Cibo e web, italiani vittime di fake news su carne, latte, frutta e...

carne-265616e2

Le "**fake news**" sul web, ormai diventate una vera e propria piaga sociale, non impattano solo sulla politica, ma arrivano a **influenzare i comportamenti alimentari dei consumatori** secondo logiche spesso **insensate** e a volte **pericolose**. Da un'indagine **Coldiretti/Ixè**, presentata in occasione della campagna **#stopfakeatavola** promossa dalla stessa Coldiretti e dall'Osservatorio sulla criminalità nell'agricoltura e agroalimentare, emerge infatti che tre italiani su quattro (il 66%) sono preoccupati dell'impatto sulla salute di quello che mangiano "anche per effetto delle 'fake news' sulle caratteristiche dei cibi che si moltiplicano in rete", riguardanti ad esempio carne, zucchero, prodotti ortofrutticoli e cereali. "Il web - nota Coldiretti - si configura sempre più come **porto franco delle bufale alimentari**, con un preoccupante effetto valanga in una situazione in cui il 53% degli italiani lo ha utilizzato almeno qualche volta durante l'anno per raccogliere informazioni sulla qualità dei prodotti alimentari".

L'organizzazione rileva che "il 25% degli italiani partecipa a community/blog/chat in internet centrate sul cibo, proprie o di altri, che **influenzano le scelte di acquisto in modo non sempre corretto e veritiero**". "La scorretta informazione nell'alimentare ha un peso più rilevante che negli altri settori perché **va a influenzare direttamente la salute**. Per questo dobbiamo prestare particolare attenzione ed essere grati a quanti sono impegnati nello smascherare gli inganni", commenta il presidente della Coldiretti **Roberto Moncalvo**; "Internet però non va criminalizzata - aggiunge - perché può svolgere un ruolo di controllo importante in un sistema in cui l'informazione alimentare purtroppo rischia di essere influenzata soprattutto dalle grandi multinazionali grazie alla disponibilità di risorse pubblicitarie investite".

Le bufale sul cibo in rete - Una bufala alimentare molto comune - sottolinea la Coldiretti - riguarda le **presunte proprietà brucia grassi dell'ananas** dovuta alla bromelina, contenuta però nel gambo dell'ananas, che nessuno mangia e che comunque favorirebbe la digestione delle proteine e non la

neutralizzazione delle calorie e dei grassi.

E poi convinzione diffusa fra i navigatori che il **latte** sia dannoso perché è un alimento destinato all'accrescimento. In realtà il latte di mucca, capra o pecora rientra da migliaia di anni nella dieta umana, al punto che il genoma si è modificato per consentire anche in età adulta la produzione dell'enzima deputato a scindere il lattosio. Il filone di pensiero che ritiene opportuno bandire i latticini dall'alimentazione poggia sul **China Study**, un'indagine svolta a partire dal 1983 in Cina, i cui risultati sono stati ritenuti **inattendibili** dalla comunità scientifica e dall'Airc, l'Associazione italiana per la ricerca sul cancro.

Le **banane** - continua Coldiretti - a differenza di quanto comunemente sostenuto, sono solo al nono posto tra i prodotti ortofrutticoli ricchi di **potassio** che al vertice della graduatoria vede gli spinaci crudi, seguiti dalla rucola e dai cavolini crudi. Sono poi in molti a credere sul web **che lo zucchero di canna sia più salutare di quello bianco e contenga meno calorie**, mentre in realtà lo zucchero di canna ha le stesse caratteristiche di quello bianco raffinato.

Inoltre, a differenza di quanto si scrive in modo quasi virale, **non esiste nessuno studio che provi che mangiare carne sia dannoso per la salute**. Al contrario, **i vantaggi di una dieta completa che la includa sono scientificamente indiscussi**. Infine il **kamut**, spesso esaltato come antica varietà di cereali con proprietà esclusive, non è altro che un marchio commerciale privato, registrato negli Usa, con cui viene venduto il **grano della varietà Khorasan**, varietà coltivata anche in Italia con caratteristiche che possono essere ritrovate anche nel **farro** o nelle **varietà di grano duro italiane** come Senatore Cappelli.