



ACQUE MINERALI:
COME SCEGLIERLE

Grazia Semeraro

ACQUA POTABILE, anni di cecità

La risorsa ACQUA ha subito anni di cecità in quanto ritenuta erroneamente un bene inesauribile. Non solo, ma la disinformazione sull'acqua da bere è stata continua. Ancora oggi si evita anche di evidenziare la necessità di una rete di distribuzione, per le civili abitazioni, tesa ad una erogazione che separi il consumo di acqua da bere dal consumo dell'acqua

per lavarsi o per lavare. Ancora oggi continuiamo a sprecare miliardi per rendere potabile un'acqua che poi utilizziamo per lavare: una cecità micidiale che confidiamo veda un rapido intervento delle Pubbliche Amministrazioni e degli organi di informazione. E' un invito esteso a tutti e che è stato rilanciato via e.mail anche dal nostro Pier Luigi Ciolli.

COMUNICATO STAMPA DELL'ADUC

ACQUE MINERALI: COME SCEGLIERLE?

Roma, 22 Marzo 2001

Associazione per i diritti degli utenti e consumatori

www.aduc.it aduc.it@aduc.it

I COMPONENTI DELL'ACQUA: SALI E METALLI

Giornata mondiale dell'acqua. Ma quale acqua i cittadini bevono. Ecco alcuni consigli per scegliere con oculatezza le acque minerali che i cittadini bevono. 242 acque minerali, 10,2 miliardi di litri all'anno bevuti da 38 milioni di italiani, pari al 65% della popolazione, 5.500 miliardi di lire di fatturato. Un vero affare per un prodotto che viene dal cielo, passa sulla terra e deve essere semplicemente imbottigliato e.... pubblicizzato. Ma come scegliere fra le tante marche che troviamo nel supermercato o dal droghiere? In effetti -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- il consumatore chiede genericamente "acqua minerale", al massimo sceglie quella gassata o liscia. E' come chiedere una bottiglia di vino, differenziando solo il rosso dal bianco. Evidentemente non basta. Certo e' che le etichette non aiutano nella scelta, perche' la composizione viene indicata con una sigla chimica, di difficile comprensione. Il primo dato da leggere e' il residuo fisso, cioe' la quantita' di sali minerali disciolti in un litro d'acqua, che da' l'idea della "pesantezza" dell'acqua: si passa da quelle minimamente mineralizzate a quelle ricche di sali minerali: noi consigliamo di scegliere quelle che presentano un residuo fisso tra 400 e 600 milligrammi al litro (mg/l). Le acque minerali gassate, naturalmente o artificialmente, sono sconsigliate per chi soffre di acidita', gastrite o ulcera. Le acque solfate (limite 200 mg/l), soprattutto se abbinate al magnesio (limite 50 mg/l) hanno un effetto lassativo e possono interferire con l'assorbimento del calcio. Le acque clorurate (limite 200 mg/l), contengono maggior quantita' di sodio e sono sconsigliate per gli ipertesi. Quelle calciche (limite 200mg/l), risultano "pesanti" e danno all'acqua un sapore particolare ma non provocano i calcoli. Le fluorurate (limite 1 mg/l), possono dar luogo alla screziatura nello smalto dei denti e influiscono sulla mineralizzazione delle ossa: attenzione a farla bere ai bambini. I nitrati (NO₃, limite 25 mg/l), sono un indicatore dell'inquinamento del terreno; purtroppo non esiste una acqua priva di nitrati. C'e' infine il problema di alcuni metalli tossici, quali l'arsenico, il cadmio, il (tri)cromo, che non devono superare i valori limite ma che generalmente non troviamo elencati in etichetta. Una ultima avvertenza: tutte le acque fanno fare la pipi'. L'effetto "pulizia interna" e' dovuto alla quantita' non alla qualita' dell'acqua bevuta.

