

Salubrità dei prodotti agroalimentari, ecco cosa si può mettere in etichetta

La data ultima è il 13 dicembre; dopo di che, ogni indicazione in etichetta, promozione o pubblicità di proprietà sulla salute degli alimenti – qualora non adeguatamente supportata da basi scientifiche – sarà bandita. E sanzionabile dalle Autorità nazionali per la concorrenza e il mercato, come la nostra Antitrust.

Già in passato l'Autorità Garante – pur in assenza di una regolamentazione in senso stretto – si era basata sulle opinioni dell'Agenzia Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA) per emettere multe anche salate ad alcuni gruppi alimentari. I messaggi esclusi dal regolamento 432/2012 – che ne ha accolti positivamente ben 222 – non potranno essere utilizzati da chi commercializza alimenti. Questa norma riguarda ovviamente anche chi fa vendita diretta, come ad esempio nello spaccio aziendale o tramite mercati degli agricoltori.

Per l'olio extravergine di oliva sono permesse indicazioni positive sia per i suoi polifenoli in grado di svolgere attività antiossidante (ma bisogna sincerarsi che il singolo prodotto, in una quantità che è ragionevole consumare in un giorno, ne possieda livelli sufficienti), sia per i grassi monoinsaturi, qualora sostituiti ai grassi saturi.

Lo stesso vale per gli omega 3 del pesce, nel dettaglio del DHA (“contribuisce al mantenimento della normale funzione cerebrale”) e insieme all'EPA (“L'EPA e il DHA contribuiscono alla normale funzione cardiaca”). Avena, crusca di avena, orzo – così come prodotti di cui questi cereali costituiscono la base – potranno recare indicazioni circa i betaglucani (“I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue”).

Per la carne e pesce, inoltre, si potrà utilizzare regolarmente l'indicazione “Se consumati con altri alimenti contenenti ferro, la carne o il pesce contribuiscono al miglioramento dell'assorbimento del ferro”; per lo yogurt (o meglio i suoi fermenti lattici), “Nei soggetti che mal digeriscono il lattosio, i fermenti vivi nello yogurt o nel latte fermentato migliorano la digestione del lattosio contenuto nel prodotto”; le fibre di vari cereali sono poi riconosciute nelle loro funzioni a supporto di un corretto svolgimento delle attività di transito intestinale. Le noci inoltre “contribuiscono al miglioramento dell'elasticità dei vasi sanguigni”.

Vari poi i riferimenti a vitamine e sali minerali nelle loro acclamate azioni positive: calcio, fosforo, cromo, ferro, ma anche oligoelementi come lo iodio. Tra le indicazioni più interessanti di questo gruppo (a mero titolo esemplificativo e non esaustivo), quelle sulla vitamina C: “La vitamina C contribuisce al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario durante e dopo uno sforzo fisico intenso”; “La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione della pelle”; “La vitamina C contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso e alla normale funzione psicologica”, “La vitamina C contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo”; “La vitamina C contribuisce alla riduzione della stanchezza e

Gli imprenditori agricoli che effettuano vendita diretta, sotto la propria responsabilità e previa analisi per garantire il contenuto adeguato dei nutrienti di cui all'allegato del reg. 432/2012, potranno quindi promuovere al meglio i prodotti con i messaggi sulla salute autorizzati.