Alcuni contraccettivi molto reclamizzati non sono affatto sicuri

Ha fatto più mamme il patentex che don Giovanni

Le industrie farmaceutiche non segnalano che gli spermicidi debbono essere usati insieme ad altri accorgimenti per essere efficaci - 218 madri «senza volerlo» testimoni d'accusa - E' sempre meglio consigliarsi con un medico

Duecentodiciotto donne divenute madri nonostante si fossero affidate ad alcuni prodotti venduti come contraccettivi per uso «locale» e vantati come «sicuri e di facile uso», sono state recentemente chiamate a testimoniare alla pretura milanese che giudicava gli evidenti casi di fallimento di queste «specialità». I loro nomi sono stati resi familiari da pubblicità su riviste e manifesti: sono gli ovuli «Patentex» e le candelette «Happy», dotati — secondo le case produttrici — di «soddisfacente» effetto spermicida che — dopo la loro introduzione nel canale vaginale — scongiurerebbe l'avvio di una gravidanza indesiderata.

La «notizia» — in fondo — è tutta qua: un'insolita vertenza giudiziaria che ha come attrici delle madri che non avrebbero voluto esserlo e come convenute due industrie farmaceutiche. Che le sostanze cosiddette «spermicide» non abbiano mai fornito sufficiente sicurezza nella loro azione anticoncezionale è infatti ben noto, quanto è noto che spesso le case farmaceutiche evitano di accompagnare al prodotto che vende bene sul mercato tutte le avvertenze del caso e che nella generale disinformazione sanitaria riescono sempre a trovare buon gioco.

«Patentex», «Happy» il mercato se l'erano guadagnato soprattutto tra le giovanissime: si acquistano senza ricetta — come le «specialità» analoghe — sono di facile applicazione, senza tante complicazioni meccaniche, hanno un prezzo accessibile, non occorrono nè analisi nè visite mediche, si «prendono» solo quando se ne ha bisogno. La loro azione — secondo le intenzioni dei produttori — dovrebbe addirittura essere duplice: lesiva o «immobilizzatrice» nei confronti degli spermatozoi e anche meccanica, poichè la schiuma che si sviluppa quando l'ovulo o la candeletta si sciolgono in vagina funzionerebbero come una specie di barriera atta ad impedire l'ingresso delle cellule fecondanti nell'utero.

La forza aggressiva nei confronti degli spermatozoi, tuttavia, non può essere totalmente distrutiva, per il semplice fatto che se una sostanza capace di tanto venisse messa a contatto con la mucosa vaginale, provocherebbe guai molto seri, tanto da sconsigliare a chiunque di ripetere l'esperienza. Dunque è d'obbligo usare principi attivi che rispettino quanto più possibile l'«ambiente», che non alterino eccessivamente il grado di acidità vaginale, che siano ben tollerati, insomma. E questo, fatalmente, ridimensiona il potere «mortale» o solo «paralizzante» verso gli spermatozoi. E' noto che l'eiaculazione del partner introduce in vagina, opportunamente veicolati dal liquido seminale, circa sessanta milioni di «bestioline» attivissime, che nel giro di tre minuti, a gran colpi di «frusta» si fanno largo sino all'orifizio dell'utero, preparati a lottare contro un ambiente(quello del canale vaginale) che non è per loro particolarmente felice. La natura provvede con l'abbondanza di quei sessanta milioni a garantire delle buone probabilità di successo; lancia un nutrito esercito nella mischia per fare in modo che almeno un plotoncino superi felicemente la «prima prova». La presenza di uno «spermicida» diminuisce probabilmente il numero dei componenti del «plotoncino sopravvissuto», ma certamente non assicurerà la strage completa.

Il discorso però cambia se accanto a schiume, ovuli, candelette, si adotta la misura sussidiaria di un pessario, il «diaframma», un cappuccio di gomma che se di misura ottimale e introdotto correttamente sino alla sommità della vagina, a protezione dell'utero e ben aderente alle pareti vaginali, chiude molto semplicemente la porta in faccia ai «sopravvissuti», facendo calare a valori se non sicurissimi almeno accettabili le probabilità di una gravidanza indesiderata. Un ultimo ostacolo — questo — certamente più consistente del «tappo di schiuma» ipotizzato dalle case farmaceutiche.

Spermicidi comodi, a buon prezzo, di facile uso, dunque, sì: ma a patto che la loro azione si completi con la presenza di un buon diaframma. E, probabilmente, la questione «giuridica» sta proprio qui: ci saranno periti che dimostreranno l'azione lesiva nei confronti degli spermatozoi da parte dell'acido lattico o dell'ossichinolina (componenti dei prodotti sotto processo) e ci saranno quelle duecentodiciotto mamme con i relativi figlioletti, a dimostrare esattamente il contrario. In mezzo — e a nostro avviso a reggere l'intera colpa del pasticcio — le industrie produttrici, evidentemente consapevoli delle leggi che regolano biochimica, fisiologia e calcolo probabilistico, ma decise ad ignorarle per conservare un buon successo di vendita. Accompagnare le confezioni incriminate dall'avvertenza «se l'uso del prodotto non avviene in presenza di diaframma non si assicura l'efficacia contraccettiva» non sarebbe stato certo un buon affare. Le giovanissime, le contrarie alla pillola, ai ginecologi, le «riservate», sarebbero state costrette a ricorrere al medico, apprendere i piccoli segreti del diaframma, imparare ad applicarselo correttamente, ecc. Il tutto, sprecando qualche minuto per una visita, un breve colloquio esplicativo e un salto in farmacia. «Troppo», solo per un Paese completamente ineducato dal punto di vista sanitario, che diventerà così, facile piazza per tutti gli «affari» farmaceutici.

Angelo Meconi

Sterilizzazione non definitiva

La sterilizzazione femminile, nata come procedimento irreversibile, viene oggi sempre più proposta, sul piano tecnico, come metodologia reversibile.

Si calcola che negli USA, nel corso del 1980, vi saranno oltre seimila richieste di ripristino della pervietà tubarica e quindi della capacità riproduttiva.

Sono dati resi noti dal prof. Filippo Polvani, direttore della seconda clinica ostetrica dell'università di Milano, nel corso del convegno su «Sterilizzazione chirurgica: problema di oggi e di domani», organizzato alla Fondazione Lorenzini di Milano, dall'Associazione medici cattolici italiani.

Negli USA — ha proseguito Polvani — le tecniche di sterilizzazione ampiamente lesive della tuba vengono oggi preferibilmente abbandonate a vantaggio di quelle che prevedono l'occlusione della tuba ad opera di un microdispositivo (*clips*) in materiale sintetico, applicato esternamente sulla tuba. In tal modo, essendo la lesione tubarica limitata a circa otto millimetri, una ricanalizzazione con tecniche microchirurgiche è risultata possibile in circa il 70% dei casi.

USA: fecondazione in vitro

Un esperimento di fecondazione artificiale in vitro è stato tentato recentemente, per la prima volta, negli Stati Uniti.

Un portavoce dell'ospedale «Eastern Virginia Medical School» a Norfolk (Virginia) ha infatti annunciato nei giorni scorsi che alcune donne — non ne viene precisato il numero,ma si tratterebbe, secondo informazioni accreditate di sei donne — si sono sottoposte negli ultimi giorni al procedimento di fecondazione artificiale in vitro; non si sa ancora se tale procedimento abbia avuto successo.

Questo ospedale aveva ottenuto ai primi dell'anno l'autorizzazione dai servizi sanitari dello Stato della Virginia per creare un laboratorio per la fecondazione in vitro.

L'uovo, una grande cellula ricchissima di virtù alimentari

I mille pregi che stanno racchiusi in un guscio

Proteine, grassi, vitamine e sali minerali - La digeribilità può essere corretta con la cottura - Nell'acqua rivela la sua età

Se le uova rappresentano per il pulcino l'unico alimento per la crescita e lo sviluppo nel periodo di incubazione, significa che sono ricche di sostanze nutrizionali caloriche e non, atte a questo importante compito, di conseguenza possono validamente entrare nella nostra alimentazione come vero e proprio alimento e non come riempitivo a guarnizione di abbondanti piatti a base di carne.

Sarebbe un errore considerare le uova come un alimento completo, dato che in effetti non lo sono, come meglio potremo vedere, ma tenerle presenti come ottime fonti di nobili proteine, di grassi, di vitamine e di sali minerali, essenziali per lo sviluppo e la crescita, questo è doveroso farlo.

Vediamo che cosa sono queste cenerentole della nostra alimentazione. Come ognuno di noi sa, sono formate da tre parti, una prima esterna, non commestibile, che è il guscio (il 90% è carbonato di calcio), una seconda di colore bianco, l'albume, ed una terza, il tuorlo, di colore variabile fra il giallo chiaro e l'arancione, immersa nell'albume.

L'albume (la chiara, il bianco) è formato dall'85,7% di acqua, il 12,6% di proteine, lo 0,27% di sostanze grasse e lo 0,65% di minerali. Fra le proteine sono da ricordare l'ovalbumina, la conalbumina, l'ovomucoide, l'ovoglobulina. la mucina, il lisozima e l'avidina. Alcune di queste proteine hanno caratteristiche particolari, in quanto la conalbumina contiene ferro in combinazione organica e quindi assolutimente utilizzabile dall'organismo, il lisozima con proprietà inibitrici sull'attività batterica (si usa anche come farmaco a questo scopo); altre, invece, hanno caratteristiche non del tutto positive, in quanto la mucina inibisce l'attività proteolitica della tripsina e l'avidina ha netta azione antivitaminica verso la Biotina (Vitamina B8). Questi aspetti però non intaccano minimamente la validità delle uova, in quanto, mediante la cottura, si verificano modificazioni chimiche tali da renderle perfettamente commestibili e mantenergli tutte le loro caratteristiche positive.

Come valutarne la freschezza

La parte più interessante è senza alcun dubbio il tuorlo (il rosso), in quanto ricco di proteine particolari, ossia fosforate, zolforate e lipoproteine (lecitine). La concentrazione proteica è del 16,1%. quella lipidica del 31,75%, quella minerale oscilla fra lo 0,5 ed il 2%. Qualche parola anche sui grassi contenuti nel tuorlo, in quanto fra essi possiamo trovare due degli acidi grassi essenziali (l'acido linoleico ed il linolenico) oltre che le lecitine (lipoproteine fosforate) e gli steroli (colesterolo).

Per quanto concerne il contenuto in sali minerali abbiamo una composizione veramente di tutto riguardo; nell'albume si trovano: sodio, potassio, zolfo, magnesio e cloro, mentre nel tuorlo calcio, ancora magnesio, fosforo, ferro e zolfo oltre gli altri ora ricordati. Le vitamine sono localizzate: la A ed il beta carotene, con la D e la E, nel tuorlo, mentre anche nell'albume possiamo trovare la B1, la B2 e la PP. L'unica vitamina completamente assente è la C, ma come ben si sa è facilmente reperibile in moltissimi prodotti vegetali.

Il risultato di questa composizione è un prodotto di eccezionale valore nutrizionale e, se mi è concesso ricordarlo, anche di costo relativo. Non bisogna dimenticare però che tale patrimonio è collegato con la freschezza del prodotto, che invecchiando non solo può subire alterazioni a carico del totale proteico, ma riduzioni drastiche sui minerali e le vitamine, oltre che il sempre possibile rischio di infiltrazioni batteriche dall'esterno.

Uno dei mezzi che abbiamo a disposizione per conoscere lo stato di freschezza delle uova, prima di romperle, è quello di immergerle in acqua. Sappiamo dell'esistenza della camera d'aria, uno spazio solo virtuale nel prodotto fresco, ma che va via via allargandosi col tempo. Ora se un uovo viene immerso nell'acqua e resta sul fondo perfettamente orizzontale, è segno che è fresco (la camera d'aria è praticamente inesistente), se invece forma con la base della pentola un angolo di 20 gradi è di 3 o 4 giorni, se l'angolo, nelle stesse circostanze, è di 45 gradi, i giorni sono diventati 8, se poi l'inclinazione si aggira sul 60 gradi, i giorni sono saliti a 14, ed infine ad un angolo di 75 grandi corrispondono 21 giorni, ma è evidente che a questo punto l'uovo non è più mangiabile.

Due parole sulla digeribilità delle uova, in quanto è direttamente influenzata dalle tecniche di preparazione e di cottura, intendendo per digeribilità il tempo di permanenza di un cibo nello stomaco. Due uova bollite leggermente lasciano lo stomaco dopo 1 ora e 3/4, due uova fresche e crude, dopo 2 ore ed 1/4, due uova affogate e condite con 5 grammi di burro, dopo 2 ore e 1/2, mentre le uova sode e le frittate hanno un tempo di sosta di 3 ore.

Un altro fattore che viene influenzato dalle preparazioni culinarie, è l'apporto calorico; tanto per dare qualche indicazione ricorderemo che due uova producono circa 150 calorie, lessate le calorie sono 153, fritte 287, fatte a frittata con spinaci 231, mentre se la frittata è con formaggio salgono a 296, lo zabaione produce circa 235 calorie, mentre la maionnaise, per il suo ingente contenuto di sostanze grasse, ha ben 761 calorie per 100 grammi.

Da quanto detto dobbiamo trarre il suggerimento per un ottimale sfruttamento delle proprietà nutrizionali di questo ottimo alimento, sia mediante una adeguata cottura, che non impegni troppo lo stomaco (o bollite o alla coque), sia con semplici preparazioni che non ne alterino in maniera eccessiva l'apporto calorico.

Fra i pregi, forse qualcuno potrebbe anche mettere l'assoluta integrità di questa macrocellula, in quanto assolutamente priva di additivi e coloranti, ma su quest'ultimo aspetto non bisogna essere troppo ottimisti, in quanto nel tuorlo delle uova sono state trovate tracce di coloranti, provenienti dai mangimi delle galline, in quanto «arricchiti» di sostanze atte a rendere il tuorlo, appunto, più colorato.

In conclusione, quindi, le uova sono alimenti ricchi di tutti i principi nutrizionali (mancano solo i carboidrati), gustose, facilmente preparabili, gastronomicamente valide e fisiologicamente facili da digerire, se ben cotte, ed infine, ma non ultimo lato positivo, di poco prezzo e di ottima resa.

Silvia Merlini

Esperta di tecnica alimentare

Dizionarietto

ATTIVITA' PROTEOLITICA — Azione che scinde le proteine in aminoacidi, la sola forma che rende queste importanti sostanze assimilabili attraverso i villi intestinali.

TRIPSINA — Enzima pancreatico che agisce sulla struttura delle proteine, ha cioè azione proteolitica.

ACIDI GRASSI ESSENZIALI — Sono tre: acido linoleico, linolenico ed arachidonico e devono giornalmente essere introdotti nell'organismo mediante l'alimentazione.

MACROCELLULA — La struttura dell'uovo è come quella di una cellula, solo molto più grande.

Un settore in rapida espansione

I surgelati nell'80 Tre chili a persona

In testa le regioni nord-occidentali - Mense e ristoranti i grandi consumatori - Le spese di pubblicità triplicate in tre anni

MILANO — Mutano sensibilmente i costumi e anche i criteri e le scelte alimentari. Tra l'altro negli ultimi 6-7 anni il consumo di cibi surgelati in Italia è più che triplicato e dovrebbe, secondo l'Istituto italiano alimenti surgelati, aumentare ancora di circa il 20 per cento nel prossimo futuro.

Nel 1970 si consumavano pro-capite kg. 0,650 di surgelati, mentre per quest'anno la previsione media è già giunta a 3 kg. a testa. Il maggiore incremento dovrebbe registrarsi per gli ortaggi e per i precucinati in genere.

Secondo le previsioni soprattutto le mense collettive e i ristoranti sarebbero sempre più orientati a privilegiare il surgelato non preparato e il precucinato per fronteggiare l'aumento dei pasti da servire e per contenere i relativi costi.

Attualmente in Italia i negozi che trattano surgelati sono circa 70 mila: di essi il 35 per cento è nel Nord-Ovest, il 14 per cento nel Nord-Est, 30 per cento nel Centro, 21 per cento nel Sud e nelle Isole.

Frattanto anche la pubblicità per sollecitare il consumo di surgelati è in crescendo sensibile e la spesa relativa è pressappoco triplicata dal 1975 al 1978.

Il difficile acquisto di una macchina fotografica

Che foto posso pagarmi quest'anno in vacanza?

Dalle Polaroid per i gruppi di famiglia alle più sofisticate attrezzature: è importante scegliere l'apparecchio giusto - Un giro nei negozi - I guai del mercato «senza garanzia»

Con l'avvicinarsi della primavera centinaia di migliaia di fotografi dilettanti stanno rispolverando la loro attrezzatura, pronti a lanciarsi di nuovo, come ogni anno, a caccia di immagini. E altre decine di migliaia, soprattutto giovanissimi, contano i risparmi meditando di unirsi all'ormai nutritissimo esercito dei fotoamatori.

L'*hobby* della fotografia, tra i più diffusi nel nostro Paese, ha creato un giro d'affari di parecchie decine di miliardi l'anno, in massima parte diretti verso il Giappone e gli Stati Uniti, a causa della sostanziale assenza dal mercato di produttori italiani di qualità (fa eccezione la Durst, azienda di Bolzano *leader* nel settore degli ingranditori da stampa).

La domanda di materiale fotografico, soprattutto di apparecchi ed accessori da ripresa, è molto forte e, almeno per il momento, non accenna a diminuire, anche se tra gli operatori del settore, importatori e commercianti, serpeggia un diffuso pessimismo: l'inflazione, la debolezza della lira, la stretta creditizia e l'inevitabile contrazione dei consumi voluttuari (tra i quali vanno senza dubbio annoverati quelli fotoamatoriali) non fanno certo ben sperare per il futuro.

La fotografia è considerata in genere un *hobby* piuttosto costoso; in effetti, sfogliando i listini degli importatori o girando per i negozi specializzati la prima impressione è che, per accostarsi «seriamente» alla fotografia, occorre stanziare cifre considerevoli.

Quanto c'è di vero in questo? Ben poco, in realtà. Il mercato fotografico offre oggi una scelta estremamente ampia di attrezzature, dalla più semplice fotocamera 35 mm ad ottica fissa (ce ne sono anche da 20.000 lire) al «mostro» semi-professionale superaccessoriato (per esempio la Hasselblad 2000 FC, oltre 2 milioni e mezzo senza gli accessori).

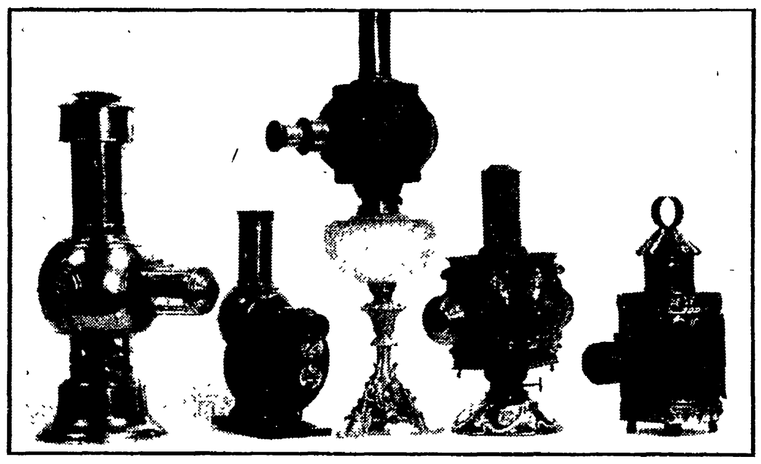
Ciò che conta, nel momento in cui si deve decidere l'acquisto di una macchina fotografica, è di avere le idee ben chiare su ciò che si vuole fare. Un esempio: se penso di utilizzare la fotocamera principalmente per ritrarre paesaggi durante le ferie, per foto di gruppo durante le ricorrenze familiari, un uso insomma abbastanza limitato e senza eccessive pretese artistiche, allora andrà benissimo una piccola fotocamera ad ottica fissa, magari una «pocket», di dimensioni e peso ridottissimi e dal funzionamento semplicissimo (in pratica basta inquadrare e premere il pulsante di scatto), o magari un apparecchio a sviluppo immediato, di tipo Polaroid.

Chi ha qualche pretesa in più, per esempio foto architettoniche, di avvenimenti sportivi, riprese di animali in libertà (i famosi safari fotografici), dovrà rivolgersi ad una reflex leggera, dotata di ottiche intercambiabili che consentono una maggiore flessibilità d'impiego; chi poi (ma a questo punto occorrono anche solide cognizioni teoriche e un bel po' d'esperienza) vuole cimentarsi con le foto in studio avrà bisogno di una fotocamera di grande formato, magari a banco ottico.

Una volta ristretto il campo di ricerca al tipo di macchina adatto alle nostre esigenze, i guai sono appena cominciati, perché si tratta ora, all'interno di una produzione sterminata, di scegliere la marca, il modello e gli eventuali accessori, tenendo anche conto dei costi. La tecnica fotografica ha subito, nel corso degli ultimi anni, una evoluzione impetuosa: è possibile oggi disporre di fotocamere automatiche, che impostano automaticamente il tempo di esposizione o il diaframma dell'obiettivo, sotto la guida pressoché infallibile di un mini-computer, con otturatori elettronici di precisione, con motore incorporato per il trascinamento della pellicola, addirittura con messa a fuoco automatica. Il prezzo di questi apparecchi è, ovviamente, commisurato all'altissimo livello tecnologico.

Bisogna però tener conto, all'atto dell'acquisto, dell'effettiva utilità di questi complicati (e delicatissimi) congegni: mi serve veramente un apparecchio in grado di «sparare» due fotogrammi ogni tre secondi, capace cioè di «bruciare» in 54 secondi una pellicola da 36 pose? La messa a fuoco automatica mi libera da un'operazione, ma mi consente di ottenere gli effetti che desidero? L'automatismo di tempi e diaframmi mi consente una velocità di scatto elevatissima: è veramente necessaria per fotografare la torre di Pisa o il Colosseo?

Solo dopo aver fatto un serio esame di coscienza converrà recarsi in un negozio. E qui sarà bene fare qualche altra considerazione. E' sempre opportuno non limitarsi ad entrare nel primo negozio che capita, ma perdere un po' di tempo a girare, a farsi fare preventivi, a curiosare, privilegiando sempre i maggiori centri specializzati. Alla fine si avrà la certezza di acquistare la propria attrezzatura al prezzo più favorevole (le differenze di prezzo tra un negozio e l'altro possono variare, a seconda delle marche, anche di un buon 10-15%), con la sicurezza di poter fruire, in caso di necessità, dell'opportuna assistenza specializzata.



Alcuni esemplari di lanterna magica, antenata degli attuali proiettori.

Qui si apre un altro capitolo nelle complicate vicende del mercato fotografico italiano: quando, tra appassionati, si parla di prezzi, si distingue sempre tra apparecchi e ottiche «con garanzia» e «senza garanzia», a seconda che si tratti di merce importata regolarmente e garantita dall'importatore, o di merce di contrabbando. La legge italiana contribuisce, con l'assurdità di un'IVA differenziata (14% per le ottiche, 35% per i corpi-macchina), ad alimentare un fiorente mercato clandestino, organizzatissimo (perfino troppo, al punto da far nascere più di un sospetto su chi ci sta dietro) e dotato di precisi listini-prezzi. Rivolgersi a questo mercato «alternativo», però, è sconsigliabile, oltre che per motivi etici, per almeno due o tre buone ragioni: l'apparecchio non è coperto da garanzia, e l'importatore rifiuta qualsiasi riparazione.

La scelta dell'apparecchio, si diceva, non è comunque semplice. Per ognuna delle categorie esistono decine di modelli, che talvolta differiscono tra loro per pochissimi particolari. Nell'acquisto si dovrà allora tener conto, oltre che delle proprie disponibilità economiche, delle doti di robustezza, di maneggevolezza, di razionalità delle diverse fotocamere. Troppo spesso il neofita si rivolge all'apparecchio dall'estetica più gradevole (che costa cara) e dotato del maggior numero di accessori (non tutti indispensabili, molti anche superflui). Occorre tener presente che, anche per dotarsi di una eccellente reflex 35 mm, con esposimetro incorporato, chiusura automatica del diaframma, otturatore elettronico, non occorrono cifre colossali: è il caso della sovietica Zenit T-1, che riunisce queste caratteristiche, oltre ad un'eccezionale robustezza, insieme ad una linea non proprio aggraziata, per un costo di circa 170.000 lire. Come è il caso di tutta una serie di ottime fotocamere giapponesi, di linea spartana ma assolutamente funzionali.

Una volta acquistata la macchina fotografica, per il neofita comincia l'assillo degli accessori: è una vera e propria giungla in cui avremo in futuro occasione di addentrarci.

P. Stramba-Badiale

Quasi diecimila denunce dei NAS

Nel quadro della difesa della salute pubblica i carabinieri dei nuclei antisofisticazioni e sanità (NAS) hanno, nel 1979, denunciato 9.880 persone e per 84 di esse l'autorità giudiziaria ha emesso ordine di cattura.

I nuclei, a seguito di 26.165 ispezioni ad aziende industriali, commerciali ed agricole hanno accertato, infine, 18.463 infrazioni; hanno anche sequestrato 34.000 tonnellate di merce e 4 milioni e mezzo di confezioni per un valore di 26 miliardi di lire.

I maggiori sequestri si sono avuti nei settori merceologici delle carni, conserve alimentari, dietetici, paste alimentari, latte e derivati, oli e grassi, prodotti ittici, vini, prodotti farmaceutici.

Delle 26.165 ispezioni, 1.009 hanno riguardato il problema dell'inquinamento, soprattutto delle acque.

Le etichette segnalate dai lettori

Caramelle di noci fatte con l'anacardio

«Vi mando un sacchetto di caramelle con l'indicazione del peso complessivo e gli involucri di tre delle caramelle in esso contenute. Ci sono varie cose nel peso e nella composizione che mi lasciano perplesso. Marco Ferrari di Busto Arsizio».

Il nostro lettore ci ha inviato un sacchetto di caramelle Cedrinca indicate come «le caramelle del lago di Garda». Su un lato è stampato bene in vista un peso da bilancia con l'indicazione «1 kg». Sull'altro è precisato che 1000 grammi sono il peso medio di produzione delle caramelle incartate ma che in realtà il peso netto delle caramelle «nude» è di 900 grammi. La precisazione è onesta ma avremmo bisogno del supporto di una legislazione che stabilisse quale rapporto ci deve essere fra peso della confezione e prodotto contenuto. Altra nota positiva è l'indicazione che le caramelle non hanno coloranti. Evidentemente la ditta in questione commercia con l'estero (infatti le scritte sono in quattro lingue) e si adegua ai gusti di consumatori meglio informati e meno soggetti agli allettamenti estetici dei prodotti alimentari.

Per quanto riguarda le tre singole caramelle, i loro involucri indicano tre gusti diversi: noce, amaretto, marron glacé. Tutte e tre, però, hanno uguale composizione: zucchero, glucosio, oli vegetali, proteine vegetali, nocciole, anacardio, cacao, aromi naturali. Inoltre contengono lecitina di soia. In poche parole il gusto diverso di ogni caramella è dato dagli aromi naturali. Nelle rispettive caramelle quindi, non ci sono nè noci, nè mandorle amare, nè marron glacé. Fra le sostanze meno note del contenuto c'è l'anacardio. Si tratta di una specie di pera di colore giallo-rosso, dalla polpa dolciastra, originaria delle Antille e chiamata così perchè i frutti hanno la forma di un cuore.

I filtri della «buona notte»

Faccio largo uso di tisane, in particolar modo di camomilla. Ma ogni volta che vado ad acquistarle, trovo sempre novità nelle confezioni, in peso e in numero di filtri. Così faccio molta confusione e non posso regolarmi sul prezzo. Elisabetta Pedone, Roma.

Grazie anzitutto alla nostra lettrice per le ben quattro confezioni che ci ha inviato. La prima confezione si riferisce alla camomilla Bonomelli dove, in grossi caratteri, campeggia la scritta «28». Il consumatore pensa subito che si tratti di 28 filtri, ma leggendo più attentamente scopre che si tratta in realtà di 28 grammi di camomilla con i quali sono stati riempiti 14 filtri da 2 grammi l'uno. La seconda confezione riguarda la camomilla setacciata Sogni d'oro. Il numero messo in evidenza è il 15 che riguarda la quantità dei sacchetti filtro. In caratteri microscopici poi si può leggere che la camomilla complessiva contenuta è di 25,5 grammi, pari a 1,7 grammi per bustina, peso quindi inferiore al precedente.

Il terzo involucro è quello della camomilla Montania dove, bene in vista, c'è scritto «16 filtri» e — in caratteri microscopici — il peso netto: 28 grammi. Quindi ogni bustina filtro contiene 1,75 grammi di camomilla.

La quarta confezione viene dalla Germania Federale ed ha il pomposo nome di Pompadour. Qui sono dichiarate 20 bustine, ma solamente di 1,35 grammi cadauna. La sorpresa però sta nel contenuto: 85 per cento camomilla setacciata, 15 per cento *folia rubi fruticosi*, cioè foglie di rovo, conosciute non come calmanti ma come astringenti. Dopo tale camomilla sarà ancora possibile augurare solamente la «buona notte»? Rimane comunque la difficoltà di comparare fra di loro i prezzi.

Mozzarella né magra né fresca

Per mantenere la linea faccio largo uso di mozzarelle. Vorrei vederci chiaro in quelle che generalmente fanno parte del mio pasto quotidiano. Giovanna Berlinghieri, Bergamo.

Le etichette inviate dalla nostra lettrice riguardano la Mozary Invernizzi che in realtà nell'involucro non è definita «mozzarella» e inoltre la Santa Lucia Galbani, indicata come mozzarella fiordilatte. Quest'ultima deve essere anche oggetto di esportazione dato che il contenuto dell'involucro di plastica è espresso anche in francese, in tedesco e in inglese. La sorpresa sta proprio nelle scritte multilingui. Infatti in italiano il formaggio è definito «a pasta filata di latte di vacca», in francese «formaggio fresco italiano», in tedesco «formaggio molle italiano», in inglese «formaggio italiano semigrasso». A quale traduzione dobbiamo credere? A quella che dice che il formaggio è fresco? A quella che non si sbilancia oltre l'aggettivo «molle»? A quella che lo definisce «semigrasso»? In realtà la mozzarella è un formaggio semigrasso che contiene fino al 44 per cento di sostanze grasse. Ma in Italia reclamizzato come formaggio magro, con poche calorie e addirittura dimagrante. Per quanto, inoltre, riguarda la prima etichetta, dove Mozary è indicata come «formaggio buono, fresco, delicato», esso contiene sorbato potassio E 202, cioè un antimicrobico non dannoso alla salute ma che chiaramente indica che detto formaggio non è fresco.

(a cura di Vera Squarcialupi)