

Ftalati e bisfenolo rinvenuti in quasi 100 alimenti: ecco la lista

Dallo yogurt e pesche sciroppate fino ai prodotti di fast food e bibite gassate. Una nuova inchiesta ha scoperto che, tra 85 alimenti che abitualmente finiscono a tavola, nella maggior parte dei casi vi sono contenuti ftalati e bisfenolo: plastificanti che agiscono anche come potenti interferenti endocrini e di cui è stato provato il legame con pericolosi effetti sulla salute, come **l'inibizione della maturazione degli spermatozoi e dello sviluppo neuronale dei feti**. La ricerca è stata condotta da *Consumer Reports*, rivista statunitense di consumo critico pubblicata da Consumers Union, organizzazione senza scopo di lucro che si occupa di effettuare test imparziali sui prodotti. Inoltre, le quantità rilevate sarebbero potenzialmente dannose ma presenti in quantità inferiore alle soglie limite stabilite dalle normative europee e statunitensi, che secondo i ricercatori quindi «non riflettono le conoscenze scientifiche più attuali e **potrebbero non proteggere da tutti i potenziali effetti sulla salute**». *Consumer Reports* ha poi provato a contattare alcune tra le aziende produttrici degli alimenti con le più alte soglie registrate di ftalati, che hanno deciso di non commentare i risultati della ricerca.

Gli [ftalati](#) sono composti organici prodotti dalla esterificazione tra anidride ftalica e alcol. Sono poco solubili in acqua ma molto solubili negli oli e vengono usati per rendere la plastica più morbida e pieghevole. Si tratta di interferenti endocrini di cui è stato **provato il legame con obesità, resistenza all'insulina, asma, disturbo da deficit di attenzione** e persino inibizione della maturazione degli spermatozoi e della crescita della sostanza grigia della prole. Per questo, dal 1999 è stata bandita la produzione di prodotti con una concentrazione di ftalati maggiore dello 0,1%. I [bisfenoli](#) sono un gruppo di composti organici caratterizzati da due gruppi funzionali idrossifenile. I più noti sono il bisfenolo A, S ed F, e possono essere responsabili di gravi danni per la salute come **patologie a carico degli apparati riproduttori, della prostata e della mammella**. I problemi derivati da ftalati e bisfenoli in genere si sviluppano lentamente, a volte nel corso di decenni, ha spiegato Philip Landrigan, medico pediatra e direttore del Programma per la Salute Pubblica Globale e il Bene Comune al Boston College: «A differenza di un incidente aereo, in cui tutti muoiono contemporaneamente, le persone che muoiono a causa di questi muoiono nel corso di molti anni». Un'altra preoccupazione è data dal fatto che, nonostante il corpo umano riesca ad eliminare queste sostanze espellendole, **la costante assunzione di esse comporta una costante esposizione** e quindi l'entrata dei composti tossici all'interno del sangue e dei tessuti avviene quasi con la stessa rapidità con cui vengono eliminati.

Il [test](#) prevedeva l'analisi di due o tre campioni per alimento. Sono stati cercati bisfenoli, ftalati comuni e sostanze chimiche utilizzate per sostituirli. I bisfenoli sono stati rilevati nel 79% dei campioni e tutti gli alimenti tranne uno contenevano ftalati. Ecco la lista degli alimenti contenenti ftalati, suddivisa per categorie:

Ftalati e bisfenolo rinvenuti in quasi 100 alimenti: ecco la lista

Bevande:

- Tè freddo al limone in lattina: 7.467 nanogrammi di ftalati per porzione
- Coca-Cola, bottiglia in plastica: 6.167 nanogrammi di ftalati per porzione
- Lipton Diet Tè Verde agli Agrumi, bottiglia in plastica: 4.433 nanogrammi di ftalati per porzione
- Polonia Spring, Acqua di sorgente naturale al 100%, bottiglia in plastica: 4.217 nanogrammi di ftalati per porzione
- Juicy Juice 100% Succo di Mela, bottiglia in plastica: 3.348
- Pepsi Cola in lattina: 2.938 nanogrammi di ftalati per porzione
- Juicy Juice 100% Succo di Mela, in scatola di cartone: 2.260 nanogrammi di ftalati per porzione
- Gatorade Frost Dissetante Glacier Freeze, bottiglia in plastica: 1.752 nanogrammi di ftalati per porzione
- Polar Seltzer Lamponi Lime, bottiglia in lattina: 0 nanogrammi di ftalati per porzione

Fagioli in scatola:

- Peperoncino Hormel Con Fagioli, lattina: 9.847 nanogrammi di ftalati per porzione
- Salsa di peperoncino dolce Bush's Chili Red Beans, lattina: 6.405 nanogrammi di ftalati per porzione
- Walmart, Fagioli al forno originali di grande valore (Great Value), lattina: 6.184 nanogrammi di ftalati per porzione
- Bush's Baked Beans Original, lattina: 3.709 nanogrammi di ftalati per porzione

Condimenti:

- Sciroppo Originale Mrs. Butterworth's, confezione in plastica: 1.010 nanogrammi di ftalati per porzione
- Hunt's Ketchup, confezione in plastica: 574 nanogrammi di ftalati per porzione
- Sweet Baby Ray's Salsa Barbecue Original, confezione in plastica: 22 nanogrammi di ftalati per porzione

Latticini:

- Fairlife Core Power Frappè ad alto contenuto proteico al Cioccolato, confezione in plastica: 20.452 nanogrammi di ftalati per porzione
- Frullato sostitutivo del pasto ad alto contenuto proteico SlimFast al cioccolato cremoso (plastica): 16.916 nanogrammi di ftalati per porzione

Ftalati e bisfenolo rinvenuti in quasi 100 alimenti: ecco la lista

- Yoplait Original Yogurt Magro Francese Alla Vaniglia, confezione in plastica: 10.948 nanogrammi di ftalati per porzione
- Latte Intero dei Caseifici Toscani, confezione in plastica: 10.932 nanogrammi di ftalati per porzione
- Ben & Jerry's Ice Cream Vanilla, confezione in cartone: 6.387 nanogrammi di ftalati per porzione
- Wholesome Pantry (ShopRite), Latte intero biologico, confezione in cartone: 4.620 nanogrammi di ftalati per porzione
- Walmart, Gelato fatto in casa alla vaniglia (Great Value), confezione in cartone: 3.068 nanogrammi di ftalati per porzione
- Jell-O Pudding Snacks Cioccolato Originale, confezione in plastica: 1.756 nanogrammi di ftalati per porzione
- Sargento Formaggio Cheddar Naturale a Fette Sharp, confezione in plastica: 1.481 nanogrammi di ftalati per porzione
- Land O'Lakes Butter Salted, involucro di carta/cartone: 581 nanogrammi di ftalati per porzione

Fast Food:

- Nuggets di pollo croccanti di Wendy (cartone): 33.980 nanogrammi di ftalati per porzione
- Moe's Southwest Grill Chicken Burrito (foglio di alluminio): 24.330 nanogrammi di ftalati per porzione
- Burrito di pollo con chipotle (foglio di alluminio): 20.579 nanogrammi di ftalati per porzione
- Burger King Whopper Con Formaggio (carta): 20.167 nanogrammi di ftalati per porzione
- Burger King Chicken Nuggets (sacchetto di carta): 19.782 nanogrammi di ftalati per porzione
- Wendy's Dave's Single With Cheese (foglio di alluminio/involucro di carta): 19.520 nanogrammi di ftalati per porzione
- McDonald's Quarter Pounder con formaggio (cartone): 9.956 nanogrammi di ftalati per porzione
- Patatine fritte al taglio naturale di Wendy (cartone): 8.876 nanogrammi di ftalati per porzione
- Patatine fritte classiche Burger King (cartone): 8.512 nanogrammi di ftalati per porzione
- McDonald's Chicken McNuggets (cartone): 8.030 nanogrammi di ftalati per porzione
- Little Caesars Pizza Classica al Formaggio (scatola di cartone): 5.703 nanogrammi di ftalati per porzione
- Patatine fritte McDonald's (cartone): 5.538 nanogrammi di ftalati per porzione

Ftalati e bisfenolo rinvenuti in quasi 100 alimenti: ecco la lista

- McDonald's Quarter Pounder Hamburger Patty: 5.428 nanogrammi di ftalati per porzione
- Burrito di pollo Taco Bell (involucro di carta): 4.720 nanogrammi di ftalati per porzione
- Domino's Pizza al formaggio saltato a mano (scatola di cartone): 4.356 nanogrammi di ftalati per porzione
- Wendy's Dave's Single Hamburger Patty: 3.629 nanogrammi di ftalati per porzione
- Burger King Whopper Hamburger Patty: 2.870 nanogrammi di ftalati per porzione
- Pizza Hut Original Cheese Pan Pizza (scatola di cartone): 2.718 nanogrammi di ftalati per porzione

Grani:

- General Mills Cheerios Original (scatola di cartone con sacchetto di plastica all'interno): 10.980 nanogrammi di ftalati per porzione
- Riso bianco bollito in sacchetto di successo in 10 minuti (scatola di cartone con sacchetto di plastica all'interno): 4.308 nanogrammi di ftalati per porzione
- Pepperidge Farm Farmhouse Pane bianco (sacchetto di plastica): 2.184 nanogrammi di ftalati per porzione

Alimenti per bambini:

- Gerber Mealtime per la cena Baby Harvest Turkey (bicchiere con coperchio foderato): 4.267 nanogrammi di ftalati per porzione
- Formula in polvere a base di latte per neonati Similac Advance (lattina): 4.202 nanogrammi di ftalati per porzione
- Busta Fruttati Faggio-Noce Pera, Banana E Lamponi (busta): 2.826 nanogrammi di ftalati per porzione
- Gerber Cereali per Riso Baby (plastica): 1.599 nanogrammi di ftalati per porzione
- Happy Baby Organics Banana e fragole Clearly Crafts (bicchiere con coperchio rivestito): 1.300 nanogrammi di ftalati per porzione
- Happy Baby Formula in polvere per neonati biologica a base di latte con ferro (plastica): 977 nanogrammi di ftalati per porzione
- Gerber Organic per Astuccio per Bebè Mela Zucchine Spinaci Fragola (sacchetto): 706 nanogrammi di ftalati per porzione

Carne e pollame:

- Petto di pollo macinato Perdue (plastica): 9.985 nanogrammi di ftalati per porzione
- Maiale macinato di Trader Joe's 80% magro 20% grasso (involucro di plastica): 5.503 nanogrammi di ftalati per porzione

Ftalati e bisfenolo rinvenuti in quasi 100 alimenti: ecco la lista

- Premio Foods Salsiccia Dolce Italiana (vassoio in schiuma con pellicola trasparente): 4.725 nanogrammi di ftalati per porzione
- Carne di manzo in scatola di Libby (lattina): 4.088 nanogrammi di ftalati per porzione
- Bar S Pollo Jumbo Franks (plastica): 3.295 nanogrammi di ftalati per porzione
- Stop & Shop Manzo macinato 80% magro 20% grasso (vassoio in schiuma con pellicola trasparente): 2.729 nanogrammi di ftalati per porzione
- Applegate Naturals Petto di tacchino arrosto al forno (plastica): 2.295 nanogrammi di ftalati per porzione
- Petto di pollo a pezzi Swanson White Premium (lattina): 1.376 nanogrammi di ftalati per porzione
- Hot Links di manzo con salsiccia affumicata Johnsonville (plastica): 912 nanogrammi di ftalati per porzione

Frutta e verdura confezionata:

- Pesche a Fette Del Monte in Succo 100% Frutta (lattina): 24.928 nanogrammi di ftalati per porzione
- Mais dolce stile crema gigante verde (lattina): 7.603 nanogrammi di ftalati per porzione
- Fagiolini Italiani Tagliati Freschi Del Monte (lattina): 5.264 nanogrammi di ftalati per porzione
- Progresso Zuppa di Verdure Classiche di Verdure (lattina): 2.888 nanogrammi di ftalati per porzione
- Fagiolini Birds Eye Steamfresh Cut (sacchetto di plastica): 907 nanogrammi di ftalati per porzione
- Salsa di pomodoro Hunt (lattina): 680 nanogrammi di ftalati per porzione

Pasti pronti:

- Ravioli al formaggio biologici di Annie (lattina): 53.579 nanogrammi di ftalati per porzione
- Pasta al pomodoro e salsa di carne dello chef Boyardee Beefaroni (lattina): 13.628 nanogrammi di ftalati per porzione
- Torta di pollo per banchetti (cartone): 12.494 nanogrammi di ftalati per porzione
- Campbell's Chunky Classic Chicken Noodle Soup (plastica): 6.768 nanogrammi di ftalati per porzione
- Chef Boyardee Big Bowl Beefaroni Pasta in Salsa di Carne (plastica): 5.064 nanogrammi di ftalati per porzione
- Zuppa di noodles e pollo Campbell's (lattina): 2.848 nanogrammi di ftalati per porzione
- Red Baron Brick Oven Cheese-Trio Pizza (scatola di cartone con pellicola trasparente all'interno): 1.707 v

Ftalati e bisfenolo rinvenuti in quasi 100 alimenti: ecco la lista

Frutti di mare:

- Pollo di mare Salmone rosa in acqua senza pelle e disossato (lattina): 24.321 nanogrammi di ftalati per porzione
- Sardine Pescate King Oscar Wild in Olio Extravergine di Oliva (lattina): 7.792 nanogrammi di ftalati per porzione
- Vongole Tritate di Snow (lattina): 4.380 nanogrammi di ftalati per porzione
- StarKist Wild Caught Tonno leggero in acqua (sacchetto): 1.735
- StarKist Chunk Light Tonno in acqua (lattina): 1.687 nanogrammi di ftalati per porzione
- Sardine di marca stagionale in acqua senza pelle e disossate (lattina): 1.258 nanogrammi di ftalati per porzione

Durante i test, *Consumer Reports* ha contattato le aziende produttrici dei prodotti con i più alti livelli di ftalati per porzione e ha chiesto loro di commentare i risultati. Annie's, Burger King, Fairlife, Little Ceasars, Mope's Southwest Grill, Wendy's e Yoplait **non hanno fornito nessuna risposta**, mentre Del Monte, Gerber e McDonald's hanno dichiarato di rispettare le normative esistenti. Tuttavia, come sottolineato nel comunicato stampa della ricerca, le normative che limitano l'uso delle sostanze chimiche rilevate sono poche e limitate.

Nonostante nessuno degli alimenti testati presentasse quantità superiori ai limiti imposti, i ricercatori come Tunde Akinleye hanno dichiarato che «molte di queste soglie non riflettono le conoscenze scientifiche più attuali e potrebbero non proteggere da tutti i potenziali effetti sulla salute». «Non ci sentiamo a nostro agio nel dire che questi livelli vanno bene. Non vanno bene», ha poi concluso. Ami Zota - professoressa associata di scienze della salute ambientale presso la Maliman School of Public Health della Columbia University e ricercatrice sui rischi degli ftalati - ha aggiunto che **la decisione di consentire queste sostanze chimiche negli alimenti «non è basata sull'evidenza scientifica»**. Infine, i ricercatori hanno concluso osservando che l'esposizione a queste sostanze avviene anche grazie ad altre fonti come documenti e polvere domestica ed è quindi difficile quantificare quale sarebbe il limite sicuro per gli alimenti. «Più impariamo su queste sostanze chimiche, compreso quanto sono diffuse, più sembra chiaro che possono danneggiarci anche a livelli molto bassi», hanno concluso.

[di Roberto Demaio]