

Quanto dura l'acqua in bottiglia? La verità sulla scadenza e i possibili pericoli

Avete mai fatto caso alla data di scadenza riportata sulle bottiglie di plastica dell'acqua minerale? La dicitura che compare è di norma la seguente: «TMC giorno/mese/anno», ad es. «TMC 04/09/26». La sigla TMC sta per **Termine Minimo di Conservazione** ed è la data fino alla quale un prodotto alimentare mantiene intatte le sue proprietà specifiche (gusto, consistenza, ecc.) se conservato in modo adeguato. La sigla TMC sta ad indicare «**da consumarsi preferibilmente entro**» e si differenzia da un'altra dicitura sui prodotti alimentari che identifica invece una scadenza netta con un termine perentorio, entro il quale l'alimento va assolutamente consumato pena una modifica non solo delle caratteristiche di gusto, colore e consistenza, ma anche di salubrità dal punto di vista microbiologico, divenendo dunque soggetto a crescita di muffe e batteri. **Se leggiamo «scade il...» allora si tratta di un alimento fresco** e facilmente deperibile, come latte, yogurt, uova, ecc. In questi casi bisogna essere più rigorosi nel rispettare fedelmente la data di scadenza. Ma non va sottovalutato neppure il Termine Minimo di Conservazione.

La scadenza non riguarda l'acqua

L'acqua in bottiglia è una scelta pratica e comune per molti, tuttavia pochi consumatori si interrogano sulla **durata di conservazione dell'acqua in bottiglie di plastica**. La scadenza indicata sulle bottiglie di acqua non riguarda tanto l'acqua stessa quanto il contenitore. L'acqua pura, se non è addizionata di aromi o altre sostanze, non ha nessuna scadenza, in quanto non contiene componenti organici che possano decomporsi. Tuttavia, il contenitore in cui è conservata, se è di plastica, può influire sulla sua qualità nel tempo. In sostanza **l'acqua scade a causa della deperibilità del contenitore utilizzato**. In base al materiale utilizzato per conservare e trasportare l'acqua, dopo un certo periodo di tempo, la bottiglia può rovinarsi e contaminare il contenuto mettendo a rischio la salute delle persone.

La scadenza dell'acqua in bottiglia di plastica dipende dal **tipo di polimero con cui è stato realizzato il contenitore**, solitamente il PET (polietilene tereftalato). In ogni caso, generalmente, l'acqua minerale nelle bottiglie di plastica scade entro 1 o 2 anni. Si tratta di un tempo abbastanza lungo, ma bisogna considerare il momento in cui la bottiglia è stata fabbricata e quello in cui è avvenuto l'imbottigliamento dell'acqua di sorgente. Pertanto, è consigliabile consumare l'acqua alcuni mesi prima della effettiva data di scadenza presente sulla confezione, a scopo precauzionale e preventivo. Troverete una **scadenza anche nelle bottiglie di acqua minerale in vetro**, ma in questo caso possiamo anche ignorare questa data, dal momento che il vetro è dotato di inerzia chimica, quindi rimane inalterato nel tempo, non rilascia sostanze ed è impermeabile ai gas e ai microrganismi.

Quanto dura l'acqua in bottiglia? La verità sulla scadenza e i possibili pericoli

Le bottiglie di plastica possono rilasciare nel tempo delle sostanze chimiche tossiche nell'acqua, come **antimonio** o **ftalati**, specialmente se esposte a calore o luce solare diretta. Questo determina ovviamente un'alterazione del gusto e della sicurezza dell'acqua. Altro elemento da considerare è **la tenuta del tappo**: un tappo che non sigilla perfettamente può permettere l'ingresso di aria e contaminanti, compromettendo la purezza dell'acqua. Infine anche l'acqua conservata in ambienti molto caldi e umidi può subire alterazioni nel sapore e nella qualità.

Quanto dura l'acqua in bottiglia aperta?



Non esiste una precisa scadenza dell'acqua in bottiglia aperta: quella riportata dal produttore si riferisce solo al contenitore. In genere, dopo l'apertura della bottiglia in plastica o in vetro abbiamo tutti l'abitudine di berne il contenuto nel giro di poche ore, ma nel caso in cui invece la bottiglia d'acqua rimanga aperta per alcuni giorni, occorre prestare molta attenzione poiché potrebbe essere intervenuta a questo punto una contaminazione da numerose sostanze potenzialmente dannose per la salute, come **batteri, polveri o altro**. La

cosa più prudente che si possa fare in questi casi è gettarla via e non consumarla.

Consigli per una conservazione sicura

Alla luce delle informazioni che abbiamo a disposizione, possiamo dunque elencare ora alcuni consigli pratici di utilità nella conservazione e uso dell'acqua in bottiglia.

1. **Conservare le bottiglie di plastica in un luogo fresco, asciutto** e al riparo dalla luce solare diretta per evitare la degradazione del materiale.
2. **Evitare l'eccesso di calore:** non lasciare le bottiglie in auto o in ambienti caldi, poiché le alte temperature accelerano il rilascio di sostanze chimiche.
3. **Controllare la data di scadenza:** sebbene l'acqua non scada, è consigliabile consumarla entro la data indicata per avere la garanzia di massima qualità e sicurezza.
4. **Utilizzo di bottiglie riutilizzabili:** è possibile anche prendere in considerazione il travaso e l'uso di bottiglie riutilizzabili in materiali come vetro o acciaio inossidabile, che non rilasciano sostanze nocive e riducono l'impatto ambientale.

Da ultimo, ma forse il consiglio più importante di tutti: è bene **non utilizzare le bottiglie in modo improprio** rispetto a quello per cui sono destinate, ovvero per contenere liquidi riscaldati (es. latte) o per **conservare alimenti acidi a forte potere** estraente come il succo di pomodoro, di arancia e di limone. In questi casi il risultato sarebbe un vero e proprio disastro, con la presenza di ingenti quantitativi di ftalati e microplastiche all'interno dell'alimento.



Gianpaolo Usai

Educatore Alimentare, ha conseguito nel 2014 il Diploma di Nutrizione presso il College of Naturopathic Medicine (UK). Fondatore di ciboserio.it, il portale sulla spesa sana e l'educazione alimentare. Si occupa dello sviluppo di progetti di educazione alimentare in tutta Italia.