

# Crudo, e alla spina

*Il latte dei distributori piace molto agli italiani.  
Ma lo si può bere senza rischi?* di Gianna Melis

## Sì

**Alexis Elias Malavazos, responsabile del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'IRCCS Policlinico San Donato:**

«Il latte crudo è una fonte importante di vitamine liposolubili e idrosolubili, in particolare vitamina A, C e D. Rispetto al latte pastorizzato ha una percentuale più alta di calcio biodisponibile e di proteine, più lattobacilli e sostanze anti-infettive, che stimolano il sistema immunitario. È dunque un alimento utile per la crescita dei ragazzi, che possono berlo senza problemi dai 3 anni in su. Il latte crudo è più saporito e più nutriente perché i grassi non sono omogenizzati, inoltre costa il 20-30% in meno di quello del supermercato. Acquistare il latte direttamente in allevamento riduce anche l'impatto ambientale: il contenitore di vetro si riutilizza più volte e si evita l'inquinamento dei camion per il trasporto. Può essere un'occasione per far scoprire ai bimbi da dove arrivano i prodotti che consumiamo tutti i giorni. Il latte "alla spina", oltre ad essere buono, è sicuro, perché per poterlo vendere nei distributori, i produttori devono sottostare a controlli sanitari molto più rigidi di quelli del latte destinato alla pastorizzazione. I distributori di latte alla spina, a garanzia del consumatore, riportano il nominativo, il recapito dell'azienda produttrice, il luogo di allevamento e di mungitura. Inoltre, sono dotati di un sistema di lavaggio interno automatico, e in caso di malfunzionamento l'erogazione del latte si blocca automaticamente. E siccome il latte crudo rappresenta un'importante fonte di reddito per l'allevatore, chi lo vende ha l'interesse a mantenerlo il più sano possibile, e in ottime condizioni gli animali che lo producono».

## No

**Alfredo Caprioli, dirigente di ricerca al Dipartimento di Sanità Pubblica Veterinaria e Sicurezza Alimentare dell'Istituto Superiore di Sanità:**

«Il latte crudo, a differenza di quello fresco pastorizzato, non viene sottoposto ad alcun trattamento termico per eliminare eventuali agenti patogeni. Molte persone lo considerano più gustoso, lo scelgono per una presunta superiorità nutrizionale rispetto a quello pastorizzato e perché è considerato a km 0. Ma chi beve il latte crudo spesso non ha la consapevolezza dei rischi ai quali può andare incontro. Le stalle non sono luoghi sterili e il latte, essendo molto nutriente, è un ambiente perfetto per far proliferare una moltitudine di batteri. Durante la mungitura può succedere che il latte sia contaminato da Salmonella, Campylobacter, Listeria o Escherichia Coli verocitotossici, e quando la contaminazione è elevata e la catena del freddo non viene rispettata le conseguenze possono essere serie. Gli Escherichia Coli patogeni, infatti, possono causare una grave diarrea, e producono una potente tossina che può condurre alla sindrome emolitico uremica (SEU), una malattia che compromette la funzionalità renale fino a portare alla morte. Il Campylobacter può causare forme di enterite anche gravi, e in rari casi artriti e sindromi neurologiche. Per questo, bambini, anziani e donne in attesa non dovrebbero bere il latte crudo. Il rischio zero non esiste, ma la pastorizzazione è una garanzia per il consumatore e non pregiudica le proprietà nutrizionali del latte. Al contrario la bollitura casalinga, che è raccomandata per il latte crudo, ne può compromettere le qualità nutrizionali».