Le carni rosse fanno male? Cna Alimentare Liguria: “Basta solo una dieta equilibrata”

di **Redazione**
27 Ottobre 2015 – 16:59



Liguria. In queste ore si è generato molto allarmismo sulla decisione dell’Agenzia internazionale per la ricerca sul cancro di inserire le carni rosse e lavorate fra le sostanze che possono causare il cancro negli uomini. La carne, alimento tra i più diffusi sul pianeta, messo in compagnia con alcol, amianto, fumo o smog, lascia stupiti.

“Questo perché la IARC l’ha catalogata fra i cancerogeni certi (gruppo 1) sulla base di sufficienti evidenze che le legano al tumore del colon, le carni rosse lavorate, ovvero quelle salate, essiccate, fermentate, affumicate, trattate con conservanti per migliorarne il sapore o la conservazione, mentre il consumo di carne rossa (per esempio manzo, maiale, vitello, agnello, montone, cavallo o capra) è stato inserito nella lista dei probabili carcinogeni per l’uomo. Va però precisato – afferma CNA Alimentare – che prima di tutto è necessario capire quali sono i reali margini di rischio e sapere non solo in che lista si trova una certa sostanza, ma anche quali sono i dosaggi e la durata d’esposizione oltre le quali il rischio diventa reale e non teorico”. Infatti, l’Italia è il Paese della dieta mediterranea, delle diversità alimentari, del buon mangiare e in questo senso il consumo di carne è tra i più bassi dell’Unione Europea, e per nulla raffrontabile a quello di USA e Sud America.

“Nella ricerca della IARC, sotto accusa finiscono soprattutto il sale e i grassi – sottolinea Paola Freccero presidente CNA Alimentare Liguria – nel nostro Paese la carne bovina, e non solo, presenta livelli di contenuto in grassi di molto inferiore alla media mondiale. Per quanto riguarda i salumi, in Italia così come in Liguria, ci sono metodi di produzione e di stagionatura di antica tradizione che sono un vanto dei nostri artigiani che lavorano la carne, attenti da sempre alla qualità del prodotto”.

Infatti CNA Alimentare ricorda che lo studio si riferisce a dati globali che non tengono

conto delle peculiarità della nostra produzione locale e nazionale di carne rossa e salumi, dove è ridotta la presenza di grasso, l'uso degli additivi e dove si conservano antiche tradizioni di stagionatura che continuano a fare del nostro Paese, il Paese del mangiare bene, mangiare sano, mangiare variegato ed equilibrato.

Il consiglio di CNA è quello di non raccogliere l'allarmismo ma di seguire regole di buon senso e una alimentazione equilibrata che può comprendere sicuramente gli ottimi salumi o insaccati di cui anche la nostra regione è orgogliosa della qualità dei suoi prodotti e la professionalità dei produttori e dei suoi ristoratori.