



CONFRONTO TRA PRODOTTI BIOLOGICI E PRODOTTI TRADIZIONALI

Per renderci conto della diversità dei valori nutrizionali dei prodotti “bio” e tradizionali confrontiamo ad esempio i biscotti dei due tipi:

BISCOTTI	“BIO”	TRADIZIONALI
Valori per 100 gr. di prodotto		
CALORIE	46,4	44,5
PROTEINE	8,8	8,5
ZUCCHERI	14,6	21
GRASSI	9,4	8,6
FIBRE	6,8	8,5
SODIO	0,27	0,17
RESIDUI CHIMICI	0 (zero)	dato non dichiarato

Inoltre, dalle analisi fatte emerge anche che i prodotti biologici hanno un maggiore contenuto di vitamine, ferro, calcio, magnesio e fosforo.

L'assenza di prodotti chimici significa mancanza di sostanze che sono nocive per la salute (ad es. i nitrati) presenti invece nella maggior parte dei prodotti usati per l'agricoltura tradizionale.

La pericolosità consiste nel fatto che queste sostanze possono originare fenomeni allergici ed attacchi d'asma, inoltre sono cancerogene ed aumentano la probabilità di rigetto nelle persone che hanno avuto un trapianto e di malformazioni embrionali.

I prodotti chimici sono pericolosi non solo per il consumatore, ma anche per gli agricoltori, nei quali i fenomeni detti prima hanno una maggiore incidenza.

Ma il confronto tra prodotti “bio” e tradizionali non si limita a questo.

Ad esempio si possono confrontare gli effetti dei prodotti usati per combattere insetti e malattie nei due diversi “mondi agricoli”.

I prodotti adoperati nell'agricoltura tradizionale col tempo fanno sparire gli insetti autoctoni, le infestanti diventano più resistenti e perciò si devono usare prodotti sempre più forti. Inoltre si inquinano i fiumi e di conseguenza si verifica una maggiore mortalità dei pesci.

Al contrario i prodotti usati per l'agricoltura biologica non sono chimici, perciò non hanno gli stessi effetti nocivi di quelli sopra elencati.

A livello economico, inoltre, c'è un leggero vantaggio poiché si riduce il tempo che deve trascorrere tra l'ultimo trattamento eseguito con prodotti non nocivi ed il momento in cui si possono consumare i prodotti coltivati in questo modo, senza contare l'abbattimento dei rischi per la salute degli agricoltori che utilizzano prodotti non chimici.

Da una alimentazione non corretta, dipende lo stato di cattiva salute del nostro corpo e, come si è visto nella cronaca degli ultimi giorni, sono spesso i più piccoli a pagare le conseguenze di una alimentazione sbagliata.

Abbiamo visto proprio in questi giorni il caso in cui i piccoli alimentati con omogeneizzati ottenuti da carni non biologiche possono presentare gravi anomalie della crescita.

Spesso madri inconsapevoli nutrono i figli con cibi che credono sicuri e controllati ma, purtroppo, spesso sbagliano; questo è il caso degli omogeneizzati con estrogeni, capaci di alterare la crescita e lo sviluppo dei bambini.

Questo non accade, ad esempio, con gli omogeneizzati preparati con carni biologiche perché, per ottenere tale certificazione, subiscono determinati controlli che dimostrano e certificano che gli animali vengono allevati e curati solo con prodotti altrettanto naturali e biologici, a loro volta controllati e certificati. In definitiva niente estrogeni e mamme e bimbi più sicuri.