
Il dilemma dell'acqua minerale

Autore: Gabriele Amenta

Fonte: Città Nuova

Come verificare la bontà dell'acqua in bottiglia secondo la tabella dell'idrologo francese Vincent.

Acqua minerale o acqua del sindaco? È un bel dilemma, complesso e di non facile soluzione. Investe la salute, il portafoglio, lo spreco di risorse. Non esiste una soluzione univoca. Per verificare la bontà di un'acqua minerale, controllate su Internet la tabella di Vincent, un idrologo francese che, tra l'altro, mette in correlazione la quantità di sostanze disciolte nell'acqua, la conducibilità elettrica che leggiamo nelle etichette delle acque minerali e gli effetti sull'organismo. Più bassa è la conducibilità più basso è il contenuto di sali e metalli disciolti nell'acqua che bene non fanno mai.

Tra le migliori acque minerali secondo questo criterio sarebbero, ne citiamo in ordine le prime dieci: Lauretana, Plose, Amorosa, Alpi Cozie, Surgiva, Norda, S. Bernardo, S. Anna, Mangiatorella e Geraci. E, comunque, tutte le acque minerali che hanno una conducibilità elettrica inferiore a 130 hanno un effetto depurativo ottimale. L'acqua potabile del mio rubinetto, a Roma, arriva a quota 500, vuol dire una più alta presenza di metalli.

Le controindicazioni nell'uso dell'acqua minerale sono, a parte il costo: la confezione in plastica, denominata Pet sulle bottiglie, e la data di imbottigliamento. Se un'acqua proveniente da una sorgente dal Nord Italia deve fare 1500 chilometri per essere distribuita al Sud, si può verificare, per l'esposizione a fonti di calore e al sole, che la plastica rilasci delle sostanze che si sciolgono nell'acqua alterandone la purezza. Per non parlare dell'impatto ambientale della plastica, del consumo di carburante e della produzione di anidride carbonica. Comprate, insomma, quelle imbottigliate più vicine a voi o a chilometro zero. Meglio ancora se in bottiglie di vetro.

Inoltre, se notate bene, dalle etichette delle acque minerali è stata tolta la data di imbottigliamento ed è rimasta solo la data di scadenza; questo perché un consumatore avrebbe potuto preoccuparsi di una bottiglia di acqua minerale imbottigliata anche fino a due anni fa. Non sappiamo più quanto tempo è passato e come può essere cambiata, nel frattempo, la composizione dell'acqua. Inoltre, anche usassimo l'acqua minerale per bere, resta aperta la questione dell'acqua usata per cucinare e per lavare i cibi. Torneremo sull'argomento anche nel blog *In stile sobrio*.