

Il tonno

L'impossibilità di trovare etichette per un acquisto consapevole

di Grazia Semeraro

È notevole il consumo del tonno conservato in scatola di metallo e/o in vetro che utilizziamo per condire la pasta e/o il riso e/o la pizza, per preparare polpette e ripieni, per integrare un'insalata, ma abbiamo scoperto che ci viene preclusa una rapida scelta consapevole.

Purtroppo, l'onere di verificare le qualità di un prodotto e la sua provenienza è a carico di noi consumatori perché chi li produce e tutti coloro che li distribuiscono, in particolare i supermercati COOP, ESSELUNGA, CONAD eccetera, compresa l'ANCIT (l'Associazione Nazionale Conservieri Ittici e delle Tonnare) non è loro compito promuovere un'etichettatura contenente i dati importanti (*stampati in nero su fondo bianco, utilizzando con caratteri di grande dimensione*) per far comprendere al consumatore il contenuto nonché utilizzando un solo colore per far comprendere in quale campana dei rifiuti poi gettarlo in modo corretto: attendono che una legge li obblighi. Questa è l'attenzione che prestano i grandi produttori e distributori ai consumatori e loro clienti.

Dispiace che simile politica commerciale sia adottata da COOP (*LA COOP SEI TU oppure la scritta che inseriscono I PRODOTTI COOP SONO VALUTATI E APPROVATI DAI SOCI CONSUMATORI*), da ESSELUNGA (*FIDATY*), da CONAD (*PERSONE OLTRE LE COSE*) perché smentisce le loro pubblicità dove evidenziano che il cliente è al centro



della loro attività. Infatti, nel caso del tonno, conservato in scatolette o nel vetro, molte sono le scritte in grandi caratteri sulle confezioni compreso i tappi ma per quanto riguarda l'indicazione della zona di pesca FAO è una caccia al tesoro perché, quando la inseriscono è scritta in piccoli caratteri oppure indicano diverse zone di pesca, oppure ti rimandano al loro sito Internet e MAI lo abbiamo trovato scritto sul fronte della confezione in grandi caratteri in modo che il consumatore può leggerlo agevolmente. Per noi appare evidente che, se dei professionisti hanno scelto un simile sistema è perché NON vogliono che il consumatore conosca la zona di pesca perché potrebbe NON effettuare l'acquisto, stante che la maggior parte delle confezioni riporta zone di pesca pericolose per aver subito un inquinamento.

Prima di proseguire sul tema, per cercare di mangiar sano, è utile aprire:

- <https://www.salute.gov.it/portale/nutrizione/dettaglioContenutiNutrizione.jsp?lingua=italian,o&id=5566&area=nutrizione&menu=educazione>
- https://www.asl.al.it/allegati/C_17_opuscoliPoster_148_ulterioriallegati_ulterioreallegato_0_alleg.pdf

OCCASIONI PERSE PER AIUTARE IL CONSUMATORE NELLA SCELTA DEL PRODOTTO

Tappi con molte scritte ma privi della indicazione del numero FAO per segnalare al consumatore la specifica zona di pesca del tonno.



Tappo inerente la zona di pesca FAO con scritta in piccolo

Venendo al tonno conservato, occorre prestare attenzione perché sono elementi fondamentali per acquistare la **qualità** e per questo serve individuare un'etichetta che in caratteri di grandi dimensioni consenta una **tracciabilità** e **trasparenza**.

Ecco le informazioni che fanno la differenza e vanno premiate acquistandolo e facendolo acquistare:

- la specie ittica;
- in quali acque è stato pescato verificando (*il numero che segue la sigla FAO indica in quale area è stato pescato*);
- l'operatore di settore adibito alla sua cattura;
- il metodo di pesca;
- gli attrezzi usati per la pesca. Da preferire i pescherecci che utilizzano la pesca all'amo invece di quelli che utilizzano le FAD (**Fishing Aggregative Devices**) che sono dei **metodi di pesca** usati per massimizzare la resa della pesca del tonnetto striato. Questa metodologia di pesca è **invasiva**, perché oltre a catturare il tonno striato in branchi, cattura anche esemplari piccoli di tonno pinne gialle e altre specie, con **gravi danni alla sostenibilità**;
- se era stato congelato;
- il trattamento che riceve per poi essere confezionato;
- il metodo di conservazione (all'olio d'oliva o al naturale),

- gli ingredienti (olio o sale);
- il peso sgocciolato. Alcuni marchi vendono tonno completamente sfilacciato, in altre scatolette troviamo il filetto compatto e rosa. Il peso sgocciolato è il peso reale del tonno, senza liquidi (es. olio d'oliva). Il tonno poco cotto ha un peso superiore rispetto a quello che segue un processo di cottura diverso, in quanto trattiene i liquidi;
- il tipo di confezionamento utilizzato;
- il lotto di provenienza;
- la presenza di eventuali allergeni.

Perché dobbiamo prestare attenzione al tonno che acquistiamo

Il tonno può contenere **alte dosi di mercurio** e ulteriori **agenti inquinanti**, presenti nel suo grasso. Il tonno fresco ne ha un tasso più elevato rispetto a quello in scatola, come anche il tonno piccolo ha contenuti inferiori perché il **metilmercurio tende ad accumularsi nei pesci di grossa taglia**.

La differenza tra tonno pinne gialle e il tonno striato

Sono solo 2 delle specie di tonno più pescate e consumate. Il più pregiato tra i tonni è il rosso. Il tonno striato è il più pescato in assoluto. Il pinne gialle invece è quello più usato dall'industria conserviera per via delle sue proprietà organolettiche.

Le zone FAO

Sono da prediligere le zone non inquinate in cui non si effettua una pesca intensiva e si utilizza la pesca all'amo.



Zone di pesca nel mondo
(Foto dal web)

Le principali zone di pesca del tonno sono:

- FAO 18 Mar Artico,
- FAO 21 Atlantico nord-occidentale
- FAO 27 IIIID Mar Baltico
- FAO 27 Atlantico nord-orientale
- FAO 31 Atlantico centro-occidentale
- FAO 34 Atlantico centro-orientale
- FAO Mediterraneo occidentale:**
- FAO 37.1.1 Baleari
- FAO 37.1.2 Golfo del Leone,
- FAO 37.1.3 Mar di Sardegna
- Mediterraneo centrale:**
- FAO 37.2.1 Mar Adriatico
- FAO 37.2.2 Mar Ionio,
- Mediterraneo orientale:**
- FAO 37.3.1 Mar Egeo
- FAO 37.3.2 Levante
- Mar Nero:**
- 37.4.1 Mar di Marmara
- 37.4.2 Mar Nero
- 37.4.3 Mar di Azov
- FAO 41 Atlantico sud-occidentale
- FAO 47 Atlantico sud-orientale
- FAO 48, 58, 88 Mar Atlantico
- FAO 51 e 57 Oceano Indiano
- FAO 61, 67, 71, 77, 81, 87 Oceano Pacifico

SEGNALATO SU INTERNET

Le principali zone di pesca del tonno sono:

- L'Oceano Pacifico FAO 71, 77, 81, 87.
- L'Oceano Indiano FAO 51 e 57.
- L'Oceano Atlantico FAO 31, 34, 41, 47.

AREE PERICOLOSE

Aree pericolose sono le zone nell'Oceano Pacifico FAO 61, 67, 71. In particolare, si ricordano le **FAO 61, 67, 71 per l'alto tasso di inquinamento.**

PESCA PULITA E CONTROLLATA

Dove si svolge una pesca pulita e controllata sono la **FAO 27** (Atlantico nord-orientale e Mar Baltico) e la **FAO 37 ovvero il mar Mediterraneo** dove la pesca è controllata come prevede dell'Unione Europea.

Personalmente acquisterò solo tonno cotto a vapore, confezionato senza l'aggiunta di conservanti, senza l'aggiunta di aromi, conservato in vetro in acqua salata, con la sigla **FAO 27** (Atlantico nord-orientale e Mar Baltico) dove il tasso di inquinamento è minore.

I PESCI CHE CONTENGONO PIÙ MERCURIO

I pesci che contengono più mercurio sono il pesce spada, il tonno, il merluzzo, la triglia e la cernia.

ETICHETTE PRIVE DELL'INDICAZIONE DEL NUMERO DELLA SPECIFICA ZONA DI PESCA FAO





In basso a destra: la confezione SEBASTIANO DRAGO che riporta il numero di pesca FAO ma sul bordo del tappo quindi difficilmente percepibile al consumatore

IL NOSTRO MESSAGGIO

inviato via PEC e MAIL ma le richieste non sono state accolte

Inviato: sabato 30 luglio 2022

Da: annd@pec.nuovedirezioni.it

A: callipoconserv@pec.it; servizioconsumatori@callipogroup.com Cc: infocallipo@callipogroup.com; servizio-clienti@esselunga.it; ufficiostampa@esselunga.it; ancit@conservierittici.it; i.calo@inc-comunicazione.it

Oggetto: richiesta di informazioni sulla zona di pesca vostro tonno

Pregiatissimi, da anni, nonostante il prezzo, sono un consumatore del vostro tonno naturale sotto sale in vetro.

Ora, avendomi la redazione sottoposto per la pubblicazione un articolo sul tonno confezionato in vetro e/o scatola dove l'indicazione essenziale è quella per il consumatore di comprendere dove è stato pescato, ho controllato le vostre confezioni in vetro che avevo in casa ma non ho trovato la sigla FAO con il relativo numero (meglio sarebbe l'indicazione completa) per comprendere la zona di pesca dello stesso.

Per ulteriore conferma, mi sono recato al supermercato ESSELUNGA dove sono cliente per scattare delle foto in modo da ingrandirle a casa per poter leggere meglio. Purtroppo, una volta ingrandite non ho trovato detta sigla.

Domanda per produrre una nostra informazione corretta verso i lettori:

La sigla FAO e il relativo numero l'avete omessa oppure sono stato incapace di individuarla e, in tal caso, gradirei ricevere una foto del punto dove l'avreste scritta.

Colgo l'occasione per chiedervi di favorirci come consumatori avremmo bisogno che sulla vostra etichetta fronte (vedi allegato) vi fosse scritto sul fianco destro della nave (dimensione carattere 18) quanto meno FAO e il numero oppure meglio sarebbe poter leggere l'indicazione completa della zona di pesca (dimensione carattere 18).

Poiché ho messo in indirizzo ANCIT vorrei far presente che nessuna delle confezioni che ho fotografato ha la scritta FAO mentre chi l'ha inserita è posta in modo assolutamente non percettibile da parte del consumatore perché con carattere in corpo 8, in trasparenza sul vetro e/o insieme ad altre scritte. Pertanto, chiedo anche ad ANCIT un loro intervento, in particolare nel loro sito internet, per sollecitare i produttori di confezioni di tonno a scrivere come sopra detto la scritta FAO e il relativo numero, quanto meno.

A leggervi e Augurissimi di salute e lavoro. Pier Luigi Ciolli

Coordinatore editoriale delle riviste *inCAMPER* www.incamper.org e

Nuove Direzioni – Cittadino e Viaggiatore www.nuovedirezioni.it

IL NOSTRO CONSIGLIO

Evitare i cibi in lattina preferendo le confezioni in barattoli di vetro. Se possibile, consumare cibi freschi e di stagione, magari a chilometro zero e/o biologici.

A seguire un articolo interessante.

Tonno in scatola: trovato il bisfenolo in 6 marche più vendute e conosciute, ecco il test (latuadieta-personalizzata.it)

Tonno in scatola: trovato il bisfenolo in 6 marche più vendute e conosciute, ecco il test
Un test condotto da Il Salvagente ha mostrato la presenza di Bisfenolo nelle scatolette di tonno, e anche in molti altri alimenti che consumiamo ogni giorno in lattina.

Nell'ultimo studio, la rivista ha analizzato **6 marche di tonno in scatola tra quelle più usate e conosciute**. Lo studio ha evidenziato la presenza di Bisfenolo nelle scatolette di tonno, anche se sempre entro i limiti massimi di legge. Anche se presenti entro i limiti, questo **non significa che i consumatori non siano a rischio**. Ma cerchiamo di capire cos'è il Bisfenolo e perché è dannoso per la salute. Il Bisfenolo, o comunemente denominato BPA, è una **sostanza chimica utilizzata sin dagli anni '60 a livello industriale**. Questa sostanza è adoperata per aumentare la resistenza di contenitori destinati agli alimenti, come le lattine, le scatolette. Si tratta di quel rivestimento protettivo che si trova internamente alle confezioni di **carne e pesce, panna, e soprattutto piatti pronti**. Se agli inizi degli anni '60 del secolo scorso non si conoscevano ancora alcuni rischi per la salute di questa sostanza, **dagli anni '90** invece alcuni iniziarono a denunciare la possibilità di contaminazione; cioè, il Bisfenolo passa **dalla scatoletta al cibo**. Così le **Associazioni e organizzazioni a tutela dei consumatori** conducono da anni dei test su campioni per valutarne la presenza nel prodotto.

Bisfenolo nelle scatolette di tonno, ma non solo! Tutti gli alimenti che lo contengono.

In uno dei suoi ultimi studi *Il Salvagente*, così come anche **un recente studio condotto dal Governo Tedesco** ha stilato una **lista di prodotti potenzialmente contaminati dal bisfenolo**.

Tra gli alimenti esenti da questa sostanza ci sono frutta, verdura e latticini, come anche gli alimenti destinati alla prima infanzia e bambini. Negli **alimenti invece a rischio ci sono carne, pesce, salsicce, zuppe, panna e anche il latte di cocco** in cui è stata trovata il CdB, cyclo-di-BADGE, una sostanza che è strettamente correlata al Bisfenolo.

Dunque sono molti i prodotti in cui è stato riscontrato un elevato rischio di trovare il bisfenolo, anche se c'è da precisare che **le quantità presenti sono sempre entro i limiti di Legge**. Questi limiti sono decisi da l'Efsa, in attesa comunque di alcuni aggiornamenti a riguardo.

Gli effetti tossicologici sulla salute di questa sostanza non sono stati ancora dimostrati del tutto. Tuttavia, siccome è presente in molti prodotti alimentari, ne consegue che **l'uomo ne è continuamente esposto**. Anche perché, per chi non lo sapesse, il Bisfenolo è presente anche nella carta da stampante, negli scontrini fiscali, e addirittura in alcuni apparecchi odontoiatrici.

Secondo alcune fonti, la continua esposizione di questa sostanza **comporta un rischio maggiore a contrarre tumori**, specialmente quello della mammella.

Ma effetti negativi si hanno anche **sul sistema endocrino**, compromettendo **l'equilibrio ormonale e l'attività riproduttiva**. Conseguenze gravi, anche se difficili da dimostrare.

La **buona notizia** è che sembra che la **quantità di Bisfenolo nelle lattine e contenitori per alimenti sia diminuita**. Quindi questo dimostra che c'è una certa preoccupazione a questo riguardo. Purtroppo, ci sono ancora **alcuni Paesi che non hanno regolamentazioni molto rigide** come quelle dell'UE e dell'Italia e quindi non danno molta importanza a questo problema.

Il consiglio che può essere dato a tutti i consumatori è quello di **non consumare molti cibi in lattina**, come il tonno e simili. **Meglio acquistarli nei barattoli di vetro** se possibile e preferire sempre cibi freschi.

Fonte <https://ilsalvagente.it/2022/06/02/bisfenolo-tonno-in-scatola-157895/>