



Lo rivela una ricerca su “Waste and Biomass Valorization” condotta dall’Università di Firenze insieme all’Ateneo di Udine



Firenze,
14 aprile 2021 - Gli omega-3, come da tempo documenta la scienza dell'alimentazione, sono un importante alleato della nostra salute. Questi acidi grassi polinsaturi permettono il mantenimento di alcune funzioni metaboliche e la risoluzione di processi infiammatori di varia natura. L'organismo umano ne sintetizza in minima parte: per questo per soddisfarne il fabbisogno occorre un'alimentazione che contenga, ad esempio, il pesce o, più in generale, i prodotti ittici.

Nuove acquisizioni in questo campo vengono da uno studio sulla pelle della trota iridea, pubblicato su “Waste and Biomass Valorization” dal gruppo di ricerca di Acquacoltura del Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agrarie, Alimentari, Ambientali e Forestali (Dagri) dell’Università di Firenze, in collaborazione con l’Università di Udine [“Rainbow Trout (*Oncorhynchus mykiss*) Skin as Potential n-3

Fatty Acid Source” <https://doi.org/10.1007/s12649-021-01384-3>].

Il team ha scoperto che la pelle della trota iridea contiene una percentuale maggiore di omega-3 rispetto agli stessi filetti del pesce e potrebbe essere rivalutata ai fini alimentari.

“Le autorità sanitarie mondiali - spiega la responsabile del gruppo di ricerca Giuliana Parisi, docente di Acquacoltura nell’Ateneo fiorentino - raccomandano l’assunzione per individuo adulto di circa 500 mg al giorno di omega-3, in particolare dell’acido eicosapentaenoico (EPA) e docosaesaenoico (DHA): l’equivalente a 3,5 g a settimana. Tale quantità è generalmente associata al consumo di circa 2-3 porzioni da 100 g di pesce”.

Molte specie di pesce non sono in grado di produrre ex novo gli acidi grassi EPA e DHA e devono pertanto introdurli con la dieta per poi accumularli nei loro tessuti. Circa il 60% dell’ammontare complessivo della produzione di prodotti ittici destinati al consumo umano deriva dall’acquacoltura, che, a sua volta, dipende dalle risorse naturali per l’approvvigionamento degli ingredienti più nobili dei mangimi, la farina e l’olio di pesce, fonte principale di omega-3 nella dieta dei pesci allevati.

“Negli ultimi 30 anni, a causa del depauperamento degli stock ittici naturali, gli ingredienti di origine marina sono stati fortemente ridotti e sono stati sostituiti con fonti proteiche (farine) e oli di origine vegetale. Questo cambiamento nei mangimi ha fatto sì che il contenuto di omega-3 nel pesce allevato si sia nel tempo ridotto: nel prossimo futuro non solo dovremo far fronte alla richiesta di alimenti di origine animale (soprattutto pesce) da parte di una popolazione mondiale crescente, ma ci ritroveremo anche con alimenti di minor qualità nutrizionale”, precisa la ricercatrice UniFi Giulia Secci, fra gli autori dello studio insieme ai giovani studiosi Leonardo Bruni e Yara Husein, e a Francesca Tulli, docente a Udine.

Per aumentare l’approvvigionamento di EPA e DHA la strada sembra essere quella

della valorizzazione dei sottoprodotti e della prevenzione dello spreco alimentare. Per questo lo studio in questione si è posto l'obiettivo di caratterizzare il profilo in acidi grassi della pelle di trota iridea (*Oncorhynchus mykiss*) alimentata con fonti proteiche alternative (farina di larve dell'insetto *Hermetia illucens*).

“La pelle di trota - commenta Giuliana Parisi - è una fonte preziosa di omega-3: il contenuto medio di omega-3 trovato in essa ammonta al 25% degli acidi grassi totali, a fronte del 15% contenuto nei filetti degli stessi animali. E la cosa più importante è che questa percentuale di omega-3 tende a restare costante nella pelle, a prescindere dalla dieta somministrata agli animali”.

“È doveroso dunque - conclude Parisi - rivedere le nostre abitudini alimentari e valorizzare questa parte ‘non nobile’, ma estremamente ricca del pesce, per evitare di gettare nel cestino nutrienti essenziali come gli acidi grassi, nonché il lavoro quotidiano di chi si impegna ad aumentare la sostenibilità del settore acquacolturale”.