

ETICHETTATURA ALIMENTARE E SICUREZZA

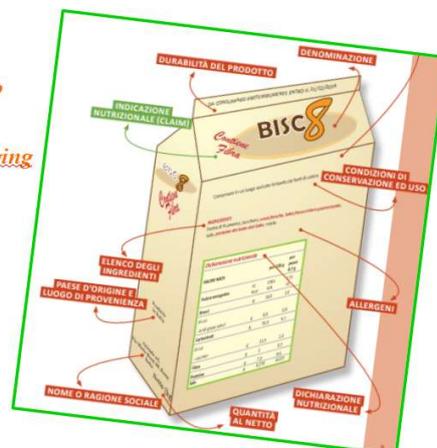
L'etichetta è considerata la "carta di identità" di un alimento

Il Regolamento (UE) 1169/2011 stabilisce le informazioni che le aziende devono obbligatoriamente inserire sull'etichetta

Per rendere accattivante il prodotto è possibile aggiungere informazioni sul packaging

Tra le informazioni obbligatorie troviamo:

- la denominazione dell'alimento
- l'elenco degli ingredienti e la quantità di alcuni
- l'indicazione di qualsiasi sostanza che provochi allergie o intolleranze
- la quantità netta dell'alimento
- il termine minimo di conservazione o la data di scadenza;
- le condizioni particolari di conservazione e/o condizioni di impiego
- il paese di origine o luogo di provenienza, ove previsto
- la dichiarazione nutrizionale



*Etichettatura degli alimenti, cosa dobbiamo sapere
Ministero della Salute, 2021*

NUOVA ETICHETTATURA E SICUREZZA NUTRIZIONALE

a cura dei Dietisti USL Umbria 1

L'etichetta è "qualunque marchio commerciale o di fabbrica, segno, immagine o altra rappresentazione grafica scritto, stampato, stampigliato, marchiato, impresso in rilievo o a impronta sull'imballaggio o sul contenitore di un alimento o che accompagna tale imballaggio o contenitore." (Art. 1 Reg. 1169/2011)

E' sempre più forte l'interesse e la sensibilità dei consumatori in merito alla qualità, provenienza e composizione dei prodotti alimentari. Per questo è fondamentale l'etichetta.

L'etichetta è stata definita la "carta di identità" di ogni prodotto alimentare e le aziende sono obbligate ad inserire diverse informazioni.

Attenzione: le aziende possono aggiungere, volontariamente, altre informazioni al packaging rendendolo più accattivante per attirare il consumatore.

Il Regolamento (UE) 1169/2011 stabilisce le informazioni che devono essere obbligatoriamente presenti sull'etichetta del prodotto alimentare. Alcune di queste sono successivamente riprese e commentate.

1. *la denominazione dell'alimento;*
2. *l'elenco degli ingredienti;*
3. *l'indicazione di qualsiasi sostanza che provochi allergie o intolleranze;*
4. *la quantità di taluni ingredienti;*
5. *la quantità netta dell'alimento;*
6. *il termine minimo di conservazione o la data di scadenza;*
7. *le condizioni particolari di conservazione e/o condizioni di impiego;*
8. *il nome o ragione sociale e l'indirizzo dell'operatore del settore alimentare responsabile del prodotto e della sua sicurezza;*
9. *il paese di origine o luogo di provenienza, ove previsto;*

10. *le istruzioni per l'uso, per i casi in cui la loro omissione renderebbe difficile un uso adeguato dell'alimento;*
11. *per le bevande che contengono più di 1,2% di alcol in volume, il titolo alcolometrico volumico effettivo;*
12. *una dichiarazione nutrizionale.*

1) Accanto alla **denominazione dell'alimento** deve essere indicato lo stato fisico nel quale si trova il prodotto o il trattamento che ha subito (esempio in polvere, congelato, liofilizzato, scongelato).

2) L'**elenco degli ingredienti** è l'elenco di tutte le sostanze impiegate nella produzione, *in ordine decrescente di peso*. Questo permette di scegliere prodotti qualitativamente migliori.

3) Una delle novità più rilevanti riguarda l'obbligo dell'indicazione delle sostanze che possono dare allergia, i così detti **allergeni** che devono essere segnalati con un carattere di stampa diverso per dimensioni, stile o colore, in modo da renderlo rapidamente visibile.

Ai sensi del Regolamento UE 1169/2011 gli allergeni sono 14

- *Cereali contenenti glutine: grano, segale, orzo, avena, farro*
 - *Crostacei e prodotti a base di crostacei*
 - *Uova e prodotti a base di uova*
 - *Pesce e prodotti a base di pesce*
 - *Arachidi e prodotti a base di arachidi*
 - *Soia e prodotti a base di soia*
 - *Latte e prodotti a base di latte*
 - *Frutta a guscio: mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia e i loro prodotti*
 - *Sedano e prodotti a base di sedano*
 - *Senape e prodotti a base di senape*
 - *Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo*
 - *Anidride solforosa e solfiti*
 - *Lupini e prodotti a base di lupini*
 - *Molluschi e prodotti a base di molluschi*

6) Occorre distinguere tra la **data di scadenza e il termine minimo di conservazione** (TMC) per evitare di gettare prodotti che sono ancora commestibili e ridurre gli sprechi. La data di scadenza indica il limite oltre il quale il prodotto NON deve essere consumato. Il TMC indica che alcune caratteristiche, come sapore e odore, possono essere modificate, ma il prodotto può essere consumato senza rischi per la salute.

7) Le condizioni di **conservazione** specificano come conservare correttamente il prodotto dopo la apertura della confezione.

9) L'indicazione del **paese di provenienza**, che era già obbligatoria per alcuni prodotti, è stata estesa anche alle carni fresche e congelate delle specie suina, ovina, caprina e avicola. Questo è importante nel caso si voglia preferire il vero MADE IN ITALY!

12) La **dichiarazione nutrizionale** serve ad indicare e a definire le caratteristiche nutrizionali del prodotto. In tale dichiarazione sono obbligatoriamente inseriti: il valore energetico; la quantità di

grassi e di acidi grassi saturi, di carboidrati e di zuccheri, di proteine e di sale. Altre componenti come la fibra, il calcio ect possono essere aggiunti a discrezione del produttore.

NB Le quantità dei nutrienti sono riferite ai 100 g di alimento, ma alcune aziende possono riportarle anche a pezzo oppure a porzioni consigliate. Attenzione: la porzione spesso è quella consigliata dalla azienda stessa e non sempre coincide con la porzione dei [LARN](#)

FALSO MITO: I produttori possono scrivere quello che vogliono sulle etichette dei prodotti alimentari tanto nessuna controlla!

Questo non è assolutamente vero! Infatti art. 2 Reg. 1924/2006 regola *qualunque indicazione che affermi, suggerisca o sottintenda l'esistenza di un rapporto tra un alimento o uno dei suoi componenti e la salute*. Le indicazioni sulla salute fornite sui prodotti alimentari devono essere preventivamente autorizzate e incluse in un elenco di indicazioni consentite.

In particolare sono consentite se sull'etichetta sono comprese una dicitura relativa all'importanza di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano; sono specificate la quantità dell'alimento e le modalità di consumo necessarie per ottenere l'effetto benefico indicato.

FALSO MITO: Nessuno controlla la sicurezza degli alimenti che arrivano sulle nostre tavole!

A livello mondiale, le due organizzazioni impegnate nella sicurezza degli alimenti sono la FAO e l'OMS che già nel 1963 hanno creato il Codex Alimentarius, un programma creato per sviluppare standard e linee guida orientate a proteggere la salute dei consumatori.

In Europa, il concetto di sicurezza alimentare ha portato nel 2002 alla fondazione di una Authority europea unica per la sicurezza alimentare (EFSA). L'EFSA è una commissione di tecnici e scienziati indipendenti dai rispettivi governi e ha sede a Parma. Altro organo importante è l'Ufficio alimentare e veterinario della Commissione Europea (Food and Veterinary Office) che verifica l'adeguatezza dei controlli sanitari nei 27 Paesi membri.

Per quanto riguarda l'Italia è il Ministero della salute che attraverso un piano nazionale incarica le regioni tramite le Aziende Sanitarie Locali - ASL di effettuare controlli su tutta la filiera alimentare, dai campi alla tavola, *tenendo conto della valutazione del rischio microbiologico, chimico e fisico*.

Infine, tutti gli operatori della filiera alimentare hanno l'onere di rispettare le procedure di autocontrollo che comprendono l'applicazione del sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points). Le aziende sono soggette a verifica tramite le autorità locali.

FASO MITO: Nessuno controlla la sicurezza degli alimenti che arrivano sulle nostre tavole!

A livello mondiale, le due organizzazioni impegnate nella sicurezza degli alimenti sono la FAO e l'OMS che già nel 1963 hanno creato il Codex Alimentarius, un programma creato per sviluppare standard e linee guida orientate a proteggere la salute dei consumatori.

In Europa, il concetto di sicurezza alimentare ha portato nel 2002 alla fondazione di una Authority europea unica per la sicurezza alimentare (EFSA). L'EFSA è una commissione di tecnici e scienziati indipendenti dai rispettivi governi e ha sede a Parma. Altro organo importante è L'Ufficio alimentare e veterinario della Commissione Europea (Food and Veterinary Office) che verifica l'adeguatezza dei controlli sanitari nei 27 Paesi membri. Per quanto riguarda l'Italia è il Ministero della salute che attraverso un piano nazionale incarica le regioni tramite le Aziende Sanitarie Locali - ASL di effettuare controlli su tutta la filiera alimentare, dai campi alla tavola, *tenendo conto della valutazione del rischio microbiologico, chimico e fisico.*

Infine, tutti gli operatori della filiera alimentare hanno l'onere di rispettare le procedure di autocontrollo che comprendono l'applicazione del sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points). Le aziende sono soggette a verifica tramite le autorità locali.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

1. Regolamento 1169/2011 **REGOLAMENTO (UE) N. 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO E DEL CONSIGLIO** *Gazzetta ufficiale dell'Unione europea*
 2. **REGOLAMENTO DELEGATO (UE) N. 78/2014 DELLA COMMISSIONE** *Gazzetta ufficiale dell'Unione europea*
 3. ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/labelling_legislation_en
 4. www.alimentinutrizione.it/sezioni/tabelle-nutrizionali
 5. www.epicentro.iss.it/alimentazione/sicurezza
 6. www.salute.gov.it/portale/temi/p2_4.jsp?area=sicurezzaAlimentare
 7. www.salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_5_1.jsp?lingua=italiano&id=148
- COFANETTI per approfondire
8. www.efsa.europa.eu/it
 9. <https://smartfood.ieo.it/nutrizione-e-salute/porzioni-e-frequenze/>