



# Ministero della Salute

**SEZIONE SICUREZZA ALIMENTARE- CNSA (COMITATO NAZIONALE PER LA SICUREZZA ALIMENTARE)**

## **PARERE N. 15 DEL 4 FEBBRAIO 2016**

### *Parere sul rischio legato alla cancerogenicità delle carni rosse fresche e trasformate*

**Visto** l'abstract della monografia n. 114 (pubblicato su “*the Lancet Oncology*”) dell’Agenzia internazionale per la ricerca sul cancro (IARC/OMS) relativa alla valutazione della cancerogenicità della carne rossa trasformata e della carne rossa fresca;

**Considerato** che tale monografia sarà pubblicata integralmente nella seconda metà del 2016;

**Vista** la richiesta di parere inoltrata dalla Direzione generale per l’igiene e la sicurezza alimentare e la nutrizione (Prot. 0041113-P-30/10/2015) alla Sezione sicurezza alimentare del CNSA con la quale viene richiesto: “*approfondimento della tematica diffusa attraverso una pubblicazione dello IARC circa il rapporto carni trasformate e carni rosse fresche/ aumento dell’incidenza del tumore colon-rettale orientato ad una valutazione del rischio su base nazionale che tenga conto delle abitudini alimentari in Italia*”;

**Considerato** che i dati di supporto al lavoro dello IARC non sono stati ancora resi disponibili e che, al contrario, la loro necessaria conoscenza aiuterà a definire meglio il contesto delle variabili entro cui si inquadrano le conclusioni dello IARC stesso;

**Considerato che** l’effetto cancerogeno è, in particolare, da attribuire a metaboliti e sostanze che si formano in seguito a determinate modalità e abitudini di cottura e di trasformazione e lavorazione, tra cui: nitrati e nitriti che vengono anche aggiunti nel processo di trasformazione delle carni e insaccati a scopo conservativo (antibatterico); ammine eterocicliche (HCAs), e idrocarburi policiclici aromatici (PAHs), che, in particolare, si possono sviluppare nella cottura alla griglia o al barbecue e in tutti gli alimenti ricchi di proteine e grassi quando questi vengono cotti a temperature molto alte;

**Considerato** che l’insorgenza del cancro è un evento probabilistico e multifattoriale e coinvolge varie componenti di natura individuale (predisposizione genetica, stato ormonale), comportamentale (quali fumo, abitudini alimentari, stato nutrizionale, attività fisica) e ambientale (quali radiazioni solari, esposizioni professionali).

**Considerata** l’importanza della carne quale fonte proteica ad alto valore biologico, di aminoacidi, vitamine, sali minerali e metalli (in particolare ferro e zinco) nell’alimentazione umana e, soprattutto, in determinate fasce di età e/o stati fisiologici nonché in particolari condizioni di salute;

**Visti** gli esiti dell'attività istruttoria svolta nelle sedute del 4 novembre, 9 dicembre 2015 e 4 febbraio 2016, della Sezione per la sicurezza alimentare- CNSA;

**Considerato** che lo stesso IARC invita i singoli Paesi a condurre una valutazione del rischio sulla base delle abitudini alimentari del loro territorio;

**Considerato che** in generale le abitudini alimentari sono parte della cultura di un dato popolo;

**Tenuto conto** delle specifiche abitudini alimentari italiane e del modello alimentare tradizionalmente seguito dalle popolazioni del bacino del Mar Mediterraneo, basato sul consumo diffuso ed equilibrato di cereali, frutta, verdura, legumi, frutta secca, olio d'oliva, moderato consumo di vino nell'età adulta e alternanza delle diverse proteine animali (pesce, carni bianche e rosse, latte e formaggi, uova);

**Tenuto conto** degli orientamenti assunti dagli altri Stati membri costituenti l'Unione europea, consultati per il tramite del *focal point* italiano;

#### Il Comitato Nazionale per la Sicurezza Alimentare: Sezione I (Sicurezza alimentare)

### **PRESO ATTO**

Che la classificazione dello IARC della carne rossa fresca come “probabilmente cancerogena” e trasformata come “sicuramente cancerogena” descrive la forza di un'evidenza scientifica riguardante un agente riconosciuto come fattore oncogeno.

### **RITIENE**

Che il tumore al colon-retto, come tutte le neoplasie, sia il risultato di più fattori e sia innescato dall'interazione tra ambiente, stile di vita e genetica; che, in questo quadro generale, risultino particolarmente rilevanti: eccesso ponderale, sedentarietà, scarso consumo di fibre, l'eccesso di calorie nella dieta, lo stile di vita nel suo complesso, compreso quello alimentare.

Che sia necessario esaminare la monografia nel dettaglio nel momento in cui sarà pubblicata.

### **RACCOMANDA**

- di seguire un regime alimentare vario, ispirato al modello mediterraneo, evitando l'eccessivo consumo di carne rossa, sia fresca che trasformata;

- di prestare particolare attenzione alle modalità di preparazione e cottura degli alimenti, limitando, in particolare, cotture alla griglia ad alte temperature e frittiture;

- di seguire un'alimentazione che comporti una riduzione dell'apporto di grassi e proteine animali e favorisca invece l'assunzione di cibi ricchi di vitamine e fibre, che possa prevenire anche le malattie cardiovascolari oltre che quelle tumorali. Nella frutta e nella verdura, infatti, oltre alle fibre, si trovano in misura variabile vitamine e altri componenti essenziali, il cui insieme ha un riconosciuto potere protettivo;

- di mantenere un peso corporeo corretto durante l'arco della vita e svolgere regolarmente esercizio fisico;

*In conclusione, una sana alimentazione associata a uno stile di vita attivo rappresenta uno strumento valido per la prevenzione, la gestione e il trattamento di molte malattie. Un regime dietetico adeguato ed equilibrato non solo garantisce un apporto ottimale di nutrienti, in grado di soddisfare i fabbisogni dell'organismo, ma permette anche di ricevere sostanze che svolgono un ruolo preventivo e/o protettivo nei confronti di determinate condizioni patologiche.*

IL PRESIDENTE DEL CNSA

F.to Prof. Giorgio Calabrese

IL SEGRETARIO

Direttore dell'Ufficio IV ex- SNVR

F.to D. ssa Rossana Valentini

VISTO

IL DIRETTORE GENERALE DGOCTS

F.to Dr.ssa Gaetana Ferri