IL PUNTO COLDIRETTI
GIORNALE DI INFORMAZIONE PER LE IMPRESE DEL SISTEMA AGROALIMENTARE
[www.ilpuntocoldiretti.it]

Vitamina C e benefici, come metterlo in etichetta?

Vitamina C e proprietà di salute riconosciute ufficialmente: che fare con i prodotti agricoli e in etichetta?
Tutti i produttori agricoli che intendono dare ai consumatori indicazioni sul contenuto di vitamina C dei propri prodotti venduti direttamente (tramite etichetta, cartelloni su punto vendita o varie forme di pubblicità), possono farlo a norma dell'Allegato contenuto nel Regolamento CE 1924/2006.

In particolare, potranno indicare che il proprio/i prodotto/i sono "Fonte di Vitamina C" se l'alimento/porzione di alimento venduto contiene almeno il 15% della dose giornaliera raccomandata della vitamina; o anche "Ad alto contenuto di vitamina C" se l'alimento/porzione di alimento venduto contiene almeno il 30 % della dose giornaliera raccomandata della vitamina.

Nel diffondere le valutazioni di alcuni messaggi salutistici "generici" (ovvero non riferiti ad alimenti specifici e brevettati), l'Agenzia Europea per la Sicurezza Alimentare ha recentemente approvato ben 6 possibili utilizzazioni di messaggi salutistici, relativi ad aspetti anche meno noti della vitamina C e quindi agli alimenti che ne sono ricchi.

I messaggi salutistici approvati dall'Efsa - che evidenziano una relazione tra assunzione di vitamina C ed effetto sulla salute - potranno essere vantati sugli alimenti o sulle fonti alimentari che forniscono quantità di vitamina C come previste dal regolamento 1924/2006, quindi assumibili nell'ambito di una dieta ordinaria ricca di frutta e verdura. La popolazione di riferimento è la quella generale, senza quindi riferirsi a sottogruppi con particolari fabbisogni.

Coldiretti ha chiesto chiarimenti sia all'Agenzia che alla Commissione Europea, per capire quando i vanti potranno essere utilizzati in modo conforme alle disposizioni legislative; in gioco, la possibilità dei produttori di indicare non solo quindi il contenuto di vitamina C, ma pure gli effetti positivi sulla salute.

La Commissione ha rilasciato una dichiarazione a Coldiretti in base alla quale i produttori agricoli, prima di poter promuovere i propri prodotti facendo riferimento alle proprietà della vitamina - magari in etichetta o su altri supporti (volantini, cartelloni, eccetera) - dovrebbero attendere un atto formale di recepimento da parte della stessa Commissione, tramite un registro che contiene tutte le indicazioni sulla salute riferite ad alimenti/ingredienti finora approvate. Ma le disposizioni contenute nel reg. 1924/2006 sembrano diverse perché consentirebbero un uso immediato di tali vanti. La questione è ancora aperta.

Se il mantenimento delle normali funzioni del sistema immunitario viene sintetizzata nel messaggio "il prodotto X è una ricca fonte di vitamina C, che svolge attività immunostimolanti", fino a poco tempo fa poca non c'era un'evidenza conclusiva su ruolo questo, e i ricercatori non

- Una relazione positiva anche tra assunzione di vitamina C e ridotta stanchezza e fatica (claim: “la vitamina C rinforza il corpo e la salute fisica”). Recenti studi vanno nella direzione di legare la risposta immunitaria ad un consumo energetico e più in generale ad uno stress fisico. Uno dei percorsi di azione della vitamina C coerenti con la modulazione della risposta immunitaria riguarda, di converso, la diminuita sensazione di stanchezza.
- Le proprietà rigeneranti della vitamina C sulla forma ridotta della vitamina E (effetti sinergici tra antiossidanti).
- Una relazione positiva tra vitamina C e normali funzioni psicologiche.
- Una relazione positiva tra vitamina C e corretto metabolismo energetico.
- Una relazione positiva tra vitamina C e protezione dal danno ossidativo su DNA, proteine e lipidi.

Già a livello di “farmacopea popolare” o semplice buonsenso si ipotizzavano tante virtù della vitamina C. Oggi, ci sono certezze in più, e soprattutto,una maggiore chiarezza sui precisi effetti attesi. Si attendono ora i pareri della Commissione Europea, assistita dal Comitato Permanente per la Catena alimentare che, composto da rappresentanti dei 27 stati membri, può sfidare il parere dell’Efsa sulla base di considerazioni relative alla gestione del rischio.

In base all’articolo 17 del reg. 1924/2006, entro tre mesi dal ricevimento del parere dell'Autorità, la Commissione presenta al Comitato Permanente per la Catena alimentare un progetto di decisione relativo agli elenchi delle indicazioni sulla salute consentite, tenuto conto del parere dell'Autorità, di ogni disposizione pertinente del diritto comunitario e di altri fattori legittimi pertinenti alla questione considerata. Se il progetto di decisione non è conforme al parere dell'Autorità, la Commissione motiva le divergenze. Il richiedente/utilizzatore o altro cittadino può rivolgere osservazioni alla Commissione entro trenta giorni dalla pubblicazione.