Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Lo zolfo contenuto nella frutta secca presenta rischi per la salute?

Lun 02/11/2020 - 09:51

Le albicocche secche convenzionali hanno solitamente un appetitoso colore arancione, quelle invece provenienti da agricoltura biologica sono marrone scuro – come mai è così? La differenza è data dallo zolfo: le prime vengono generalmente solforate, mentre la frutta secca biologica non può essere trattata con lo zolfo.

L'anidride solforosa e i vari sali dell'acido solforoso (ad es. il solfito di sodio) vengono aggiunti agli alimenti come conservanti e antiossidanti. Essi agiscono contro funghi, lieviti e batteri e prevengono la colorazione marrone indesiderata bloccando determinati enzimi. Inoltre, proteggono le vitamine, le sostanze coloranti e gli aromi degli alimenti dal deterioramento provocato dall'ossigeno atmosferico.

Per la maggior parte delle persone, questi composti dello zolfo non sono nocivi per la salute, poiché vengono rapidamente scomposti dal corpo. "Tuttavia, costituiscono un problema per chi soffre di asma, in quanto possono causare gonfiore delle vie aeree e attacchi d'asma", mette in guardia Silke Raffeiner, nutrizionista presso il Centro Tutela Consumatori Utenti. "Inoltre, le persone prive dell'enzima per la scomposizione dei composti dello zolfo reagiscono con nausea, vomito, diarrea, mal di testa o altri sintomi di tipo allergico".

È riconoscibile a prima vista se un prodotto è stato sottoposto a solforazione, dato che l'uso di anidride solforosa e solfiti deve essere specificato nell'elenco degli ingredienti ed evidenziato visivamente. I numeri E corrispondenti sono: E 220 per l'anidride solforosa ed E 221, E 222, E 223, E 224, E 226, E 227 e E 228 per i vari solfiti. Esiste inoltre una quantità massima stabilita dalla legge, che per la frutta secca e le noci con guscio è compresa tra 500 e 2000 milligrammi per chilogrammo di prodotto.

La solforazione non è veramente necessaria per la frutta secca, perché il suo basso contenuto d'acqua permette di conservarla per un tempo molto lungo anche senza metodi di conservazione chimici. Peraltro, lo zolfo può essere in parte rimosso lavando la frutta secca in acqua calda.