

Cereali integrali fortificati come possibile soluzione nutrizionale e ambientale

Maggio 3, 2024 · Redazione





In risposta ai crescenti problemi ambientali e alle sfide nutrizionali globali, il Boston Consulting Group (BCG) ha rilasciato un innovativo studio, “The Whole Truth About Whole Grains”, che svela il potenziale trasformativo dei cereali integrali fortificati. Questo approccio non solo promette di migliorare il profilo nutrizionale del cibo quotidiano, ma offre anche una strategia cruciale per ridurre l’impatto ambientale dell’agricoltura cerealicola.

Secondo lo studio, sostituire i cereali raffinati con le loro controparti **integrali fortificate può ridurre l’impronta ambientale della produzione cerealicola** di un impressionante 85% al 90% per unità nutrizionale. I cereali integrali fortificati, che includono crusca, germe ed endosperma, offrono non solo una maggior quantità di fibre, proteine, vitamine e minerali, ma riducono anche l’uso di risorse naturali come acqua e terreno e diminuiscono la dipendenza da fertilizzanti e pesticidi nocivi per l’ecosistema.

In Italia, la domanda di farine derivate principalmente da cereali raffinati è alta, con circa 24.000 panifici e 107.000 pizzerie che utilizzano grani prevalentemente raffinati. Nonostante ciò, c’è una crescente consapevolezza e richiesta da parte dei consumatori italiani per prodotti meno processati e più naturali. Infatti, il 83% degli italiani ritiene che acquistare cibi e bevande sostenibili porti a un maggior senso di soddisfazione personale.

La fortificazione dei cereali raffinati è una pratica che risale al 1943 negli Stati Uniti e oggi viene regolamentata in 93 Paesi nel mondo, con una percentuale di adozione che varia significativamente tra le varie colture. L’incremento del consumo globale di cereali integrali del 30% potrebbe ridurre le emissioni annue di CO2 di 120 milioni di tonnellate metriche, evidenziando l’importanza di una transizione consapevole e graduale verso questi prodotti.

La transizione verso un consumo maggiore di cereali integrali richiede un approccio graduale, tenendo conto delle dinamiche di mercato e delle necessità nutrizionali umane e animali. Iniziative come quella della Danimarca, che ha visto un incremento dell’adozione di cereali integrali supportata fortemente dal governo, dimostrano come politiche ben progettate possono fare la differenza.

Questa analisi dettagliata sottolinea l’urgenza e il potenziale di integrare pratiche sostenibili nell’industria alimentare, mettendo in luce come soluzioni innovative come i cereali integrali

fortificati possano essere una chiave per affrontare simultaneamente crisi climatica e sfide nutrizionali.

Fonte: <https://www.ruralhack.org/cereali-integrali-fortificati-come-possibile-soluzione-nutrizionale-e-ambientale/>