della seconda tipologia di misura, detta 'indicativa', il cui obiettivo di qualità è inferiore.

E quindi, a cosa servono i sensori a basso costo?

Le misure indicative sono importanti per scopi informativi perché hanno un raggio spaziale e temporale elevato e permettono una capillarità di distribuzione dal punto di vista geografico superiore. Questo è l'approccio della citizen science e non bisogna fare confusione sulla qualità. Quando si comunicano i dati di sforamento sarebbe corretto specificare come sono stati ottenuti. Oggi si cerca di confrontare i dati con quelli degli analizzatori; per questo si usa la

A Bologna c'è "Aria Pesa"

Luca Basile, professore associato di Chimica industriale all'Università di Bologna, è il coordinatore scientifico del progetto "Aria Pesa" lanciato a Bologna lo scorso inverno. "Pesa" in slang bolognese significa pesante, in senso letterale e figurato. E i dati raccolti dai 317 campionatori passivi esposti e consegnati dai cittadini durante la prima campagna, hanno rivelato numerosi sforamenti del biossido di azoto in città, meno fuori dal centro. Ora è stata lanciata la seconda campagna - "Quanto Pesa l'aria a scuola?" - che ha coinvolto circa 250 istituti bolognesi (due terzi del totale); le famiglie si sono fatte portavoce del progetto, e i risultati verranno elaborati e diffusi nelle prossime settimane. Anche in Emilia-Romagna, Arpa si è detta subito disponibile a collaborare: "I risultati ottenuti dai rilevatori passivi di NO_2 (biossido di azoto) per lungo tempo, mostrando la concentrazione media in un periodo determinato, possono essere complementari a quelli di Arpa" spiega Basile. Per verificarne l'attendibilità, anche a Bologna, come altrove, talvolta viene chiesto all'Agenzia di posizionare i rilevatori a fianco delle centraline Arpa.

"A Bologna Aria pesa è nato da un gruppo di associazioni che si battevano contro il Passante di mezzo ma anche da quei gruppi che hanno lottato e lottano affinché il bosco urbano Prati di Caprara venga salvaguardato e rivalutato e non sostituito da centri commerciali o edifici", spiega Basile. Il senso è di "appropriarsi di strumenti utili a costruire una discussione sulla città che vogliamo e per essere protagonisti del suo futuro dal punto di vista urbanistico".



© Stefano Montesi/Corbis via Getty Images

co-collocation, ovvero la collocazione di questi strumenti vicino agli analizzatori di riferimento.

Come funzionano le misurazioni?

Seguono protocolli standardizzati di cui si occupa il gruppo 264 del Cen (European committee for standardization). Anche i sensori possono essere accurati, se sono appena stati calibrati, ad esempio. Ma la sfida tecnologica è proprio di riuscire ad arrivare a un dato accurato, sul lungo periodo, anche nel caso dei sensori.

E i campionatori passivi,come quelli nelle campagne di Milano e Bologna?

Si tratta di contenitori in cui si inseriscono assorbitori su cui si accumulano le sostanze inquinanti nel periodo stabilito di esposizione. Dopodiché, si analizzano off line le sostanze accumulate e si ricostruisce la misura media. Il vantaggio è che costano pochissimo, producono dati accurati, ma non in tempo reale.

Le soglie per definire gli inquinanti sono omogenee?

No. Ci sono differenze tra le direttive europee, quelle stabilite dall'Epa (Environmental protection agency) e quelle di Pechino, ad esempio. Inoltre l'Oms ha soglie ancora diverse perché il suo compito è quello di concentrarsi sulla salute e sugli effetti nocivi.

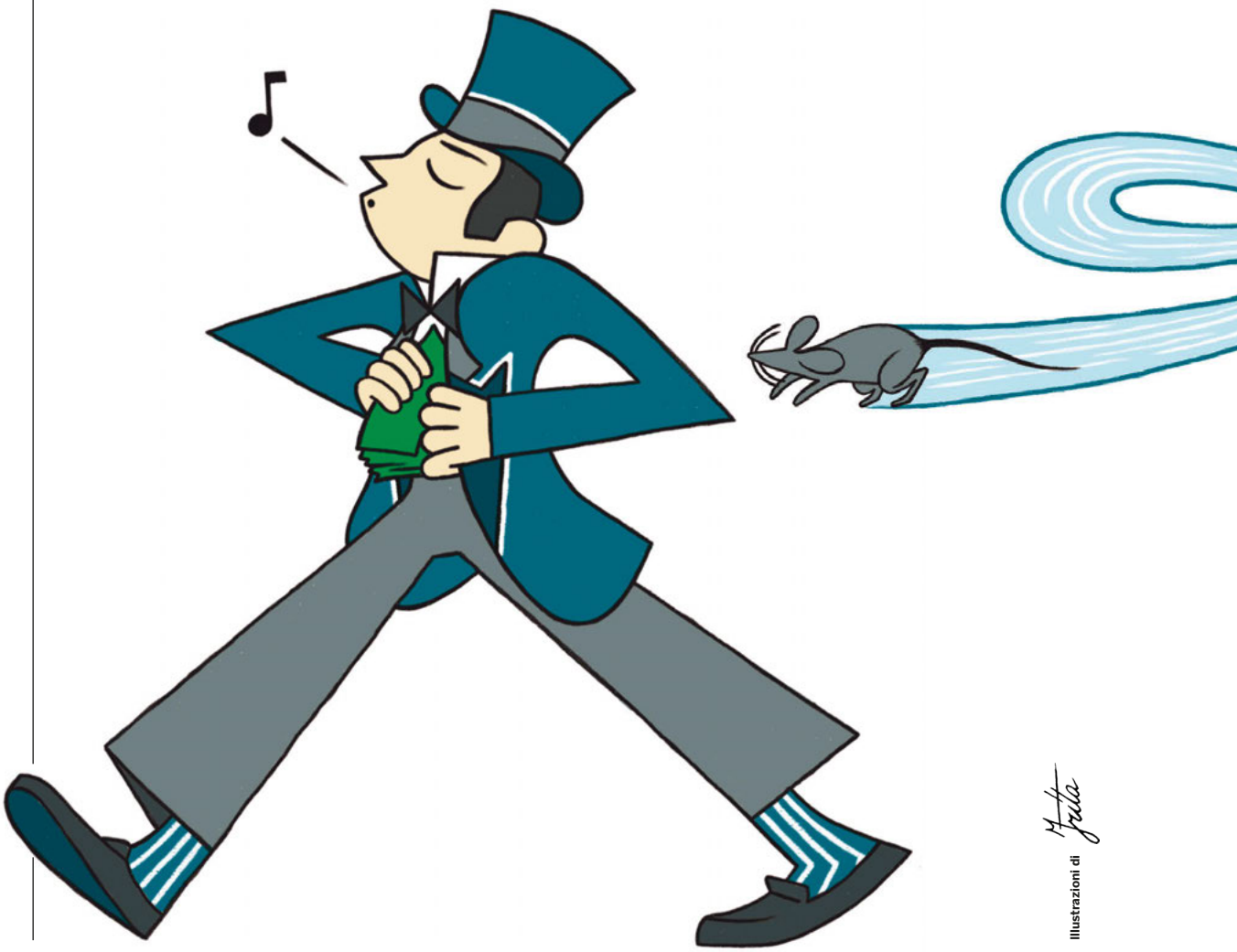
Milano, Brescia, Roma: i Cittadini per l'aria

A Milano Cittadini per l'aria onlus ha copiato da Anversa e nel 2017 sono partiti con la prima campagna di monitoraggio: in oltre 200 hanno posizionato i campionatori passivi davanti a casa, al lavoro e nei cortili delle scuole della città; li hanno lasciati un mese e quanto è emerso sul biossido di azoto non lasciava spazio a dubbi: l'aria era inquinata, troppo. Qualche giorno fa, sulla base dei dati, l'associazione ha anche impugnato il ricorso al Tar contro il Piano aria della Regione Lombardia che verrà discusso il 12 marzo. A raccontare il percorso è Anna Gerometta: "Si parla molto del particolato ma pochissimo del biossido di azoto". I dati della campagna, validati con il sostegno della Divisione chimica dell'ambiente e dei beni culturali della Società chimica italiana, hanno evidenziato una presenza di NO_2 superiore al limite consentito. Nel 2018 poi grazie all'aiuto di 700 cittadini la campagna è approdata a Brescia e Roma con l'appoggio di Salvaiciclisti. "Importante - aggiunge Gerometta - il lavoro di un gruppo di epidemiologi del Servizio sanitario della Regione Lazio che ha dimostrato che il biossido di azoto si espande anche dove non è stato misurato; si è stimato, in questo modo, che 5 persone su 100 ogni anno a Milano muoiono per la violazione dei limiti di legge". Ed è qui che dovrebbe intervenire la politica con misure sulla mobilità: "Il sindaco Sala ha allargato l'area B delle Ztl che, a regime a febbraio del 2019, riguarderà di fatto la quasi totalità del centro cittadino".

Questa casa è un albergo

Si chiama **home sharing**, si è diffusa grazie a siti come **Airbnb** ed è la nuova forma di affitto turistico per brevi periodi. Ma quali **regole** deve rispettare chi vuole dare in locazione la propria abitazione? La nostra guida

di **Carla Tropia**



Illustrazioni di Giulia



Si chiama home sharing (letteralmente condivisione della casa), ma è la veste nuova di un fenomeno che è sempre esistito, quello della locazione turistica per brevi periodi. Il salto di qualità lo ha fatto grazie a internet e ai tanti portali che permettono l'incontro tra domanda e offerta di alloggi in un solo click. AirBnb su tutti, si sa, ma ce ne sono molti altri: Booking, HomeAway, Halldis, Home Sharing Home, House Trip, Wimdu, ItalianWay e la neonata Stay with Hostmaker.

Tutti ormai li conosciamo e li utilizziamo, non solo come viaggiatori ma anche - sempre più spesso - come "host", cioè come proprietari che affittano un appartamento o anche solo una stanza ad altri viaggiatori. La modalità di scambio, infatti, piace molto da entrambi i versanti: soggiornare in una casa piuttosto che in un albergo, a parte la convenienza economica, permette di immergersi nella vita del luogo che si visita, grazie anche al contatto - quando c'è - e ai consigli dei padroni di casa che, meglio di una guida turistica, sanno indirizzare i loro ospiti nei posti più caratteristici, interessanti e inconsueti della città. Una condivisione, appunto, molto apprezzata ormai non solo dai più giovani ma anche da famiglie e anziani, questi ultimi sempre più bravi a usare le nuove tecnologie, più aperti a nuove esperienze e con tempo e risorse economiche a disposizione.

Anche affittare, vestire cioè i panni dell'host, ha i suoi vantaggi: permette innanzitutto di realizzare un guadagno in più che integra il proprio reddito (la maggior parte degli host che mettono l'annuncio su un portale fa tutt'altro nella vita); ma serve anche per non lasciare disabitata a lungo una seconda casa o la stanza del figlio che è andato a studiare all'estero, ad esempio. Insomma, è un modo intelligente per gestire una proprietà evitando che sia solo fonte di tasse (Imu, Tari, Tasi) o che si deteriori per il prolungato non uso. E poi, spesso, è anche divertente: l'utenza dei siti di home sharing è internazionale, per cui può capitare di ospitare stranieri provenienti da tutte le parti del mondo, una contaminazione positiva che piace a molti.

Ora, se affittare casa ogni tanto e per brevi periodi può essere un hobby - certamente produttivo: i dati di AirBnb stimano un reddito annuo medio per i proprietari di 2.300 euro, per affitti in media di 25 giorni all'anno -, il fenomeno nel suo complesso è diventato una delle voci più importanti della cosiddetta sharing economy, l'economia collaborativa che ruota attorno allo scambio di beni e servizi per un tempo limitato, in cui AirBnb (nel settore turistico) e Uber e Blablacar (nel settore dei trasporti privati) sono alcuni dei principali protagonisti. Per dare una misura del fenomeno guardiamo ancora ai dati forniti da AirBnb: nel 2017 quasi 8 milioni di turisti hanno scelto la formula dell'home sharing per soggiornare in Italia; e gli host registrati sul sito sono circa 200mila (cresciuti del 22% nell'ultimo anno).

Oltre al guadagno della piattaforma che fa da intermediario e a quello che va in tasca agli host, l'home sharing ha prodotto ulteriori effetti economici: è cresciuta la spesa per le ristrutturazioni, così come il volume d'affari di bar, ristoranti, negozi e musei delle zone visitate dai "guest", gli ospiti/affittuari. Un giro d'affari complessivo che varrebbe, sempre secondo le stime della nota piattaforma, circa 4 miliardi di euro.

I passi da compiere per essere host in regola

Gli affitti turistici prevedono obblighi: adempimenti da compiere, come riscuotere e versare la tassa di soggiorno e provvedere alla Certificazione energetica. Senza considerare le leggi regionali che impongono altri vincoli

"Avevo da poco acquistato un bivani a Milano, dove lavoravo, quando mi hanno trasferito in un'altra sede - ci racconta Davide, giovane ingegnere che ha abbracciato l'idea dell'home sharing - Che fare dell'appartamento? Lasciarlo vuoto era uno spreco, affittarlo per un lungo periodo un rischio: se l'inquilino non paga regolarmente? Se non riesco a mandarlo via? E quando torno a Milano, che faccio, vado in albergo? Così ho pensato all'affitto breve, un buon compromesso per creare un po' di reddito senza impegnare a lungo termine la casa e averla a disposizione quando mi serve".

Ma tra il dire e il fare c'è di mezzo la burocrazia. "Se si vuole essere in regola, come è giusto che sia, non basta mettere un annuncio su un portale - ci spiega Davide - ma si devono rispettare leggi e adempimenti precisi. Io ho dovuto imparare tutto, ma la strada è stata tortuosa. E il rischio di sbagliare, sempre in agguato".

Insomma, affittare casa a fini turistici, anche se non è un'attività svolta in forma imprenditoriale, richiede la minuziosa conoscenza delle norme che regolano la materia, che sono tante e diverse.

Proviamo allora a vedere quali sono i passi da fare per diventare un host in piena regola.

Devo dirlo a qualcuno?

La prima domanda da porsi, prima di affittare il proprio appartamento a viaggiatori di passaggio, è: posso farlo?

Certamente sì, la locazione turistica rientra tra i poteri di disporre dei propri beni, cioè è esercizio del diritto di proprietà. Solo il regolamento condominiale (accettato al momento dell'acquisto dell'immobile) può imporre limiti o divieti ai condomini in merito all'utilizzo del proprio appartamento ma, per vietare lo svolgimento di una specifica attività, occorre una norma ad hoc che vi faccia esplicito riferimento. In mancanza, quella attività è consentita.

Al Comune, invece, qualcosa bisogna dirlo: se, in linea di massima, non si deve presentare la Scia (la segnalazione di inizio attività necessaria per gli affitti brevi solo in Lombardia o se si affittano più di 3 appartamenti), di norma è dovuta almeno una Comunicazione semplice di apertura attività al Suap (Sportello unico per le attività produttive). Una comunicazione va fatta anche alla Regione: nel Lazio, ad esempio, occorre mandare una Pec all'Agenzia regionale del turismo indicando i dati dell'host, l'indirizzo dell'appartamento e l'eventuale utilizzo di canali on line per la promozione del proprio annuncio.

In Lombardia, Lazio e Veneto occorre richiedere anche un Codice identificativo regionale, soluzione che permette di creare un database degli alloggi in regola, contro l'attività abusiva. E infine, a fini statistici, occorre registrarsi sui portali regionali che raccolgono i dati sui flussi turistici (come il Sistema informativo regionale Radar nel Lazio e il portale Turismo 5 in Lombardia).

Quando serve il contratto

Innanzitutto, chiariamo che la locazione turistica è una normale locazione cui si applicano le norme del codice civile e quelle delle leggi speciali che regolamentano in generale la locazione degli immobili adibiti ad uso abitativo (articoli 1571-1654 c.c.; l. 431/98; d.lgs. 79/2011 o codice del Turismo).

Il contratto di locazione turistica deve essere redatto in forma scritta a pena di nullità e deve



contenere alcuni elementi essenziali (come i dati anagrafici delle parti, locatore e conduttore, i dati che identificano l'immobile, l'importo del canone di locazione) e altri elementi accessori (le modalità di pagamento del canone, le spese accessorie, la durata, la cauzione).

È importante sapere che non possono essere previsti servizi aggiuntivi alla persona o di tipo alberghiero, come il cambio della biancheria nel corso del soggiorno o la colazione. Se offerti, potrebbero configurare il reato di esercizio abusivo della professione ricettiva, con rischio di gravi sanzioni. Inutile dire che la linea di confine tra lecito è illecito è piuttosto sottile quando si offrono agli ospiti crostate e marmellate fatte in casa o prodotti gastronomici tipici o si prestano un paio di biciclette per fare un giro nei dintorni: per non correre rischi deve essere chiaro che si tratta di semplici cortesie rese in un contesto puramente amichevole e senza ricevere alcun corrispettivo, ed è meglio che non siano di routine (la somministrazione di cibo e bevande è ammessa solo su licenza).

La locazione con finalità di vacanza non dura più di 30 giorni. Se si usa un portale non è richiesto un atto formale tra le parti

Certo, anche far trovare in casa piccoli quantitativi di prodotti utili durante il soggiorno come sale, zucchero e detersivi, non dovrebbe essere un problema, ma sempre meglio chiarire che è un modo gentile di venire incontro alle esigenze dei turisti, e non una caratteristica fissa dell'offerta dell'host. Sì invece, senza remore, alla fornitura di energia elettrica, acqua, gas, connessione Internet, Sky, Netflix, ecc., aria condizionata, riscaldamento, manu-



tenzione e riparazione di eventuali guasti agli impianti o agli arredi, fornitura della biancheria (solo a ogni cambio di ospite) e pulizia e riassetto finale dell'appartamento.
Se il contratto di locazione ha una durata non superiore a 30 giorni, non vi è l'obbligo di registrazione del contratto presso l'Agenzia delle Entrate. Chi affitta tramite portali web di solito non redige alcun contratto perché questo di fatto si è formato direttamente sul sito. Su questo, infatti, c'è già tutto quello che serve: l'immobile con le sue principali caratteristiche, i dati personali delle parti, il loro accordo, la durata e il prezzo della locazione (versato tramite lo stesso portale).

La certificazione energetica

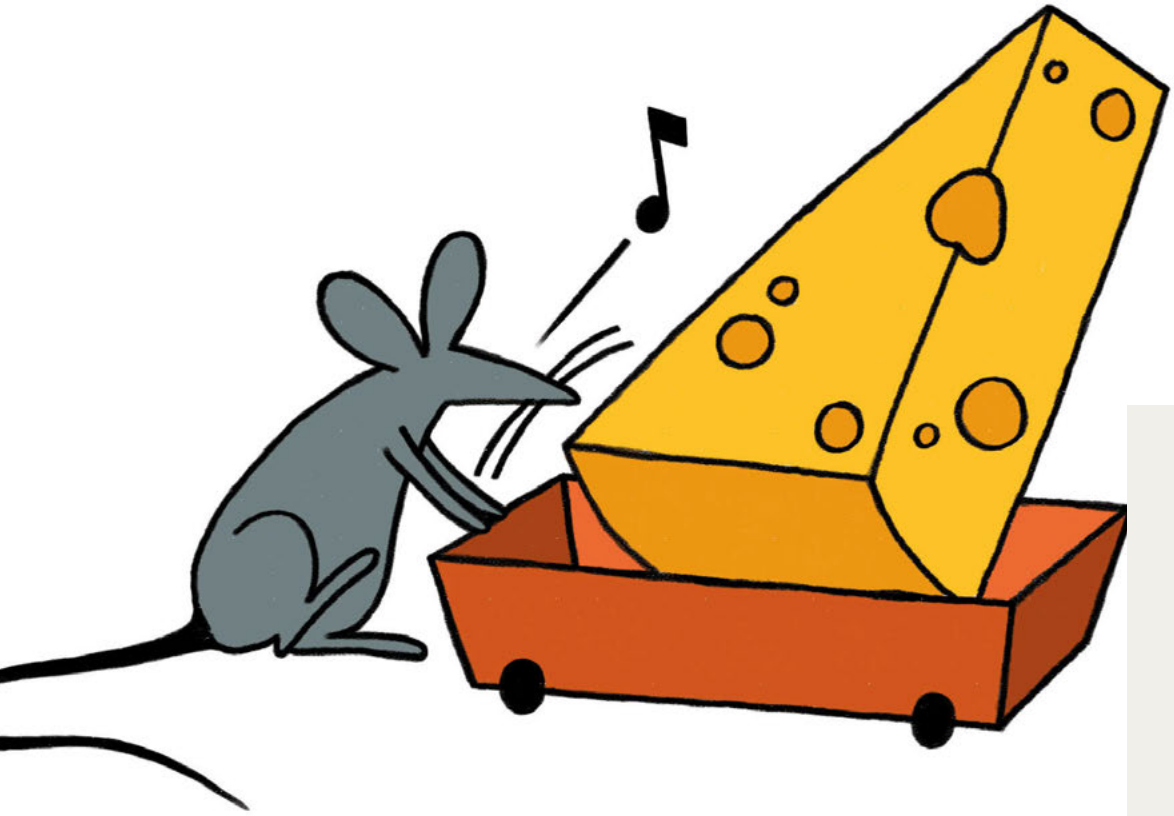
Ai sensi della normativa sul rendimento energetico nell'edilizia (d.lgs. 192/05), il proprietario è tenuto a far redigere l'Ape, ovvero l'Attestato di prestazione energetica (in mancanza, si espone ad una multa da 300 a 1.800 euro). La certificazione deve essere data in visione e consegnata all'inquilino. Come si fa in caso di un affitto breve, in cui magari host e guest nemmeno si incontrano?
Innanzitutto il contratto di locazione turistica deve contenere gli estremi dell'avvenuto deposito della certificazione presso gli uffici del Comune e poi, per assicurarsi di assolvere l'obbligo di farne prendere visione all'ospite, è bene tenerne una copia all'interno dell'immobile, in luogo ben visibile (se non è possibile consegnarlo personalmente).

La comunicazione alla questura

Incombenza da assolvere a ogni arrivo di ospiti è la comunicazione alla questura delle loro generalità. L'obbligo, posto da un Regio Decreto del 1931, ha evidenti finalità di pubblica sicurezza e si rivolge ai gestori delle strutture alberghiere e simili, ma una circolare del ministero dell'Interno del 2015 ha chiarito che la stessa esigenza di pubblica sicurezza (cioè la necessità di sapere chi si trova in un certo periodo in un certo appartamento) esiste anche se si parla di semplice locazione turistica, per cui l'obbligo della comunicazione alla questura vale anche per chi affitta il proprio appartamento ammobiliato per brevi periodi. Dunque, entro 24 ore dall'arrivo degli ospiti, il proprietario di casa deve comunicare alla questura territorialmente competente le loro generalità, indicate nella carta d'identità, passaporto o altro documento valido a identificarli. Questi dati possono essere inoltrati on line tramite il sito istituzionale alloggiatiweb.poliziadistato.it, al quale ogni host deve pertanto registrarsi: le credenziali di accesso (utente e password) si richiedono via Pec alla questura.
C'è da chiedersi quanti rispettino quest'obbligo, soprattutto nel caso di persone che offrono il loro appartamento in affitto solo sporadicamente, ma è bene avvertire che la mancata comunicazione è punita con l'arresto fino a 3 mesi o con una ammenda fino a 206 euro.

E le imposte?

Quella fiscale, si sa, è materia scivolosa, in cui i dubbi sono tanti: l'host deve rilasciare una ricevuta all'ospite? Come si dichiarano gli introiti che derivano dall'home sharing? La tassa di soggiorno va richiesta? Tra normative confuse e scarsi controlli, questo è il regno dei furbetti. Ma le regole ci sono e vanno rispettate.
Nella lotta al nero, lo Stato ha tentato la via della tassazione favorevole, rendendo applicabile la cedolare secca (un'unica aliquota pari



al 21% del canone) agli affitti brevi (art. 4 d.l. 50/2017), e anche nel caso di locazione di singole stanze. L'opzione può essere esercitata nella dichiarazione dei redditi oppure nel contratto se è sottoposto a registrazione.

E per gli affitti che si perfezionano tramite siti web? La legge ha previsto che siano gli intermediari immobiliari, compresi quelli che gestiscono portali telematici (tipo AirBnb o Booking), ad operare - come sostituti d'imposta - la ritenuta del 21% sull'ammontare dei canoni al momento del pagamento al beneficiario, provvedendo poi al relativo versamento, ma al momento questa norma è stata disattesa ed è oggetto di un contenzioso amministrativo con AirBnb. Se non si opta per la cedolare secca, il proprietario dell'appartamento locato dovrà comunque dichiarare i suoi redditi nel 730 (quadro B, redditi dei fabbricati).

La tassa di soggiorno va riscossa dall'ospite. Sui guadagni si può scegliere la cedolare secca o il 730

Passando alla tassa di soggiorno, nei Comuni in cui è stata introdotta anche per gli affitti turistici, occorre innanzitutto verificare i regolamenti locali per capire quanto e come pagare (in alcuni casi si versa mensilmente, in altri trimestralmente, in altri ancora ogni 6 mesi). In alcune città (Bologna, Genova, Firenze) esiste un accordo con AirBnb per cui l'imposta è pagata al momento della prenotazione on line del soggiorno e quindi versata dall'intermediario nelle casse comunali. In mancanza di accordo o se si affitta al di fuori dei canali web, sarà l'host a riscuotere il tributo dall'ospite al momento del suo arrivo e dietro rilascio di una ricevuta. Quindi provvederà al versamento al Comune secondo le modalità e le tempistiche da questo previste.

Il locatore deve rilasciare ai suoi ospiti una ricevuta per il pagamento del soggiorno? Non è necessario se l'affitto si è perfezionato su un portale web, perché la emette quest'ultimo. Se invece non c'è un intermediario e l'ospite la richiede, il proprietario è obbligato a rilasciare quietanza del pagamento: ricordiamo che se l'importo è superiore a 77,47 euro, bisogna apporre una marca da bollo da 2 euro, a carico dell'inquilino.

E ora AirBnb costruisce case

Entro la fine del prossimo anno AirBnb comincerà a costruire case proprie per destinarle all'affitto turistico. Gli appartamenti saranno realizzati secondo i principi dello sharing: condivisione massima degli spazi, riduzione degli sprechi abitativi, materiali ecosostenibili e smart home.

Norme chiare e nazionali contro gli affitti in nero

Sono sorte in Italia molte associazioni di affittuari. Come OspitaMi-Ets a Milano. Abbiamo sentito il presidente Fabio Calarco: "Per combattere i furbetti serve semplificare la normativa e un portale unico su cui registrare tutti gli adempimenti"

Gli host in Italia sono ormai numerosi e in costante crescita. Per guidare i neofiti nell'intricato labirinto di norme e burocrazia che caratterizza gli affitti brevi sono nate anche diverse associazioni. Una di queste è OspitaMi-Ets, associazione no profit milanese molto attiva e impegnata sui temi caldi dell'home sharing. Per conoscere meglio, quindi, il mondo dell'ospitalità condivisa, abbiamo parlato con Fabio Calarco, presidente di OspitaMi.

Presidente Calarco, come è nata la vostra associazione? Quali obiettivi avete?

OspitaMi-Ets è nata da un gruppo di host milanesi nel 2015, accomunati dalla volontà di ospitare in modo caloroso e senza pregiudizi viaggiatori di tutto il mondo. Sosteniamo la pratica dell'home sharing nel rispetto dei principi dell'ospitalità sostenibile, che permette di instaurare relazioni amichevoli, e dell'ospitalità utile sia socialmente - c'è chi con questa attività si è reinventato professionalmente dopo aver perso il lavoro - che economicamente per l'economia di quartiere grazie all'indotto che crea. Come associazione promuoviamo la semplificazione normativa e delle procedure digitali per chi esercita la locazione turistica, la formazione e l'informazione degli associati, che poi rappresentiamo in sedi istituzionali locali e nazionali.



Quali sono le maggiori criticità che avete incontrato finora?

La difficoltà iniziale è stata quella di farci conoscere, anche perché offriamo servizi mai contemplati prima e ci rivolgiamo a un target abbastanza "nascosto". Oggi siamo riconosciuti come una realtà seria e competente, ma dobbiamo continuamente aggiornare le nostre conoscenze. Il problema che resta, infatti, è quello di avere notizie, il fatto che vi siano norme diverse per ogni regione. Abbiamo host soci di Milano che vorrebbero fare home sharing anche in altre regioni ma ogni volta devono affrontare un iter nuovo e diverso.

Per cosa è richiesto più spesso il vostro aiuto?

Principalmente per la pratica di apertura, per la difficoltà che viene riscontrata nel farlo da soli. Chiedono un colloquio orientativo e supporto nelle prime fasi. Poi seguono i nostri corsi di formazione e acquisiscono sicurezza. Quella che pesa di più è l'assenza di un ufficio dove ottenere informazioni certe: spesso alla stessa domanda vengono date risposte diverse e contraddittorie. Questo genera smarrimento. In tanti hanno iniziato convinti che bastasse pubblicare l'annuncio su un portale per essere in regola! Tutta la procedura viene vissuta come troppo complicata. E gli host che sono in regola con le norme vivono come un'ingiustizia il fatto di essere oggetto di controlli e di multe per un errore o una dimenticanza quando ci sono molti altri host non in regola che non vengono controllati. Altro punto difficile e oneroso è l'obbligo di acquisto di una firma digitale, visto che non tutte vanno bene.

Cosa si dovrebbe fare, a vostro giudizio, per semplificare la vita agli host?

L'home sharing dovrebbe essere più accessibile,

non stiamo parlando di un vero e proprio lavoro, ma di un modo per far fruttare una casa o una stanza inutilizzate, ricavandone un guadagno che serve ad arrotondare le entrate di una famiglia. Quindi, in primis, è necessaria la semplificazione normativa e di registrazione delle varie incombenze (flussi turistici, denuncia in questura, ricezione e versamento della tassa di soggiorno) su un unico portale su cui registrare tutto, una volta sola, a livello nazionale. Servono norme semplici e accessibili, maggiore informazione e formazione, così si può anche contribuire allo sviluppo del turismo in zone meno note dell'Italia, ma non per questo meno belle e attrattive, e si può sviluppare il business indotto del quartiere grazie al flusso turistico che spende "meno" con l'alloggio in casa.

Ci dia qualche consiglio pratico su cosa fare se volessimo diventare un host.

Leggere qualche libro sulla materia e informarsi in Comune sulle pratiche per la regolarizzazione. Se si è alle prime armi però può risultare più utile chiedere supporto a un'associazione come la nostra. Ce ne sono tante ormai: SìHost a Palermo, Local Pal a Bologna, Host di Roma e Lazio, My Guest Friend a Firenze, HostToscana a Siena, Host di La Spezia, Host Italiani a Torino, e poi c'è Host+Host, un network nazionale dell'home sharing che raggruppa le associazioni citate.

Una volta verificate le norme vigenti nella propria regione e in particolare gli standard minimi richiesti per svolgere l'attività di locazione turistica (Cav, Casa vacanze in Lombardia), verificando ad esempio che il regolamento di condominio non vieti espressamente l'attività (alcuni regolamenti più recenti potrebbero farlo) e che l'appartamento abbia tutti i requisiti previsti sia dalla normativa edilizia che dal regolamento della legge sul turismo, comincia la gimcana degli adempimenti.

Quali sono i passi per non perdersi?

Si deve: 1) registrare online l'attività al Suap del comune dove si svolge l'attività stessa; 2) registrarsi al portale alloggiati web della Polizia di Stato per la registrazione degli ospiti; 3) comunicare i prezzi alla provincia o città metropolitana di competenza e comunicare mensilmente i flussi degli ospiti; 4) se nel comune dove si svolge l'attività vige l'imposta di soggiorno bisognerà registrarsi anche per questo adempimento. Inoltre bisogna dotare l'appartamento di cassetta di primo soccorso ed estintore obbligatorio (anche se gli addetti ai lavori consigliano per questa attività la coperta spegnifuoco più utile e meno dannosa, perché l'estintore va usato in modo corretto per essere efficace) e sottoscrivere un'assicurazione di responsabilità civile per gli ospiti. Non ultimo, preparare un annuncio attrattivo ed efficace per la piattaforma in cui si intende pubblicare l'annuncio di affitto.

Per combattere l'illegalità va rispettato l'obbligo per i portali di diventare sostituti di imposta

Quali sono i doveri di ospitalità inderogabili?

Per noi è essenziale accogliere gli ospiti personalmente, soprattutto quando consegniamo l'intera casa in cui non viviamo. È importante instaurare un rapporto con loro, spiegare le regole della casa e del condominio, come si raccoglie la spazzatura differenziata, dare informazioni su negozi, attrazioni turistiche, ristoranti. Illustrare l'alloggio e come funzionano le sue dotazioni è utile e trasmette quel senso di amore per la casa che induce rispetto negli ospiti. Poi gli host sono a disposizione per altre informazioni, di solito sono reperibili al cellulare o via sms.

Un problema spesso contestato è che ci sia un'area grigia di affitti non trasparenti.

È innegabile che ci siano migliaia di alloggi non in regola e la concorrenza è anche fra chi è in regola e chi non lo è. D'altro canto la materia affitti brevi non è normata in modo preciso e non sono fatti controlli. Con l'avvento delle piattaforme Ota (On line travel agency) digitali poi il numero dei turisti è aumentato vertiginosamente e da qui l'esplosione delle case in affitto e l'improvvisazione che ne deriva. Noi crediamo che semplificare la normativa e rendere facilmente identificabile chi fa home sharing sia una mossa per far emergere il nero, esattamente come l'obbligo per i portali che fanno da intermediari, di diventare sostituti d'imposta (obbligo a cui non si sono ancora adeguati per scelta).



LA CURA CHE HAI PER I TUOI ANIMALI PUÒ GUARIRE ANCHE ME.

Nessun animale dovrebbe restare senza cure, eppure i farmaci veterinari sono ingiustamente molto più cari di quelli umani. Per questo abbiamo organizzato il primo Banco farmaceutico veterinario d'Italia. Dall'8 al 16 dicembre porta i farmaci che non usi più ai volontari LAV o alle farmacie e ambulatori della tua città che aderiscono all'iniziativa. Puoi comprarne anche di nuovi o fare una donazione.

#curiamolitutti



PH: PETE THORNE

LAV

LAV.IT

Con il patrocinio del Ministero della Salute e della Federazione Nazionale Ordini Veterinari Italiani



a cura di **Paolo Onesti**

Se avete un dubbio o un quesito da porre in materia di pensioni o trattamenti previdenziali, potete inviare una mail a **pensioni@ilsalvagente.it**

"Quota 100", prima di dare giudizi, diano certezze

Caro Salvagente,
non ho ancora capito se sarà permesso di andare in pensione anticipatamente con quota 100 o se tutto cadrà nel nulla. Leggo che l'unica cosa certa, qualora passasse la legge, è che si perderebbe quasi mezza pensione...
Renato Baldassarri, Roma

Caro Renato,
quante bugie e "mezze verità" si possono dire approfittando della buona fede e della scarsa conoscenza dei propri diritti da parte dei cittadini! Su manovra e pensioni c'è tanta incertezza. Indiscrezioni, anticipazioni, critiche sommarie, di certo non aiutano. Per annullare gli effetti più deleteri della legge Fornero (come dimenticare le 9 salvaguardie intervenute in questi anni per recuperare alla distrazione degli "esperti"?) dovrebbe essere varata Quota 100 che consentirebbe ai lavoratori di poter accedere alla pensione in anticipo rispetto a quanto attualmente previsto. A partire dai 62 anni di età e in presenza di almeno 38 anni di contribuzione, sarebbe possibile chiedere il pensionamento. Resta da vedere quali modifiche potrebbero essere introdotte per convincere la Commissione europea. Tutto in discussione quindi, eppure c'è chi riesce oggi a quantificare quanto si perderà di pensione approfittando di Quota 100. Secondo alcuni, i più contrari, si perderà sino al 34% di quanto si maturerebbe ritirandosi dal lavoro a 67 anni. A confondere ancora di più i lavoratori interviene poi lo straordinario ventaglio di simulazioni e calcoli effettuati da centri studi prestigiosi e dallo stesso Inps che prevedono una perdita secca fra il 21 ed il 25%.
È possibile azzardare ipotesi sino a quando promesse e chiacchiere non saranno convertite in legge? Di certo il lavoratore che avrà raggiunto 62 anni di età e un'anzianità contributiva minima di 38 anni, rinuncerà ai contributi che avrebbe maturato lavorando sino a 67 anni, il che spiega il "vero" abbattimento della sua pensione. C'è però da considerare il tipo di calcolo effettuato, distinguendo le situazioni caso per caso, e in che misura sia applicabile il sistema misto (retributivo e contributivo) o quello contributivo, quasi sempre meno generoso.
Ma dovrebbe essere considerato economicamente un anticipo di 5 anni di pensione anticipata. Cinque anni non utili ai fini del calcolo della pensione, durante i quali non sarà versata all'Inps la parte a proprio carico (9,15 della retribuzione). E, come nei riscatti, non si prende mai in considerazione la questione legata alle concrete aspettative di vita: anticipare la data di pensionamento consente di prendere prima, anche 5 anni prima, quanto si è pagato in una vita di lavoro (sino a 65 ratei di pensione in più). Meglio, dunque, dare tutti gli strumenti per lasciare ai lavoratori la libertà di scegliere il proprio futuro, senza dimenticarsi di chi al lavoro ha già dato buona parte della loro vita e non ce la fa più.

Perequazione

Gentile redazione,
anche se bollette e prezzi aumentano in continuazione, retribuzioni e pensioni sembrano immobili. Negli ultimi tre anni la mia pensione è aumentata di soli 8 euro.
Costantino Maggi, Bologna

Caro Costantino, ha ragione, le pensioni sono pressoché ferme al contrario del costo della vita. Da gennaio 2019 quelle sino a tre volte il trattamento minimo aumenteranno provvisoriamente dell'1,1% (lordo). Quelle di importo superiore aumenteranno in misura decrescente.

Malattia

Caro Salvagente,
come funzionano le visite di controllo in malattia?
Gualtiero Giacomini, Viterbo

Caro Gualtiero, una volta presentato alla propria azienda il certificato medico, non è tenuto a restare a casa tutto il giorno ma deve essere " raggiungibile" in determinate fasce orarie anche nei giorni festivi. Per il lavoratore privato, l'obbligo è di 4 ore e va dalle 10 alle 12 e dalle 17 alle 19, per il lavoratore pubblico è di sette :dalle 9 alle 13 e dalle 15 alle 18. Orari di reperibilità diversi che l'Inps chiede di uniformare.

a cura di **Patrizia Pallara**

Problemi con il vicino di casa? Le spese condominiali sono troppo elevate? L'amministratore non rispetta l'assemblea? Scrivete a **condominio@ilsalvagente.it**



Ascensore rumoroso

**Gentile redazione,
un condomino ha effettuato perizie tecniche sulla rumorosità dei motori dell'ascensore e ci chiede di intervenire per ridurre l'impatto acustico. Chi deve sostenere i costi?**
S.T., Torino

Si tratta di manutenzione straordinaria e i costi vanno ripartiti tra i condomini della scala interessata (comma 3, art. 1123 c. c.). Le decisioni devono essere prese solo dai condomini della scala, a maggioranza ordinaria: la maggioranza dei presenti con almeno la metà dei millesimi di proprietà.

Affitto stanze

**Caro Salvagente,
nel nostro condominio un proprietario ha deciso di affittare le singole camere ma il regolamento prevede il divieto di attività di albergatore. Sta violando il regolamento?**
Alessandro Fuso, Lecce

L'attività sembrerebbe valida perché l'affitto della propria abitazione, non sembra costituire attività di albergatore, che invece prevede ulteriori servizi come la pulizia, la ristorazione, la reception. Il condomino può quindi esercitare questa attività in quanto non viola il regolamento.

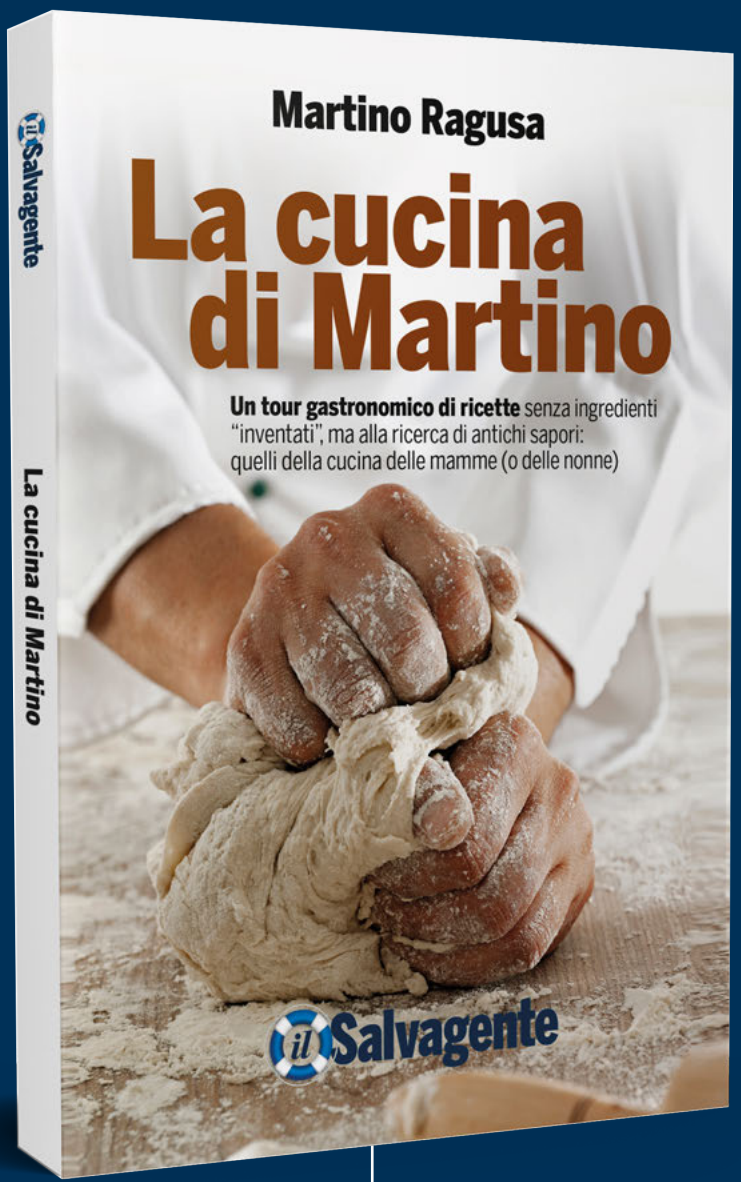
Funzionamento e regole del condominio minimo

**Caro Salvagente,
sono proprietaria di un appartamento in un edificio dove si trova anche un altro alloggio. I nuovi vicini di casa mi hanno parlato e consigliato la costituzione del condominio minimo, che potrebbe risolvere i problemi di gestione che in effetti abbiamo avuto con i precedenti proprietari.
Di che cosa si tratta? Quali regole si applicano?**
Ascania Cirri, Sinalunga (Si)

La distinzione tra piccoli e grandi condomini non è sancita nel codice civile, ma risulta da un'interpretazione della dottrina e della giurisprudenza che ne hanno definito il regime giuridico.
Mentre nella prassi la disciplina del condominio minimo viene applicata a tutti gli edifici con non più di 8 condomini, per condominio minimo si intende abitualmente quello composto da soli due proprietari, come nel caso descritto dalla nostra lettrice. Come tutti i condomini, anche questo si costituisce in via automatica, senza bisogno che ci sia una delibera dell'assemblea.
Ma quali norme si applicano? La tesi che vede applicabile al condominio minimo le norme della comunione, o solo una parte delle norme in materia di condominio, è stata sempre più abbandonata a favore di un'altra, per la quale al condominio minimo si applicano tutte le norme in materia di condominio, anche e soprattutto con riguardo alle disposizioni che regolamentano la sua organizzazione interna (tra le pronunce della Corte di Cassazione vale la pena citare la sentenza n. 2046/2006).
Quindi, le spese necessarie alla conservazione o alla riparazione della cosa comune devono essere oggetto di regolare delibera, adottata previa rituale convocazione dell'assemblea dei condomini, della quale non costituisce valido equipollente il mero avvertimento o la semplice comunicazione all'altro condomino della necessità di provvedere a determinati lavori (Corte di Cassazione sentenza n. 8876/00). Mentre per la ripartizione delle spese per le parti comuni si applicano le tabelle millesimali, anche se le parti possono optare per una divisione diversa: per esempio, i condomini possono decidere di dividere le spese in parti uguali, oppure con altri criteri, l'importante è che questi accordi vengano messi per iscritto.
Infine, la Corte di Cassazione (sentenza n. 5329 del 2/3/2017) ha stabilito che nel condominio composto da due partecipanti i diritti di comproprietà sui beni comuni devono essere garantiti nella stessa proporzione e le decisioni devono essere prese all'unanimità. Nel caso esaminato, il ricorrente aveva convocato regolarmente l'assemblea per discutere dei lavori al fabbricato, ma l'altra condomina non si era presentata.

LA CUCINA DI MARTINO

Primi, secondi, piatti unici, dolci: un panorama di alternative mai scontate, da scegliere e realizzare senza troppa fatica.
Il tutto condito da una penna acuta e ironica, in grado di allietare anche la lettura di chi non ama sperimentarsi ai fornelli.



Un libro di 160 pagine in offerta per gli abbonati a 10 euro (anziché 25 euro)

Vai su ilsalvagente.it e acquista o regala la tua copia

il Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

@ilsalvagenteit

@ilsalvagenteit

ilsalvagente.it



a cura di **Frank Merenda**
Un viaggio nel mondo delle truffe, dei raggiri, delle manipolazioni utilizzate da venditori senza scrupoli ai nostri danni. Come difendersi? Quali atteggiamenti tenere per evitarle?
Se avete **casi da segnalare** andate sul sito **antitruffa.com**

"Quanti business mi propongono sui social... C'è modo per riconoscere l'affare?"

Ciao Frank,
sempre più spesso vengo contattato da amici e conoscenti su Facebook che mi propongono dei business per arricchirmi. Gli ambiti possono essere vari, dal caffè ai succhi di frutta, dalle bevande detox all'investimento in oro e così via.
Ultimamente mi sembra che questo fenomeno si stia ingigantendo, a destra e a manca semi sconosciuti che ti scrivono in chat su Facebook per spiegarti un promettente lavoro che ti permetterebbe di guadagnare tantissimi soldi comodamente da casa.
Non sapendo se potermi fidare o meno ho sempre detto di no a prescindere, anche se devo ammettere che alcune di queste proposte, almeno da come venivano mostrate, sembravano veramente allettanti.
Tu cosa ne sai a riguardo? Cosa ne pensi? Secondo te è possibile fidarsi di qualcuno o è tutto da buttare a prescindere?
Un saluto
Gianluca

Caro Gianluca,
ti rispondo subito con un secco: NO. Non devi assolutamente dare retta a queste persone.
La mia risposta si basa unicamente sul modo in cui entrano in contatto con te, indipendentemente dalla natura stessa del business in questione.
Molto probabilmente si tratterà di network marketing o simili; il network marketing è un modello di business che un'azienda può utilizzare per vendere il proprio prodotto. Un mezzo quindi.
Quello però che ti deve veramente interessare quando vai a lavorare per un'azienda è se è ben strutturata, se chi la dirige sa quello che fa, che ci sia del marketing a risposta diretta al suo interno, che la rete vendita sia ben organizzata e formata, etc. Insomma, che sia un'azienda che funzioni come si deve.
Quelli che ti contattano su Facebook inviandoti messaggi sono certamente venditori di un'azienda intenti a coinvolgerti in un business di network marketing.
Ti propongono di acquistare un qualcosa per poi rivenderlo, oppure di vendere qualcosa e di trovare altri venditori da "mettere sotto di te" per poi guadagnare anche dalle loro vendite.
Il vero problema, come dicevo prima, riguarda il loro modo di approcciarsi a te.
Scrivere messaggi a qualcuno su facebook è un chiaro segnale che queste persone non hanno la minima idea di come si faccia a vendere. Sono alla stregua di chi va a fare vendite porta a porta o che ti fa telefonate a freddo mentre stai mangiando. Insomma, individui che bolli automaticamente come scocciatori e a cui non degni l'1% della tua attenzione prima di riattaccargli il telefono in faccia.
Il fatto che queste persone spuntino come funghi in autunno nella tua casella dei messaggi su Facebook indica che non hanno marketing alle spalle, tanto meno abilità di vendita o una formazione da parte dell'azienda su come si venda realmente.
In poche parole l'azienda che rappresentano non funziona, è mal costruita, progettata in maniera errata e continua a sopravvivere solo grazie all'azione di massa di tutti coloro che ci "lavorano" all'interno.
Così come quel messaggio è arrivato a te, allo stesso tempo è arrivato anche ad altre mille persone. Se almeno un paio alla fine comprano qualcosa e se la stessa azione la compiono altri cento "venditori", alla fine, sui grandi numeri, l'azienda ha effettuato 200 vendite in un mese, tanto per fare un esempio.
Per i boss di quell'azienda c'è un guadagno che potrebbe anche definirsi interessante, ma non è lo stesso per le persone che ti scrivono su Facebook.
La loro azione di scrivere in privato a semi sconosciuti, del resto, denota disperazione.
Nonostante le grandi aspettative di guadagno si ritrovano a vendere con estrema fatica, hanno molto probabilmente già bruciato tutti i loro contatti tra amici e parenti e quindi non restano che gli sconosciuti o coloro che si conoscono a mala pena di vista.
In conclusione chi ti scrive su Facebook per proporti un business si autodenuncia come un "pessimo affare".
Dai retta a me e ignorali per quanto possa sembrare allettante la proposta.
Un saluto e continua a leggere *il Salvagente*.
Frank Merenda

MA LA LEGGE "SALVA-SUICIDI" FUNZIONA DAVVERO?

Intorno alla legge 3 del 2012, conosciuta come legge Salva Suicidi poiché ideata per salvaguardare la piccola imprenditoria in crisi strozzata dai debiti, aleggiano da sempre numerosi dubbi e soprattutto domande che spesso.
non hanno una risposta chiara e convincente
Funziona? Per quali categorie può essere applicata?
Una volta applicata l'imprenditore è realmente "pulito" dai suoi debiti accumulati negli anni?
Prima di tutto facciamo un passo indietro: all'inizio del 2012, durante una delle fasi più critiche della crisi economica, i giornali riportavano spesso notizie riguardanti tantissime persone che, non riuscendo più a sopportare il peso dei molti debiti contratti per cercare di salvare la propria attività commerciale, prendevano una decisione drastica e purtroppo definitiva: si suicidavano.
In quel periodo fu emanata una legge di civiltà, che in tutto il modo già esiste da molti decenni. La Legge 3 del gennaio 2012. Denominata appunto la "salva suicidi".
Di fatto, però, l'applicazione - e soprattutto l'informazione -in merito a questo decreto non è sempre stata lineare, e sulle prime non fece presa sul tessuto imprenditoriale italiano.
Dopo cinque anni è ancora poco conosciuta, se non per il nome, soprattutto da quei professionisti che invece potrebbero usarla, o al limite consigliarla, per salvare molti dei loro clienti.
Di contro, per fortuna, le informazioni in merito alla norma iniziano ad essere maggiormente diffuse soprattutto tra la popolazione, che nonostante il non sempre efficace supporto dei professionisti negli ultimi anni ha iniziato ad assorbire l'idea che esista una soluzione per i propri debiti, la quale è tutto sommato a portata di mano.



Cosa permette di fare la legge 3 del 2012?
Consente di affrontare un monte debiti superiori alle proprie possibilità con agevolazioni in termini di modalità di pagamento. In alcuni specifici casi, inoltre, è previsto uno stralcio totale delle pendenze.

A chi è riservata?
L'accesso ai benefici della legge è riservato a tutte quelle persone o aziende che non possono accedere alle classiche procedure concorsuali come il concordato o il fallimento.
Es: piccoli imprenditori, professionisti, agricoltori, piccole società e associazioni ma anche privati consumatori.
La legge Salva-Suicidi permette alle persone sovraindebitate di proporre ai creditori un "piano di rientro" tarato sul proprio reddito, a beneficio di una maggiore sostenibilità dell'impegno preso.
In assenza di un reddito congruo, si può decidere di liquidare dei beni allo scopo di risoluzione di un parziale delle pendenze, mentre l'ammontare residuo, non coperto dai proventi della liquidazione, viene dichiarato inesigibile e, dunque, cancellato.
Questo comporta la possibilità, da parte del debitore, di richiedere il cosiddetto **Certificato di Esdebitazione**, un documento utile a chi ha vissuto anni difficili sommerso dai debiti di ripartire da zero.

Il **Certificato di Esdebitazione** è un punto d'arrivo prezioso, poiché di fatto scongiura ulteriori "danni collaterali" per il debitore, come l'impossibilità di accesso a crediti o la fastidiosa etichetta di "cattivo pagatore".
Ovviamente la norma prevede delle specifiche, e la sua applicazione va valutata caso per caso, in base alla situazione debitoria e allo stato patrimoniale. Il sito **www.legge3.it**, rilasciando i propri dati senza impegno, consente di avere accesso a un consulente personale in grado di fare un'analisi primaria per valutare l'accesso alla Legge 3 del 2012.





© Temizyurek/iStock



Chi è il manichino lui o noi?

Se negli acquisti on line siamo "tracciati" con i cookies, ora anche i negozi tradizionali usano strumenti tecnologici per sapere, ad esempio, su quali prodotti ci soffermiamo di più e di conseguenza organizzare al meglio l'esposizione

di **Valentina Corvino**

Se vogliono sopravvivere alla concorrenza spietata dell'on line, i negozi fisici hanno due sole opzioni. O tifare per chi vuole mettere - in maniera spudoratamente anacronistica - dei paletti all'attività dell'e-commerce, come le "chiusure" domenicali, oppure adeguarsi e impegnarsi nella conoscenza dei clienti come già da anni fanno i negozi sul web. È quello che stanno facendo i grandi magazzini come Zara che sta provando a cambiare i propri negozi. Da un lato cerca di renderli più "appetibili" per i consumatori e dall'altro più simili all'esperienza di acquisto tramite device e app. Di recente, il colosso dell'abbigliamento low cost ha aperto le porte dei suoi "negozi segreti" in Spagna a un gruppo di giornalisti: un vero e proprio laboratorio dove l'azienda di Amancio Ortega studia i comportamenti dei clienti e li ripropone nello stesso modo nei suoi negozi sparsi per il mondo. Il team di architetti e di esperti di *visual merchandising* riceve nuovi articoli due volte a settimana e poi decide esattamente come devono essere messi in esposizione pantaloni, vestiti e blazer: usa i manichini per mostrare quale abbigliamento funziona bene, per ispirare i clienti e, si spera, per incoraggiarli a comprare gli outfit (ossia i capi e gli accessori completi).

Dalla Spagna a Milano dove, sempre Zara ha

aperto un nuovo negozio in centro unico al mondo per l'integrazione di negozio e on line e la tecnologia all'avanguardia.
In particolare, lo store presenta la quarta sezione, un'idea completamente nuova, disponibile solo in questo negozio a Milano e a Stratford, Londra. Il suo obiettivo è offrire un'esperienza integrata e più confortevole per il cliente. È uno spazio delimitato che si trova al secondo piano del negozio, insieme alla sezione Trf (la linea giovane del marchio spagnolo). In questa quarta sezione i clienti possono vedere esposta una selezione delle ultime proposte di Zara, abiti e accessori. In questo modo, possono scegliere di visitare il negozio in modo tradizionale, consultando tutte le collezioni, o andare alla quarta sezione e verificare le ultime proposte del marchio che non sono ancora disponibili in negozio.

Zara in Spagna ha negozi-laboratorio in cui studia il comportamento dei clienti. E ripropone i modelli di vendita

Hanno quindi la possibilità di acquistare i prodotti direttamente sul portale, con l'aiuto del personale del negozio dotato di iPad, che supporta i clienti nell'effettuare ordini dal negozio. Non solo. In questa sezione, è stato inserito anche un punto automatico per il ritiro degli ordini di Zara.com. È il terzo che il brand installa in tutto il mondo e consente di ritirare i propri acquisti on line in pochi secondi. Per fare questo, basta inserire il codice Pin o scansionare il codice QR che si ricevono nella mail di conferma e questo strumento localizzerà automaticamente l'acquisto e lo consegnerà in pochi secondi.

Internet delle cose

Insomma l'internet delle cose avanza anche tra le mura dei negozi. Il rischio non è solo quello di spendere di più, anzi questo è il timore più banale. Il pericolo che in molti ventilano è perdere autonomia negli acquisti, sempre più pilotati e non solo nella direzione che vuole la moda, il trend del momento ma anche in quella che detta chi gestisce le informazioni "raccolte" in negozio.
Il meccanismo vorrebbe replicare quello che negli acquisti on line è rappresentato dai cookies. In quel caso file di piccole dimensioni memorizzano alcune informazioni sulla navigazione degli utenti che permettono di identificare il dispositivo ogni volta che accede al sito.
Nei negozi fisici queste informazioni in parte già vengono ricavate attraverso sensori che possono suggerire ai gestori su quali capi i clienti si soffermano di più, quali sono i percorsi più battuti all'interno del negozio, in modo tale da organizzare meglio l'esposizione. Ma il salto è nell'aria: i sensori potranno anche connettersi ai nostri smartphone e quindi condividere altre informazioni utili a chi pianifica le vendite. Insomma una tecnologia che ci spia, che controlla i nostri movimenti all'interno delle corsie dei negozi e sa dirci se apprezziamo di più o di meno la giacca bianca o il pantalone nero.
All'estero già accade, da noi chi ci ha provato ha rinunciato al progetto. Almeno per ora.

Amazon Go e i sensori tra gli scaffali

Misurare i risultati di una campagna marketing; capire quanto personale sia necessario nello store nelle diverse fasce orarie dei giorni lavorativi; conoscere quali sono le aree calde del negozio, cioè quelle zone dove le persone sostano maggiormente e, in conseguenza, esporre in maniera strategica gli articoli. Sono alcuni dei dati che le nuove tecnologie permettono di rilevare nei punti vendita. L'omologo "fisico" dei cookie che on line tracciano i comportamenti degli internauti.
Da anni i negozianti impegnano molte delle loro forze per tracciare i clienti. Se fino a qualche tempo fa carte di credito e le carte fedeltà erano però i loro unici alleati nella rincorsa alla tracciabilità del cliente, oggi le cose sono cambiate. Grazie ai device mobili e alla possibilità di connettersi ad internet in ogni momento, i gestori dei negozi hanno ampliato la loro possibilità di conoscere i gusti dei clienti. Il wi-fi disponibile negli store permette infatti di raccogliere una mole impressionante di dati sul profilo del cliente e sul suo comportamento in negozio. Come primo dato la rete wi-fi permette di tracciare in forma anonima i dati di presenza, di clienti fidelizzati e non, e di misurare il loro tempo di permanenza. Non pensate si tratti di fantascienza.
A Seattle il negozio Amazon Go funziona proprio grazie a questi sensori installati tra gli scaffali. Un supermercato senza casse in cui il cliente si identifica all'ingresso via smartphone, con gli acquisti che gli verranno automaticamente addebitati all'uscita, senza bisogno di utilizzare fisicamente i contanti o la carta di credito. A registrare le compere e autorizzare i pagamenti, che vengono gestiti come se si trattasse di una spesa on line, sono una serie di sensori e di telecamere che consentono di capire esattamente, quando il cliente esce da punto vendita, quali articoli ha messo nel carrello.



Così monitorano i gusti del consumatore

Il professor Distante dell'Università di Lecce ha sviluppato il progetto Taggalo, una sorta di "radar" che in tempo reale fornisce un identikit dell'acquirente: "In Italia siamo indietro perché i negozianti hanno paura di violare la privacy"

L'Italia in questi anni non è stata a guardare e al di là delle applicazioni vere e proprie ha sviluppato da tempo una certa competenza nei sistemi di "monitoraggio" delle vendite negli shop tradizionali. È il caso di Taggalo, una start up nata nel 2010 come spin off del Cnr di Lecce. Parliamo di una sorta di "Google Analytics" che in tempo reale riesce a capire chi sta guardando un prodotto in un negozio, quanto tempo rimane davanti a uno scaffale e fornisce un identikit del potenziale acquirente. Il progetto non è mai stato implementato ma sicuramente è un esempio di quello che i "negozi" possono sapere di noi consumatori.

Ne abbiamo parlato con Cosimo Distante docente all'Università del Salento di Immage processing che è stato vice presidente di Taggalo.



"Credo - spiega - che nel nostro paese il progetto si sia fermato per le implicazioni relative alla disciplina della privacy".

Professore Distante, perché nonostante il nostro know how siamo ancora in ritardo?

Il nostro progetto non è decollato credo per il timore che nutrivano i negozianti: i loro clienti avrebbero frainteso le vere intenzioni delle scatolette di Taggalo che in nessun modo erano state pensate per violare la privacy degli acquirenti, ma solo per capire i loro comportamenti di acquisto, come già accade nel commercio on line.

In cosa consistono queste scatolette?

Si tratta di sensori posti in prossimità degli scaffali che rilevano il passaggio delle persone di fronte a uno scaffale di un negozio o supermercato: il numero di coloro che guardano e la loro classificazione (maschi/femmine, età, etnia) e il tempo di attenzione.

Che tipo di dati ne derivano e che utilità hanno?

L'identikit che emerge dà una conoscenza sul comportamento del consumatore che permette di definire, localizzare, raggiungere e misurare un'audience sempre più mobile. A livello di marketing queste sono cose molto interessanti perché permettono di capire finalmente quello che succede all'interno del negozio. Ad oggi si hanno solo gli scontrini battuti e il contapersone. Con questo prodotto si può rilevare dove le persone tendono a stazionare di più e un riscontro in tempo reale sul "product placement" perché si riesce a stabilire dove le persone volgono maggiormente l'attenzione.

Il Garante è stato chiaro: i negozi che usano queste tecnologie devono avvertire i loro clienti con le vetrofanie

I negozi che utilizzano questa tecnologia sono tenuti a comunicarlo ai clienti?

Sì. Il nostro Garante della Privacy è stato molto chiaro su questo punto: all'interno dei negozi devono essere esposte e ben visibili delle vetrofanie che spiegano ai consumatori la presenza delle scatolette e la loro utilità.

Secondo lei, professore Distante, si tratta di una previsione fin troppo tutelante? In altri paesi come si stanno regolando?

In Cina non ci sono problemi di privacy e la regolamentazione non è così restrittiva. Negli Stati Uniti il negozio fisico di Amazon si basa proprio sull'utilizzo delle telecamere. In realtà, il sistema non immagazzina dati sensibili dei clienti e, inoltre, le informazioni vengono "lavorate" al momento e poi distrutte. Non si intacca in nessun modo la privacy delle persone.

Al di là della sorte di Taggalo, il tracciamento dei clienti ha futuro?

Credo di sì, a meno che i negozi fisici non vogliano morire definitivamente: conoscere i propri clienti è indispensabile.



Odori, colori e sentimenti: nulla è casuale per vendere

Ce lo spiega Lorenzo Dornetti, psicologo, che ha brevettato il metodo della Neurovendita: "Quando siamo in un negozio si attiva il sistema limbico, una parte del cervello che gestisce la fiducia e le emozioni, cruciale per comprare"

Un buon profumo, una musica rilassante e un personale sorridente: nei negozi fisici nulla è lasciato al caso. Lo sa bene Lorenzo Dornetti, psicologo, che prima si è specializzato al San Raffaele di Milano e poi ha iniziato a studiare gli aspetti psicologici e neurologici di chi compra merci e servizi: ha brevettato così un approccio, lo ha chiamato Neurovendita e aiuta grandi marchi a conoscere meglio i meccanismi cerebrali che innescano l'acquisto. Sappiamo così che c'è un motivo ben preciso che spiega perché scegliamo di comprare un prodotto piuttosto che un altro. E magari apriamo il portafogli anche dopo esserci giurati che lo avremmo evitato.
È lo stesso Dornetti a illustrarci i meccanismi legati alle nostre scelte di acquisto: "Quando siamo in un negozio, si attiva il sistema limbico, una parte del cervello che si occupa di gestire due dinamiche fondamentali: fiducia



E contro il Grande Fratello scattano le proteste

I timori dei venditori italiani non sono poi così isolati. A New York i grandi magazzini Nordstrom sono stati costretti a interrompere un test di tracciamento dei percorsi dei clienti tra le corsie e gli scaffali dei propri negozi tramite rilevamento wi-fi. L'azienda, che correttamente ha informato i clienti tramite avvisi nei negozi, ha confermato che il test è stato sospeso "anche per alcune proteste". Il problema, ha osservato il New York Times nel riportare la notizia, è capire se questo sistema di tracciamento "fisico" sia più invasivo della privacy rispetto ai cookie che monitorano il comportamento degli utenti su internet. I gestori dei negozi fisici si difendono sostenendo che i dati sono raccolti collettivamente e anonimamente, mentre i loro critici sottolineano che i cookie in teoria non identificano singolarmente l'utente, e che dal tracciamento dei comportamenti nei negozi si possono dedurre molte più informazioni sensibili. Per completare il dibattito va poi sottolineato che c'è una vasta percentuale di consumatori, soprattutto tra i più giovani, che non si pone assolutamente il problema della privacy, mettendo a disposizione volentieri i propri dati e la possibilità di essere tracciati in cambio di coupon e sconti. L'articolo fa l'esempio di Placed, società di Seattle che ha rilasciato una app che traccia i percorsi delle persone in negozi e centri commerciali (vendendo poi i dati ai retailer) in cambio di carte prepagate spendibili su Amazon o Google Play: oltre 500.000 persone hanno scaricato l'app in meno di un anno.



ed emozione. Il cervello del cliente prima di comprare si chiede: 'Mi fido? Mi emoziono?'. Se la risposta a queste due domande è positiva, quasi certamente si conclude l'acquisto". Secondo l'esperto di Neurovendita non c'è differenza tra i prodotti: il meccanismo che si attiva nel nostro cervello è sempre lo stesso a prescindere dal fatto che stiamo per acquistare un maglione oppure una costosa autovettura.

"Allo stesso tempo - aggiunge Dornetti - chi vende sa benissimo che deve attivarsi affinché le due domande diano esito positivo. Così, chi è interessato a offrire un prodotto in modo vincente fa in modo che chi acquista si possa fidare del prodotto-azienda e che questi provochino un'emozione".

Gli spot puntano sull'effetto gregge e l'appartenenza alla comunità che possiede già quel prodotto

Dalla scelta del testimonial a cui affidare la campagna pubblicitaria al profumo che annusiamo all'interno del negozio: tutto è studiato per creare fiducia ed emozioni. Come?

Innanzitutto stimolando il livello di fiducia attraverso l'effetto gregge e il senso di comunità. Compro questo prodotto perché lo hanno tutti. In secondo luogo, nelle sue comunicazioni commerciali l'azienda cerca di fare leva almeno su un'emozione tra la paura (compralo perché questo prodotto ti aiuta a essere più sereno), la gioia (compralo perché sarai più libero, felice, divertito) e l'amore (compralo perché è utile alle persone a cui vuoi bene).

Dornetti ha analizzato molte strategie messe in atto dalle aziende. Gli chiediamo se ci può illustrare un caso concreto. "Pensiamo - risponde l'esperto - allo spot pubblicitario di Poltronesofà: improvvisamente l'azienda ha cambiato testimonial passando da Sabrina Ferilli agli artigiani della qualità" afferma Dornetti spiegando che "la modifica non è stata certo casuale ma risponde esattamente alla necessità di creare un rapporto di fiducia con i clienti e sotto questo aspetto, l'artigiano che maneggia la stoffa con accento romagnolo ispira più fiducia di un'attrice che percepiamo con bisogni più lontano dai nostri". Con buona pace di quanti rimpiangono la Ferilli, questo è solo un esempio ma con un po' di attenzione possiamo imparare a distinguere una strategia comune in quasi tutte le comunicazioni commerciali delle aziende.

E il carrello inizia con i cibi piccoli e salutari

Si finisce sempre poi con quelli più ingombranti e meno nutrienti, come le merendine alle casse. Nei grandi spazi di vendita della Gdo nulla è lasciato al caso: dagli scaffali alle corsie ecco come viene condizionata la nostra spesa

C'è un persuasore occulto tra gli scaffali del supermercato? Dai vestiti agli alimenti confezionati l'obiettivo non cambia: ovvero si usa sempre lo spazio di vendita per stimolare le vendite. Forse lo studio della *shopping experience* è proprio cominciato nei supermercati dove l'analisi di come si sistemano le corsie, i percorsi obbligati da far compiere ai consumatori e della disposizione dei prodotti (per prima quelli considerati "salutari" per concludere con le merendine alle casse) ha fatto da apripista a tutti i più moderni metodi per "conoscere e anticipare" le scelte del cliente.

Niente in un supermercato, come abbiamo raccontato più volte, è casuale. Un ruolo strategico lo riveste l'organizzazione delle scaffalature all'interno delle quali vengono posizionati i prodotti. In genere, lo schema prevalentemente adottato è quello "a griglia" dove appunto le scaffalature vengono posizionate in modo da formare lunghe parallele e corridoi rettilinei. In questo modo il cliente si muove secondo uno specifico e voluto percorso capace di coprire l'intera area di esposizione dei prodotti. Questo tragitto, durante il quale vengono prevalentemente acquistati prodotti per lo più necessari, è intervallato dai cosiddetti "poli di attrazione" ovvero stand per l'acquisto di prodotti in genere non indispensabili che finiscono nel carrello per l'impulso.

Altro elemento cruciale è la disposizione delle confezioni sullo scaffale. La collocazione dei prodotti della stessa tipologia sui ripiani può essere di tipo orizzontale o verticale. In genere nella grande distribuzione la disposizione orizzontale viene scartata perché riduce la possibilità di confronto tra le diverse marche. Diversamente, la disposizione verticale obbliga il cliente a soffermarsi ad analizzare i diversi livelli della scaffalatura per la ricerca del prodotto voluto. In questo modo gli obiettivi sono da raggiungere sono due: il confronto tra le diverse marche e l'eventuale acquisto di un prodotto non previsto. Ovviamente la disposizione non è lasciata al caso: le confezioni *private label* (quelle a marchio della catena) e i prodotti più cari, noti e maggiormente venduti, sono posizionati all'altezza degli occhi; a questi seguono, in posizione via via inferiore, quelli meno cari e meno noti, fino al primo prezzo.

Anche la sequenza dei prodotti lungo i corridoi risponde a una logica ben precisa. In genere all'ingresso del supermercato vengono solitamente disposti alimenti poco ingombranti, associati in genere all'idea di benessere, come frutta fresca e secca, verdura e ortaggi. Seguono pane, carne e pesce. Via via che ci addentriamo tra le varie corsie troveremo invece cibi considerati meno salutari, anche nella versione liofilizzata, sughi pronti, farine, prodotti inscatolati (pesce conservato in olio o in salamoia, carne in gelatina, ortaggi sott'olio e sott'aceto), dolciumi vari. Se ancora ci fossero dubbi, anche in questo caso ci troviamo di fronte a scelte pianificate e molto precise: i prodotti associati all'idea di benessere sono presenti prevalentemente nella parte iniziale del locale perché sono una sorta di garanzia contro gli eventuali sensi di colpa che potrebbero scaturire dall'acquisto di prodotti ritenuti meno salutari.

Man mano che ci avviciniamo alle casse troviamo prodotti più ingombranti come acqua, bibite gasate, succhi di frutta, detersivi: la fine del tour al supermercato si conclude in genere fra gli scaffali che contengono confezioni ingombranti. Il motivo? Se dovessimo mettere fustini e fardelli di acqua minerale nel carrello all'inizio del nostro giro occuperemmo quasi del tutto il carrello lasciando poco spazio per il resto. E la vista di un carrello pieno influirebbe negativamente sul nostro impulso d'acquisto.

a cura di **Agata Gucciardo**

La collana di ricette fai-da-te per realizzare, in modo ecologico ed economico, ciò che serve in casa. Questo mese parliamo di rimedi ai mali di stagione (senza volersi sostituire al medico)

Tanta acqua, docce calde e tisane per alleviare tosse e raffreddore

Siamo nel pieno della stagione invernale e i malanni sono in agguato. Influenza, raffreddore, bronchite e tosse ci mettono a dura prova, non ci fanno riposare bene e, se si prolungano, ci mettono a rischio di serie complicanze. Quando è necessario, l'unica via per la guarigione sono gli antibiotici, ma prima di ricorrervi (e solo se lo indica il medico) si possono comunque adottare alcuni semplici rimedi naturali per alleviare almeno i sintomi del nostro malessere. Sarà banale, ma è bene ricordare che riposo e docce calde sono sempre efficaci: avere fretta di guarire potrebbe causare solo altro stress, meglio prendersi il tempo necessario per riposare; il vapore della doccia calda (se non si soffre di tosse asmatica) sarà utile per lenire le vie aeree. Anche bere molta acqua ci aiuterà a espellere il catarro perché l'assunzione di liquidi impedirà all'aria secca di asciugare le mucose. Premessi questi consigli di buon senso, passiamo a qualche ricetta da realizzare in casa.

Innanzitutto le tisane. Se ne possono realizzare diverse, sfruttando le proprietà benefiche di alcuni ingredienti facilmente reperibili. Partiamo con una tisana allo zenzero: lasciamo in infusione in una pentola di acqua bollente per circa 20 minuti una quindicina di fettine di zenzero; quindi, filtriamo l'acqua e aggiungiamo miele, limone, cannella o un po' di zucchero.

In alternativa possiamo preparare una tisana alla curcuma (che è un potente antinfiammatorio): mettiamo in infusione per qualche minuto un cucchiaino di curcuma in polvere in una tazza di acqua bollente, poi filtriamo e aggiungiamo un cucchiaino di miele.

Altro aiuto per disinfiammare le vie respiratorie arriva dalla liquirizia. La relativa tisana si prepara mettendo in infusione questa radice in un pentolino con acqua bollente.

Infine, perché non provare con un tè a base di timo? Anche in questo caso basterà lasciare in infusione per una quindicina di minuti alcune foglie di timo in un pentolino d'acqua bollente, quindi filtrare e aggiungere limone, miele o un po' di zucchero.

Ricordiamo anche che il miele, già da solo, è un nostro alleato contro la tosse: possiamo prenderne direttamente un cucchiaino, oppure scioglierlo nel latte, in un bicchiere d'acqua calda o, come detto, in tè e tisane. Sarà però ancora più efficace se abbinato al limone.

Cosa serve

1 Ingredienti:
1 pentola acqua bollente
15 fettine di zenzero
miele, limone, cannella o zucchero q.b.

2 Ingredienti:
1 tazza di acqua bollente
1 cucchiaino di curcuma
1 cucchiaino di miele

3 Ingredienti:
1 pentolino di acqua bollente
1 pezzo di liquirizia

Tutti i benefici della curcuma

La curcuma è una pianta della famiglia delle Zingiberaceae (alla quale appartengono anche zenzero e cardamomo) dal brillante colore giallo che ne fa un simbolo di ricchezza e buon augurio. Conosciuta anche con il nome di zafferano d'India (nonostante sia originaria della Cina), la pianta può raggiungere il metro di altezza. È caratterizzata da foglie larghe e fiori gialli e ha una radice di colore arancione e forma a cilindro. Proprio la radice è la parte della pianta in cui si concentrano maggiormente le sue proprietà benefiche. La principale è quella antinfiammatoria, per cui è utile per trattare l'osteoartrite e l'artrite reumatoide ed è efficace anche contro le infiammazioni alle articolazioni. Svolge inoltre un'importante funzione depurativa, aiutando il nostro organismo ad espellere le tossine e incrementando la produzione della bile. Ma non finisce qui. Alla curcuma si riconoscono anche qualità antiossidanti e antitumorali, digestive e cicatrizzanti (può essere usata, infatti, come disinfettante naturale in caso di tagli o scottature, cospargendo sulla ferita della polvere di curcuma per accelerare il processo di guarigione). Secondo alcuni studi, la curcuma utilizzata come condimento nell'alimentazione può ridurre i livelli di colesterolo cattivo.



© Olgaorty/iStock

Occorrente

1 Ingredienti:
1 barattolo di miele
aglio pelato in spicchi

2 Ingredienti:
20 g di zenzero fresco
200 ml succo di limone
½ litro di acqua

3 Ingredienti:
1 cucchiaio di miele
succo di limone q.b.
zenzero
½ cucchiaino di pepe di Cayenna
2 fette di ananas

Proviamo lo sciroppo naturale

Forse non ci pensiamo mai, eppure in casa si possono preparare anche degli efficaci sciroppi che ci aiutano a combattere tosse e mal di gola. Ecco alcune ricette.
La prima prevede una preparazione di una settimana, per cui si può pensare di realizzarla con il dovuto anticipo e tenerla pronta in caso di bisogno. Si tratta dello sciroppo di aglio e miele. Detto così non sembra molto invitante, ma è il classico rimedio della nonna che unisce due fenomenali antibiotici naturali. Per realizzarlo si procede così: macerare per una settimana in un barattolo di miele diversi spicchi di aglio pelati. Trascorso questo tempo, lo sciroppo è pronto e se ne possono assumere 4 cucchiai al giorno.
Altra ricetta è quella per preparare lo sciroppo allo zenzero, miele e limone. Anche qui utilizziamo tre ingredienti naturali molto potenti. Cominciamo: frullare 20 grammi di zenzero fresco e aggiungere il succo di tre limoni (circa 200 ml) e mezzo litro di acqua. Fare bollire il composto finché diventa cremoso. Lo sciroppo è pronto all'uso.
Una variante a questo sciroppo prevede l'utilizzo - oltre a miele, limone e zenzero - di un po' di pepe di Cayenna e ananas. Questi ingredienti vanno frullati insieme per ottenere un composto omogeneo. Se ne possono assumere un paio di cucchiai al giorno: conservare in frigorifero.
Efficaci alleati per la salute sono anche l'anice, la camomilla e i chiodi di garofano, ottimi analgesici e battericidi da utilizzare insieme per realizzare uno sciroppo indicato soprattutto per la tosse secca, quella priva di catarro. Vediamo come: bollire una bustina di camomilla in una tazza d'acqua (250 ml), aggiungere due chiodi di garofano e 5 grammi di anice (mezzo cucchiaio). Dopo 6-7 minuti, quindi filtrare e il rimedio è pronto. Si può assumere 2-3 volte al giorno: conservare in frigo.
Infine se si vuole provare immediato sollievo in caso di naso intasato, non c'è soluzione migliore dei classici suffumigi: sciogliamo in una bacinella colma di acqua bollente un po' di bicarbonato, o degli infusi, oppure ancora gli olii essenziali di eucalipto o mentolo; prendiamo un asciugamano e, chinandoci sulla bacinella, copriamo completamente la testa; quindi respiriamo i vapori che fluidificano il muco e liberano i bronchi. Ripetiamo due volte al giorno per circa 15 minuti.



Il pollo ricorre con grande frequenza nella cucina orientale. Alcune ricette meritano di approdare alla nostra tavola, come queste che provengono da India e Giappone.

Spiedini giapponesi

Ingredienti per 4 persone
4 cosce di pollo
400 g di verdure miste scegliendo tra: taccole, cavolo cappuccio, cipolla rossa, peperoni, finocchi, zucchine, carote, coste di sedano
2 peperoncini tritati
1 bicchierino di sake
salsa di soia
Olio extravergine di oliva

Mettete in acqua degli spiedini di bambù o legno. Fate tagliare dal macellaio le cosce a tocchetti molto piccoli. Mondate le verdure e tagliatele a piccoli tocchetti. Mettete il pollo a marinare in una ciotola con la salsa di soia, ½ bicchierino di sake, il peperoncino tritato, un filo di olio.
Fate un'altra marinata uguale e mettetevi le verdure.
Mondate la cipolla e tagliatela a falde. Togliete i pezzetti di pollo dalla marinata e infilzateli negli spiedini alternandoli alle falde di cipolla. Tagliate la cipolla rimanente e unitela alle altre verdure in marinata. Cuocete il pollo sulla piastra assieme alle verdure per 5 minuti. Durante la cottura girate gli spiedini e mescolate le verdure.



Pollo Tandoori

Ingredienti per 4 persone
1 pollo tagliato a pezzi piccoli come per una cacciatora
500 g di yogurt intero
2 spicchi d'aglio
un pezzetto di zenzero (da 50 a 100 g a seconda dei gusti sostituibile da un cucchiaio raso di zenzero in polvere)
misto spezie per tandoori
oppure:
1 cucchiaio di succo di limone
1 cucchiaio di pepe di Caienna (peperoncino in polvere)
1 cucchiaio di paprika dolce
1 cucchiaino di curcuma macinata
1 cucchiaino di semi di coriandolo macinati
1 cucchiaino di cumino macinato
sale marino integrale
olio di semi di arachide

Togliete la pelle ai pezzi di pollo e praticate delle incisioni sulla polpa con la punta di un colpetto affilato. Pelate gli spicchi di aglio e pestateli nel mortaio. Sbucciate con cura lo zenzero, tritatelo e mescolatelo allo yogurt e al succo di limone. Unite l'aglio pestato, il sale e il misto di spezie indicate negli ingredienti. Fate marinare il pollo in frigo per 4-6 ore.

Scolate i pezzi di pollo dalla marinata e trasferiteli in una teglia con fondo antiaderente appena unta con olio di semi di arachide. Cuocete in forno pre-riscaldato a 200 per 50 minuti circa. Durante la cottura girate spesso i pezzi di pollo ungendoli con l'olio. Servite caldissimo.

L'accorato appello di Vissani

Ora abbiamo anche la raccomandazione accorata di Vissani che esorta i cuochi a tornare alla cucina tradizionale. Questo, dopo che Cracco ha cominciato a servire la pizza nel suo nuovo ristorante in Galleria. Sembra, insomma, che la gente abbia ricominciato a pretendere che quanto sta nel piatto sia buono da mangiare oltre che da raccontare, e che non costi una follia.

© Lindas Photography/iStock



VERSO NATURA
CONAD



PER CHI È PIÙ SENSIBILE AL MONDO.

Tutti i punti di vendita Conad stanno andando nella stessa direzione, vanno "Verso Natura". Percorrono la stessa strada che sempre più persone, come te, hanno intrapreso verso un mondo migliore fatto di buona alimentazione e consumi etici. Verso Natura Conad è una marca grande come il mondo che incarna. Un mondo articolato, dove con BIO si risponde a chi sceglie consumi biologici; con VEG si dialoga con chi ha scelto di prescindere dalla carne; con EQUO si tutelano le persone e i valori di equità e solidarietà; con ECO si difende l'ambiente con scelte di consumo che lo rispettano. Verso Natura Conad, dunque, è sulla tua strada e ti aspetta: scegli in quale punto vendita incontrarla.

www.conad.it/versonatura

CONAD
Persone oltre le cose

IL LAVORO NERO DÀ SOLO PESSIMI FRUTTI.



SCEGLI I FRUTTI DELLA LEGALITÀ.

OGNI GIORNO COOP SI IMPEGNA A GARANTIRTI LA LEGALITÀ DEL LAVORO.

L'ortofrutta che acquisti nei nostri negozi, controllata lungo tutta la filiera produttiva, proviene solo da fornitori che aderiscono al nostro codice etico. Per questo, con Coop sei in buone mani. Se vuoi saperne di più vai su **e-coop.it/buoniegiusticoop**

Scegli i prodotti a marchio Coop.

LA coop SEI TU.