

Vanti salutistici, l'Efsa bacchetta le pubblicità ingannevoli

Soddisfatti o rimborsati, recita un celebre slogan pubblicitario di un prodotto che vanta proprietà salutistiche per il corretto funzionamento intestinale. Non molto soddisfatta sembra essere l'Agenzia Europea per la Sicurezza Alimentare, che continua, nelle sue valutazioni, a opporre decisi rifiuti ai vantii salutistici dei prodotti probiotici. Oltre a quelli della Danone (tra cui quello reclamizzato dallo slogan precedente), anche i bifidobatteri contenuti nei prodotti della Topfer sono stati ritenuti non relazionabili ad un incremento del funzionamento dei batteri intestinali nei bambini.

In entrambi i casi, gli studi prodotti a supporto di tali vantii sono stati ritenuti insufficienti dal gruppo di lavoro scientifico sull'alimentazione di Efsa, sia perché non è stato possibile stabilire una relazione di causa ed effetto fra il consumo di tali batteri nelle quantità presenti nei prodotti in corrispondenza al loro consumo previsto, sia per una non comprovata corrispondenza fra i ceppi batterici utilizzati negli studi e quelli su cui i vantii si baserebbero.

Si tratta solo di alcuni dei numerosi rifiuti di Efsa relativi alle pretese salutistiche dei probiotici. E non molto soddisfatti, in realtà, risultano essere anche diversi nutrizionisti e ricercatori, come Bob Rastall (dirigente del Food and Nutritional Science della Reading University - UK), che accusa l'Agenzia di utilizzare una definizione di prebiotici e probiotici ormai superata e non condivisa dagli esperti.

Secondo una definizione più recente e largamente condivisa prebiotico è "un ingrediente fermentato in maniera selettiva che risulta produrre specifici cambiamenti nella composizione e azione dei microorganismi intestinali". Tali cambiamenti sarebbero benefici per la salute in molti casi, in maniera non rilevabile dagli attuali parametri di Efsa.

Rivalutazione, questa, che tuttavia, a detta degli stessi esperti, non esclude la necessità per l'Agenzia di tutelare i consumatori da un certo tipo di industria, che cerca di mettere commercio come probiotico ciò che in effetti non lo è. Una situazione alquanto confusa, quindi, soprattutto per il consumatore, che si ritrova preso in mezzo fra slogan potenzialmente ingannevoli e standard qualitativi poco chiari.

Di certo si sa che gli integratori non sono l'unico mezzo conosciuto per l'assunzione di queste sostanze. Alcuni dei probiotici riconosciuti come maggiormente efficaci sono infatti naturalmente contenuti in cibi senza particolare elaborazione industriale. Come i fruttoligosaccaridi, abbondanti in cereali, vegetali e frutta, o gli importantissimi lattobacilli o fermenti lattici vivi, presenti in yogurt, e altri fermenti contenuti in latte e formaggi vari, tra cui spiccano Parmigiano Reggiano e Grana Padano. Fondamentale quindi, secondo Coldiretti, che il consumatore sia informato sui benefici che una alimentazione consapevole e orientata alla produzione diretta può portare.