

ETICHETTATURA ALIMENTARE E SICUREZZA

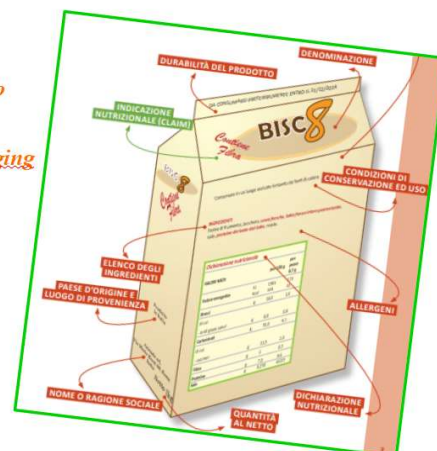
L'etichetta è considerata la "carta di identità" di un alimento

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, congelato).

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.

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.

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.iao.it/nutrizione-e-salute/porzioni-e-frequenze/>