



guanti? Una bella domanda -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- perché come al solito nel nostro bel Paese la normativa varia in relazione alla latitudine e alla longitudine: quello che è obbligatorio in una città non è detto che lo sia in un'altra. Una norma nazionale (DPR n.327/1980) regola l'attività del personale addetto alla manipolazione delle sostanze alimentari, e riguarda l'uso obbligatorio della cuffia e del grembiule, che deve essere bianco. Per il resto ogni Comune fa legge a sé, nel senso che l'uso di pinze e guanti dipende dal Regolamento di igiene comunale, cosicché in una città prenderanno le fette di prosciutto o di salame con le pinze e indosseranno i guanti per agguantare formaggi e pane, mentre nel comune limitrofo si farà in tutt'altro modo. Altra questione riguarda la cassiera, il cui obbligo di assunzione ovviamente non è previsto da nessuna legge. Può allora il macellaio tagliare la carne e prendere i soldi che notoriamente passano di mano in mano e non sono il massimo dell'igiene? La citata norma nazionale obbliga alla correttezza igienica, rimandando i particolari alle disposizioni comunali. Quindi ognuno si arrangia come può, all'italiana appunto, sperando che il vigile di turno (missing in action!) non sia eccessivamente scrupoloso.

> LO ZUCCHERO CONTRO LA DEPRESSIONE

Roma, 20 maggio 2002.

Oltre ad essere la gioia dei golosi, lo zucchero sembra proprio che abbia

qualità terapeutiche. Uno studio condotto dallo psichiatra americano Arif Khan, su 10.118 pazienti affetti da depressione, ha dato risultati più che soddisfacenti. Un gruppo è stato trattato con i farmaci tradizionali (Prozac, Paxil, Zoloft) e un altro con compresse di zucchero (placebo). Entrambi i gruppi sono migliorati. Che una sostanza priva di effetti farmacologici, qual è il placebo, possa indurre nel paziente l'impressione di essere sottoposto a terapia attiva è ormai acclarato in medicina -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc. Probabilmente sarebbe opportuno utilizzare in misura maggiore questa tecnica priva di sgradevoli effetti secondari ma che dimostra apprezzabili risultati positivi. Nell'esperimento in questione è stata data molta importanza all'assistenza psichiatrica, cioè al tempo dedicato



dal medico al suo paziente. E anche quest'aspetto non è da sottovalutare. Spesso fanno più effetto 10 minuti di attenzione che tre pillole di antidepressivo: è un invito ai medici e una sollecitazione al Ministro della salute che affannosamente è alla ricerca di misure per tamponare la falla della spesa farmaceutica.

> PANE. CONSIGLI PER GLI ACQUISTI

Roma, 15 maggio 2002.

Che pane mangiamo? Dopo lo scandalo delle michette milanesi facciamo il punto sul prodotto più diffuso e conosciuto -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc. Il

pane comune è prodotto con farina, lievito, acqua e sale ma è ormai in sostanza scomparso dalla nostra tavola, sostituito dal pane speciale. Basta aggiungere un ingrediente per far diventare speciale il pane comune, con relativo aumento del prezzo. Si può, infatti, aggiungere strutto, burro, olio d'oliva, uva, fichi, origano, cumino, sesamo, olive, latte, glutine, saccarosio e malto. La farina può essere di grano tenero o duro (semola, quella della pasta). Ovviamente la qualità dipende dai componenti, ad iniziare dalla farina. La lievitazione può essere accelerata o naturale ed anche questo influisce sulla qualità. Si possono avere pani parzialmente cotti, pani surgelati e pani a lunga conservazione. Questi ultimi, per esempio il pane in cassetta, possono essere addizionati con grassi per mantenere la morbidezza, addizionati con conservanti (E282 propionato di calcio), antiossidanti (E300, acido ascorbico), emulsionanti (E472 esteri acetil tartarici), ecc. L'elenco degli ingredienti e degli additivi deve essere riportato in etichetta o, nel caso del pane venduto sfuso, deve essere affisso un cartello da esporre nei negozi di vendita. Il nostro consiglio è di evitare di acquistare il pane a lunga conservazione: non si capisce perché dovremmo ingurgitare anche gli additivi in un prodotto che può essere acquistato fresco e ogni giorno. Se non si vuole introdurre un'ulteriore quantità di calorie è da preferire il pane comune. Quanto al gusto ognuno fa per sé, ma se si individua una buona panetteria è bene premiare la qualità: le nostre scelte determinano il mercato.

> CIBI BIOLOGICI E PESTICIDI

Roma, 30 maggio 2002.

Carne di manzo, suino, pollo e tacchino al pesticida. È successo in Germania, dove allevamenti biologici erano riforniti con mangimi al Nitrofen, un pesticida proibito in Europa. Siamo in presenza di un'evidente frode -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- alla quale è difficile contrapporsi. È necessario però far chiarezza su un mercato, quello del biologico, per evitare la disaffezione dei consumatori. Un prodotto biologico non è necessariamente