

Nuovo regolamento europeo, “senza sale aggiunto” può andare in etichetta

In base al regolamento 1924/2006 su indicazioni salutistiche in etichetta, alimenti come biscotti o torte con una diminuzione del tenore di grassi saturi del 30%, potevano fino ad oggi aggirare la disposizione senza migliorare il prodotto finale. E indicare in etichetta “a ridotto contenuto di grassi saturi”. Il trucco? Sostituire i grassi saturi, non certo salubri per le arterie, con grassi trans, ben peggiori e meno costosi da reperire. Una tentazione troppo forte insomma per alcune industrie se la Commissione Europea ha deciso di legiferare in materia. E questa è la buona notizia.

Ma cosa prevede il nuovo regolamento? Tre diverse modifiche alle possibilità di etichettatura nutrizionale. Intanto, l'indicazione “a tasso ridotto di grassi saturi” e indicazioni equivalenti sono consentite solo se la somma di grassi saturi e dei grassi trans è minore almeno del 30% alla stessa somma in un prodotto analogo; fin qui, nulla di nuovo (era già presente tale disposizione nel regolamento 1924). La novità è che questo potrà essere fatto solo se a sua volta il contenuto in acidi grassi trans del prodotto riportante l'indicazione è uguale o inferiore a quello rintracciabile in un prodotto analogo. Quindi è vietato fare inganni di sostituzione di grassi trans al posto di grassi saturi.

Certo, il reg. 1924 presenta altre “falle”. Ad esempio, quella che un alimento può fregiarsi del titolo di “a ridotto contenuto di grassi saturi” se non supera 1,5 g/100 g (una soglia bassa). Salvo poi consentire fino ad oggi, in un confronto generico tra prodotti analoghi sul mercato (una media dei loro rispettivi valori di grassi saturi) di poter illustrare la salubrità del prodotto “riformulato”, indicando che appunto è “a tasso ridotto di grassi saturi”. La domanda che ci si pone è: ma i consumatori sono in grado di apprezzare la differenza tra un “a tasso ridotto di grassi saturi” e un ben più stringente “a ridotto contenuto di grassi saturi”?

La seconda novità del regolamento riguarda la possibilità di indicare “senza sale aggiunto” (o sodio) nei prodotti, in modo da orientare i consumatori a scelte più sane. Il sale è infatti responsabile silenzioso di malattie cardiovascolari. Programmi di salute pubblica volti alla diminuzione del sale hanno dimostrato successo in Gran Bretagna, e i produttori sono stati parte in causa nella riformulazione dei prodotti, allineandosi faticosamente. Giusto quindi consentire a imprese che investono in tali programmi e di vantare la nuova caratteristica merceologica dei loro alimenti, e a i consumatori di poter scegliere. Unico limite: tale indicazione potrà essere usata solamente se il prodotto finale non supera lo 0,12 grammi /100 grammi di sodio.

La terza ed ultima novità riguarda lo zucchero. L'indicazione “a tasso ridotto di zuccheri” oggi può essere usata anche da coloro che abbassano la quantità di zuccheri nel prodotto finale del 30%, ma magari lo sostituiscono con grassi, per mantenere sapore ed appetibilità, senza incorrere in costi esagerati. Per motivi di salute pubblica, e per rendere maggiormente consapevole il consumatore circa la salubrità delle proprie scelte, anche in questo caso la Commissione

energetico pari o più basso di quello iniziale non riformulato.

Il problema però è che in questo modo non si vieta di fatto la sostituzione totale di zuccheri con grassi, che potrà sempre avvenire sebbene in proporzioni minori; semplicemente la si regola puntando sul contenuto calorico totale. Un esempio? Per un prodotto con 30 grammi di zuccheri e 10 grammi di grassi iniziali (210 calorie totali), che arrivi a 20 grammi di zuccheri in seguito a riformulazione (-33%, quindi adeguato per indicazione in etichetta); si potrà sostituire tali 10 grammi “mancanti” aggiungendo 3-4 grammi di grassi in più (9 calorie a grammo contro le 4 dei carboidrati zuccheri compresi), per il totale delle calorie compreso tra 197 e 206 (sotto o pari al valore del prodotto prima della riformulazione).

Il prodotto finale avrà quindi 20 grammi di zuccheri, ma 13-14 grammi di grassi: per vantarsi di diminuire gli zuccheri del 30%, le imprese possono aumentare anche del 40% i grassi! Un paradosso. E pensare che la Commissione con questo Regolamento doveva emendare falle e storture. Necessità indicata dalla Commissione con un sibillino: “L’applicazione di condizioni più rigorose, che impongano una diminuzione del contenuto energetico corrispondente alla riduzione degli zuccheri, sarebbe possibile solo per un numero assai esiguo di prodotti, il che limiterebbe considerevolmente l’uso di tale indicazione”.