



Ricevi gratis la nostra Newsletter,
iscriviti adesso!

⇒ Navigate



⇒ Navigate

[Home](#) > [Sicurezza Alimentare](#) > Pesce al mercurio:...

[Sicurezza Alimentare](#)

Pesce al mercurio: quali sono i rischi reali? Quali precauzioni per bambini e donne incinte? Tutte le risposte in un'intervista di Eurofishmarket a Maurizio Ferri

Pubblicato da [Roberto La Pira](#) il 19 marzo 2014



Il problema del pesce al mercurio ha creato dubbi nei consumatori, soprattutto per mancanza di informazioni chiare

Il problema del mercurio nel pesce solleva molte perplessità tra i consumatori, soprattutto quando alcune trasmissioni televisive come alcuni servizi [del programma Le Iene](#) descrivono la questione in modo impreciso e allarmistico. Per questo Il Fatto Alimentare ha voluto dare voce alle obiezioni di Eurofishmarket e riportare una parte dell'intervista a Maurizio Ferri, medico veterinario e membro del Consiglio Direttivo [SIMEVeP \(società italiana di medicina veterinaria preventiva\)](#) per comprendere al meglio la questione, fare una corretta valutazione del rischio mercurio. L'intervista è molto interessante e fornisce consigli utili sulla frequenza e modalità di consumo di pesci per adulti, bambini e donne nel periodo della gravidanza.

Che cos'è il mercurio e quali sono gli effetti tossici per le persone?

Il mercurio è un metallo che esiste in diverse forme chimiche ed è rilasciato nell'ambiente sia da fonti naturali che artificiali. Una volta rilasciato, subisce una serie di trasformazioni complesse e fa parte di diversi cicli tra atmosfera, oceani e terra. Le tre forme chimiche del mercurio sono: mercurio elementare o metallico, mercurio inorganico e mercurio organico. Il metilmercurio è la forma più comune di mercurio organico, la più tossica, ed è presente nella catena alimentare principalmente nei prodotti ittici. L'esposizione umana al mercurio avviene per motivi di lavoro (miniere, industria chimica cementifici, raffinazione del petrolio) o per via alimentare sotto forma di metilmercurio. C'è da considerare inoltre l'esposizione non alimentare attraverso l'inalazione dalle amalgame dentali di vapori di mercurio elementare, il quale dopo l'assorbimento viene convertito in mercurio inorganico. I gruppi di popolazione particolarmente interessati o a rischio di esposizione al mercurio includono le donne in gravidanza o che allattano, e i bambini. La gravidanza e l'allattamento costituiscono i periodi più critici per la tossicità del metilmercurio. Questa sostanza è in grado di superare la barriera cerebrale e quella placentare causando danni a carico del sistema nervoso centrale e dello sviluppo del feto: alte dosi causano ritardo mentale grave del nascituro, dosi più basse provocano alterazioni dello sviluppo psicomotorio. Tra i sintomi legati all'esposizione cronica ci sono le alterazioni della funzionalità renale, della memoria, problemi motori e della coordinazione. È documentata l'associazione tra l'esposizione al metilmercurio e le malattie cardiovascolari (JECFA, 2007) anche se è noto l'effetto benefico del consumo di pesce (presenza di acidi grassi omega 3) che contrasterebbe l'azione del metilmercurio sul sistema cardiovascolare. Un'azione di contrasto è svolta anche dal selenio presente nell'ambiente o negli alimenti.

Quali sono gli alimenti che costituiscono un rischio sanitario per i consumatori ?



Il tonno, insieme a pesce spada e squalo, è un predatore e pertanto presenta le dosi più alte di mercurio

Il mercurio è ampiamente presente negli alimenti, compresi i vegetali, ma la sua forma tossica, il metilmercurio, è riscontrabile a livelli significativi soltanto nei prodotti ittici. Le altre fonti alimentari contengono mercurio inorganico, poco assorbito nel tratto gastrointestinale e rapidamente escreto. Dall'esame della letteratura si stima che nei prodotti ittici circa il 90-99% del mercurio presente nei pesci si trova sotto forma di metilmercurio. In particolare le specie predatrici quali il pesce spada, tonno, squalo e altri (come smeriglio, verdesca, palombo), trovandosi all'apice della catena alimentare, possono contenere livelli elevati di metilmercurio (compresi tra 500 e 1.500 µg/Kg) e dunque costituire importanti fonti di esposizione per l'uomo. Tutti gli altri tipi di pesce a rischio (ovvero carnivori di terzo e quarto livello trofico nella piramide alimentare, quali salmone, merluzzo, sogliola, gamberetti ...) contengono quantità inferiori. I pesci predatori presentano livelli di mercurio decisamente superiori rispetto a quelli erbivori della medesima taglia. Esiste comunque un'ampia variabilità nella concentrazione del mercurio tra esemplari pescati in tempi e luoghi differenti e appartenenti a diverse specie. Ricordo inoltre che nel muscolo del pesce il metilmercurio si lega specificatamente allo zolfo, quindi agli aminoacidi solforati, distribuendosi così in tutto il tessuto muscolare dell'animale. Per tale motivo è impossibile separare porzioni di pesce contenenti Hg da parti prive.

Esiste un limite di mercurio nei prodotti ittici?

Il problema che il legislatore ha dovuto affrontare è stato quello di tutelare i consumatori, ponendo un limite di concentrazione massima nei prodotti ittici (a loro volta calcolati sulla base dei consumi alimentari medi dei vari pesci da parte della popolazione) considerando la notevole variabilità di concentrazione nelle diverse specie ittiche. I grandi pesci predatori accumulano per ingestione alti livelli di mercurio durante tutto l'arco della loro vita, inoltre essendo anche migratori è possibile che raggiungano acque particolarmente inquinate, aumentando i propri livelli di contaminazione. A conferma di ciò è da evidenziare come nei pesci erbivori si riscontri normalmente un contenuto di Hg nettamente inferiore al limite di legge fissato dal Reg. (CE) 1881/2006 e s.m.i. (0.50 mg/kg), mentre non è inusuale riscontrare valori elevati di tale elemento, anche superiori al limite di riferimento (1.0 mg/kg), nelle specie predatrici quali tonno, pesce spada o squali. I limiti di mercurio nei prodotti della pesca sono stabiliti dal Regolamento (CE) n. 1881/2006, che ha fissato 0,5 mg/kg per i pesci e muscolo di pesce, e 1 mg/kg per lo squalo, pesce spada, tonno, rana pescatrice, storione, ecc..

[1 2 3 Pagina successiva »](#)



**Ricevi gratis la nostra Newsletter,
iscriviti adesso!**

⇒ Navigate



⇒ Navigate

[Home](#) > [Sicurezza Alimentare](#) > [Pesce al mercurio:...](#)
[Sicurezza Alimentare](#)

Pesce al mercurio: quali sono i rischi reali? Quali precauzioni per bambini e donne incinte? Tutte le risposte in un'intervista di Eurofishmarket a Maurizio Ferri

Pubblicato da [Roberto La Pira](#) il 19 marzo 2014

Qual è il rischio legato al consumo di prodotti ittici?



Il mercurio si distribuisce nel muscolo e quindi non esistono parti di pesce con più o meno mercurio

Il gruppo di esperti, partendo dall'ultimo parere EFSA del 2004, ha valutato se le assunzioni provvisorie settimanali tollerabili (PTWIs) stabilite dal comitato misto FAO/OMS di esperti sugli additivi alimentari (JECFA) di 1,6 µg (microgrammi)/kg di peso corporeo di mercurio organico e di 4 µg/kg di mercurio inorganico, fossero da ritenersi appropriate. In linea con JECFA, il gruppo CONTAM ha quindi stabilito una dose settimanale tollerabile (TWI) per il mercurio inorganico di 4 µg/kg di peso corporeo, espresso come mercurio e di 1,6 µg/kg per il metilmercurio. È stata inoltre valutata l'esposizione alimentare umana tenendo conto dei gruppi sensibili di

consumatori e delle fonti di esposizione non alimentari.

È chiaro che l'assunzione media di mercurio da pesce e frutti di mare varia da paese a paese a seconda della quantità e del tipo di pesce consumato. Esiste dunque una regionalizzazione dei consumi di pesce, ad esempio In Italia il consumo di prodotti ittici si attesta intorno ai 22 Kg pro capite/anno, con il Sud che consuma il doppio del Nord.

Dalle stime di assunzione di metilmercurio attraverso il consumo di prodotti ittici, è risultato che la media dei livelli di esposizione in Europa sulla base dei dati forniti dagli Stati membri è al di sotto e a volte piuttosto vicina alla dose settimanale tollerabile di 1,6 µg/kg di peso corporeo per tutti i gruppi di età, con l'eccezione di bambini piccoli (meno di sei anni) e altri bambini come descritti in altre indagini. I consumatori frequenti di pesce, che potrebbero includere le donne in gravidanza, possono superare tale dose sino a circa sei volte. I bambini non ancora nati costituiscono il gruppo più vulnerabile. Infatti se il metilmercurio supera i livelli di assunzione stabiliti diventa particolarmente tossico per il sistema nervoso e cervello in via di sviluppo. L'esposizione durante la gravidanza e la prima infanzia è quindi particolarmente preoccupante.



In acque inquinate è più probabile pescare pesci con alte concentrazioni di mercurio

Che tipo di controlli vengono eseguiti presso i PIF per le merci importate?

La normativa comunitaria prevede controlli fisico/materiali sulle partite introdotte con una percentuale che può variare tra lo 0% ed il 100% (quest'ultima per il controllo sulle partite di animali vivi). Solitamente presso i PIF italiani, la media percentuale del controllo di laboratorio su tutte le merci sottoposte a controllo fisico/materiale è pari a circa l'8%. Per i prodotti della pesca e dell'acquacoltura, il controllo di laboratorio è in media del 8,3%. Dai dati del 2011 del Ministero della salute, sul totale dei controlli di laboratorio, quelli effettuati sui prodotti della pesca e dell'acquacoltura hanno rappresentato circa il 65,5% (1.369 controlli di laboratorio) con una prevalenza di controlli microbiologici.

[« Pagina precedente 1 2 3Pagina successiva »](#)

Tags: [controlli mercurio](#), [donne in gravidanza](#), [EUROFISHMARKET](#), [mercurio](#), [mercurio pesce spada](#), [pesce al mercurio](#), [salmone](#), [Società Italiana di Medicina Veterinaria Preventiva](#), [tonno](#)

- Tweet { 10 }
- Mi piace { 130 }
- g+1 { 1 }

11 Commenti



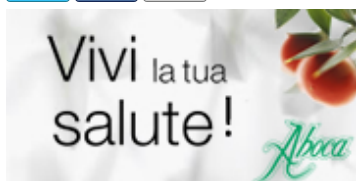
1. *Carlo Enrico* hatto detto:
[19 marzo 2014 alle 12:20](#)

Ho letto l'intervista, praticamente si capisce che donne in età fertile e bambini dovrebbero evitare pesci come il tonno. Ma per uomini e anziani quali indicazioni si devono seguire? Perchè alla fine dell'intervista, se si prende il caso del tonno, è difficile non ammettere che si tratta di un potenziale veleno per tutti che tralaltro, aggiungo io, si trova sul mercato a caro prezzo.



**Ricevi gratis la nostra Newsletter,
iscriviti adesso!**

⇒ Navigate



⇒ Navigate

[Home](#) > [Sicurezza Alimentare](#) > [Pesce al mercurio:...](#)
[Sicurezza Alimentare](#)

Pesce al mercurio: quali sono i rischi reali? Quali precauzioni per bambini e donne incinte? Tutte le risposte in un'intervista di Eurofishmarket a Maurizio Ferri

Pubblicato da [Roberto La Pira](#) il 19 marzo 2014



Il salmone appartiene alla categoria trofica nella quale la quantità di mercurio presente è minore

Esiste il rischio zero per il mercurio nel pesce?

Una premessa necessaria che va fatta è che in considerazione della diffusa presenza di mercurio negli organismi viventi marini, particolarmente evidente in alcune specie ittiche (es. tonno e pesce spada), tra l'altro notoriamente migratorie, la garanzia che attraverso i controlli ufficiali e le attività di campionamento si possa ottenere il rischio zero (assenza del metallo in tutte le partite di pesci commercializzate) non è realisticamente ottenibile. Per le considerazioni fatte, occorrerebbe sottoporre a campionamento sistematico tutte le unità delle partite di specie appartenente alle specie a rischio presentate ai controlli presso i PIF o nel luogo di destinazione finale, con costi elevati per le analisi di laboratorio e difficoltà legate alla incompatibilità dei tempi di analisi con le esigenze di commercializzazione, soprattutto se si tratta di prodotto fresco. È pur vero che ai controlli a campione effettuati dai veterinari, si aggiungono quelli a carico degli operatori i quali, nell'ambito dei piani di autocontrollo e dei contratti con i fornitori, verificano

l'eventuale presenza di mercurio nei prodotti ittici a rischio o provenienti da paesi coinvolti frequentemente nelle allerte comunitarie. Segnalo che nel rapporto RASFF riferito al 2013, le segnalazioni di pesce con un eccesso di mercurio figurano al secondo posto (su un totale di 2.649 notifiche rilevate nel 2013, 517 riguardano il settore ittico, con 115 casi di pesce con eccesso di metalli pesanti, che nel 40% dei casi arriva dalla Spagna). Gli operatori in caso di positività sono tenuti ad informare il Servizio veterinario e a provvedere alla distruzione delle partite contaminate o al ritiro dal mercato di quelle già commercializzate appartenenti allo stesso lotto. In virtù delle considerazioni fatte, e pur riconoscendo l'esistenza di più livelli di controllo ad opera di soggetti diversi (controlli ufficiali e volontari), il pericolo mercurio per il consumatore resta ed è essenzialmente legato al consumo frequente di prodotti ittici appartenenti alle specie a rischio e di grossa taglia (es. tonno, pesce spada. A ciò si aggiunge un'ulteriore fattore di rischio rappresentato dalle categorie di consumatori a rischio (gravidanza, allattamento). Chi ama consumare con frequenza diciamo settimanale tonno o pesce spada, sia fresco che inscatolato, deve essere consapevole del fatto che questo prodotto può potenzialmente presentare livelli di mercurio oltre i limiti consentiti.



Le donne incinte e i bambini sono le categorie più a rischio per il consumo di pesce con mercurio

Come si può prevenire il rischio mercurio nei prodotti ittici ?

Stante l'impossibilità in un contesto di crescente globalizzazione di garantire la totale assenza sul mercato di prodotti ittici contenenti mercurio oltre i limiti consentiti (è comunque possibile selezionare ed utilizzare zone di pesca caratterizzate da livelli bassi di mercurio), fatto salvi gli interventi di sequestro e distruzione di partite risultate non conformi a seguito di controlli veterinari, la gestione del rischio mercurio nei prodotti ittici, può essere affrontato solo integrando i livelli di responsabilità che attengono gli organi di controllo con quelli dei consumatori. In sostanza gli interventi più efficaci dovrebbero spostarsi sul campo della prevenzione, attraverso interventi di comunicazione/informazione rivolti ai consumatori finalizzati ad evitare consumi eccessivi di specie a rischio in particolare per le categorie di consumatori sensibili.

La Commissione Europea (DG Sanco- Health & consumer protection directorate general) in una recente nota informativa consiglia le donne in età fertile, quelle in stato di gravidanza o in fase di allattamento e i bambini, di evitare di assumere pesce spada, squalo e sgombero o al limite di non consumarne più di una porzione piccola alla settimana (meno di 100 g). In caso di consumo di tale porzione non si dovrebbe mangiare nessun altro pesce nello stesso periodo. Anche la FDA e EPA americane invitano i consumatori a non eccedere nel consumo di tonno o pesce spada (si sconsiglia inoltre di mangiare tonno più di 2 volte) e a variare il consumo di pesce, proprio per limitare l'apporto di mercurio.

Prendendo in considerazione l'importante apporto nutrizionale che il pesce fornisce con la dieta, anche l'EFSA raccomanda che le donne in età fertile (in particolare, coloro che intendono avere una gravidanza), le donne incinte e che allattano come pure i bambini, selezionino altri pesci, senza dare la preferenza indebita ai grandi pesci predatori come il pesce spada e il tonno. Tutti gli altri tipi di pesce a rischio (ovvero carnivori di terzo e quarto livello trofico nella piramide alimentare) potrebbero esser mangiati con moderazione, in misura pari a 300-400 g/settimana.

Estratto dall'intervista realizzata da [Eurofishmarket](#)

© Riproduzione riservata

Foto: thinkstockphotos.com

Tags: [controlli mercurio](#), [donne in gravidanza](#), [EUROFISHMARKET](#), [mercurio](#), [mercurio pesce spada](#), [pesce al mercurio](#), [salmone](#), [Società Italiana di Medicina Veterinaria Preventiva](#), [tonno](#)

-  Tweet { 10 }
-  Mi piace { 130 }
-  G+1 { 1 }

11 Commenti



1. *Carlo Enrico* hatto detto:
[19 marzo 2014 alle 12:20](#)

Ho letto l'intervista, praticamente si capisce che donne in età fertile e bambini dovrebbero evitare pesci come il tonno. Ma per uomini e anziani quali indicazioni si devono seguire? Perché alla fine dell'intervista, se si prende il caso del tonno, è difficile non ammettere che si tratta di un potenziale veleno per tutti che tralaltro, aggiungo io, si trova sul mercato a caro prezzo.



- *Roberto La Pira* hatto detto:
[19 marzo 2014 alle 12:31](#)

Enricodefinire il tonno un potenziale veleno non è corretto , stiamo parlando in ogni caso del tonno obeso che di solito non trova in pescheria dove si vende il pinna gialla che non risulta così ricco di mercurio



- *Carlo Enrico* hatto detto:
[19 marzo 2014 alle 18:13](#)

Capisco la sua risposta, ma si tratta più di un calcolo probabilistico, anche favorevole per il consumatore, che di una effettiva scelta. Mi spiego. Sabato ero al reparto pescheria del supermercato, vedo un bel trancio color marroncino di tonno fresco in vaschetta in offerta, lo compro e lo cucino con un bel sugo e spaghetti. Ecco, ora che tonno ho mangiato? Non era indicata provenienza, qualità e nient'altro. Probabilmente non era un tonno obeso, ma è giusto una probabilità, perché poteva anche esserlo. Con tutte queste variabili non controllabile, sinceramente da consumatore io preferisco ridurre al minimo e, quando possibile, evitare di comprare il tonno. Anche se so già che non rinuncerò ad avere una scatoletta in casa, che è sempre pratica e facile all'uso.



- *Roberto La Pira* hatto detto:
[19 marzo 2014 alle 19:20](#)

Enrico , la provenienza e il tipo di tonno devono essere indicati in etichetta! Il tonno obeso non si trova al supermercato glielo garantisco. In ogni caso se il consumo è saltuario o limitato non ci sono grossi problemi, l'intervista lo dice chiaramente. E poi le scatolette non sono implicate in questo discorso lo abbiamo scritto più volte perché la carne viene a tonni di medie dimensioni dove i livelli di mercurio sono entro i limiti. Questo lo dice anche il servizio delle Iene !



2. *ste* hatto detto:
[19 marzo 2014 alle 13:50](#)

cosa si sa della presenza di metilmercurio nel pesce da “allevamento” o acquacoltura?



3. *Lapo Strambi* hatto detto:
[23 marzo 2014 alle 22:23](#)

Vero che i pesci di medie dimensioni potrebbero essere meno ricchi di mercurio (ma dipende dove hanno vissuto e cosa hanno mangiato, non è così sicuro). Ma come si fa a dire con quali tonni si producono le scatolette? Generalmente si usa il *Katsuwonus pelamis* (skip jack o tonnetto striato) che è di piccole dimensioni, ma possono essere usati anche *Tunnus obesus* o *Tunnus albacares* di dimensioni ragguardevoli.

Resta valida la domanda circa i riferimenti a tali affermazioni relative all'assenza di *Tunnus obesus* nei nostri supermercati



- o [Roberto La Pira](#) hatto detto:
[24 marzo 2014 alle 11:26](#)

La pesca di tonno a pinne gialle nel mediterraneo è regolamentata e ci sono quote precise stabilite dall'UE. In genere viene catturato allevato e venduto a caro prezzo. In ogni caso si tratta si quote minime sul commercio . Per le scatolette si usano tonni di medie dimensioni.



4. [Lorenzo](#) hatto detto:
[25 marzo 2014 alle 15:52](#)

Il tonno in scatoletta non è tonno del Mediterraneo ma principalmente del Pacifico del Sud o eventualmente dell'Atlantico del Sud. Anche quello lavorato in stabilimenti in Italia proviene dal Pacifico. Quello del Mediterraneo che è di alta qualità viene comperato dai giapponesi che lo pagano molto bene e lo usano per il sushi e non va all'industria.



5. [Romeo](#) hatto detto:
[28 marzo 2014 alle 09:34](#)

Quindi, considerando che il tonno in scatola proviene molto spesso dal pacifico in zone di pesca che comprendono anche le coste del giappone, che garanzia abbiamo che non abbia contaminazione radioattiva con tutta l'acqua contaminata che fukushima ha sversato (e che continua a sversare ogni tanto). Se il tonno del mediterraneo è inquinato e quello in scatola non ci si può fidare, allora evitiamo completamente il tonno?



6. [Giovanni](#) hatto detto:
[2 aprile 2014 alle 17:41](#)

Sig La Pira,
il tonno obeso nel Mediterraneo non esiste, non è segnalata neanche una cattura accidentale di esemplari erranti....dunque come si può parlare di tonno obeso nel Mediterraneo?



- o [Roberto La Pira](#) hatto detto:
[3 aprile 2014 alle 19:27](#)

Giovanni ha ragione abbiamo fatto confusione il tonno obeso non vive nel Mediterraneo. Quello a cui si riferiva il commento è il tonno a pinne gialle. Le catture sono regolamentate e ci sono anche alcuni allevamenti.