

ETICHETTATURA E CLAIMS NUTRIZIONALI DEGLI ALIMENTI

REALIZZATO CON LA COLLABORAZIONE TECNICA DI DINTEC

NOVEMBRE 2009

PREMESSA

La ricerca scientifica sugli alimenti ha evidenziato che esiste un'ampia gamma di sostanze che hanno un effetto nutrizionale e fisiologico sull'uomo, quali ad esempio vitamine, sali minerali, amminoacidi, acidi grassi essenziali, fibre, estratti di erbe, e via dicendo. Negli ultimi anni, pertanto, si è assistito ad un crescente numero di prodotti che richiamano, in etichetta o attraverso la pubblicità, questi elementi.

Gli alimenti promossi con queste indicazioni possono essere percepiti dal consumatore come portatori di un beneficio nutrizionale, fisiologico o, in generale, positivo per la salute e tale da differenziarli da altri prodotti convenzionali presenti sul mercato. Questo crea un indubbio vantaggio commerciale perché può incidere direttamente sugli acquisti. La Commissione Europea ha pertanto ritenuto necessario intervenire stabilendo principi generali applicabili per la pubblicità ed etichettatura di questa particolare tipologia di alimenti, al fine di garantire un elevato livello di tutela dei consumatori e la piena consapevolezza delle scelte di acquisto. A queste motivazioni si affiancano anche quelle dirette a garantire la correttezza negli scambi commerciali tra i diversi operatori economici: la presenza di differenze tra disposizioni nazionali relative alle indicazioni nutrizionali e salutistiche possono, infatti, impedire la libera circolazione degli alimenti ed instaurare condizioni di concorrenza disuguali.

Sulla base delle considerazioni sopra illustrate è stato pubblicato il Reg. Ce 1924/2006 del 20 dicembre 2006 relativo alle indicazioni nutrizionali e sulla salute dei prodotti alimentari: il Regolamento individua tre diverse categorie di indicazioni che possono essere riportate su etichette e pubblicità (*indicazioni nutrizionali*, *indicazioni sulla salute* e *indicazioni relative alla riduzione di un rischio di malattia*) fornendo, per ciascuna di esse, i requisiti specifici di utilizzo. La normativa comunitaria va ad integrarsi con la normativa nazionale, già presente in Italia con il D. Lgs. 16 febbraio 1993 n. 77, relativa alle modalità di predisposizione della tabella nutrizionale, che deve obbligatoriamente figurare sui prodotti che recano tali indicazioni.

Il presente documento approfondisce le regole per l'utilizzo delle indicazioni e della tabella nutrizionale. Le *indicazioni sulla salute* e le *indicazioni relative alla riduzione di un rischio di malattia* sono ancora in corso di definizione a livello comunitario - attraverso una complessa attività di condivisione che vede coinvolti la Commissione Europea, gli Stati Membri e l'EFSA (Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare) - e, pertanto, saranno oggetto di un successivo ed eventuale approfondimento.

TERMINI E DEFINIZIONI

Prima di esaminare le modalità di utilizzo dell'etichetta nutrizionale, è utile riportare le principali definizioni previste dal Reg. Ce 1924/2006:

Indicazione: qualunque messaggio o rappresentazione non obbligatorio in base alla legislazione comunitaria o nazionale, comprese le rappresentazioni figurative, grafiche o simboliche in qualsiasi forma, che affermi, suggerisca o sottintenda che un alimento abbia particolari caratteristiche;

Sostanza nutritiva: proteine, carboidrati, grassi, fibre, sodio, vitamine e minerali elencati nell'allegato della direttiva 90/496/CEE e le sostanze che appartengono o sono componenti di una di tali categorie;

Sostanza di altro tipo: una sostanza diversa da quelle nutritive che abbia un effetto nutrizionale o fisiologico.

Indicazione nutrizionale: qualunque indicazione che affermi, suggerisca o sottintenda che un alimento abbia particolari proprietà nutrizionali benefiche, dovute:

- a) all'energia (valore calorico) che
 - i) apporta,
 - ii) apporta a tasso ridotto o accresciuto o,
 - iii) non apporta, e/o
- b) alle sostanze nutritive o di altro tipo che
 - i) contiene,
 - ii) contiene in proporzioni ridotte o accresciute, o
 - iii) non contiene.

Sebbene non oggetto di trattazione del presente approfondimento riportiamo anche le definizioni di:

Indicazione sulla salute: qualunque indicazione che affermi, suggerisca o sottintenda l'esistenza di un rapporto tra un categoria di alimenti, un alimento o uno dei suoi componenti e la salute.

Indicazione relative alla riduzione di un rischio di malattia: qualunque indicazione sulla salute che affermi, suggerisca o sottintenda che il consumo di una categoria di alimenti, di un alimento o di uno dei suoi componenti riduce significativamente un fattore di rischio di sviluppo di una malattia umana.

LE MODALITA' DI ETICHETTATURA

I prodotti alimentari che sono commercializzati richiamando l'attenzione del consumatore sulle proprie caratteristiche nutrizionali devono riportare in etichetta:

1. esclusivamente una o più delle indicazioni (in inglese *claims*) nutrizionali contemplate dal Reg. Ce 1924/2006;
2. la tabella nutrizionale, predisposta secondo le indicazioni fornite dal D. Lgs. 77/1993.

E' giusto ricordare che i claims nutrizionali, e la relativa tabella, sono indicazioni facoltative che vanno ad integrarsi con quelle obbligatorie disciplinate dal D. Lgs. 109/1992 che devono figurare sull'etichetta dei prodotti alimentari.

I claims nutrizionali

I claims nutrizionali autorizzati a livello comunitario sono in totale 24, riportati all'allegato del presente documento, e sono stati individuati sulla base di un processo di selezione condotto dalla Commissione Europea in collaborazione con l'EFSA. I 24 claims nutrizionali attestano, sostanzialmente, che un alimento possiede particolari proprietà nutrizionali dovute all'energia che apporta, o meno, e alle sostanze nutritive o di altro tipo che contiene, o meno. Essi possono essere riportati sull'imballaggio e/o sull'etichetta del prodotto, nonché sulla relativa pubblicità informativa.

Per quanto riguarda le condizioni generali di utilizzo dei claims nutrizionali, il Reg. Ce 1924/2006 precisa che essi:

- non devono essere falsi, ambigui o fuorvianti;
- non devono incoraggiare consumi eccessivi del cibo;
- non devono far nascere o sfruttare timori nei consumatori;
- devono essere comprensibili per il consumatore medio, ovvero quello che la giurisprudenza comunitaria ha definito come "normalmente informato, ragionevolmente attento e cauto";
- devono essere formulati sulla base di prove scientificamente accettate, rese disponibili alle Autorità competenti dei controlli se richiesto, tenendo conto di tutti i dati scientifici disponibili e valutando gli elementi di prova.

Le indicazioni nutrizionali devono, inoltre, fare riferimento agli alimenti pronti per essere consumati.

La tabella nutrizionale

In caso di utilizzo di uno o più dei claims nutrizionali sopra descritti, gli operatori devono apporre in etichetta la tabella nutrizionale predisposta in base alle regole stabilite nel D. Lgs. 77/1993.

La tabella nutrizionale può essere elaborata in due modalità, in base alle indicazioni contenute:

1. modalità a: contiene le indicazioni relative a valore energetico, quantità di proteine, carboidrati e grassi;
2. modalità b: contiene le indicazioni relative a valore energetico, quantità di proteine, carboidrati, zuccheri, grassi, acidi grassi saturi, fibre alimentari e sodio;

La modalità b è obbligatoria se si riporta in etichetta una indicazione relativa al contenuto di zuccheri, acidi grassi saturi, fibre o sodio.

Alle informazioni minime previste da ciascuna delle due modalità, l'operatore può facoltativamente aggiungerne altre relativamente ad uno o più seguenti nutrienti: amido, polialcoli, acidi grassi monoinsaturi e/o polinsaturi, colesterolo; possono essere aggiunte informazioni relative a vitamine e sali minerali se questi elementi sono presenti nella misura pari ad almeno il 15% della dose giornaliera raccomandata (RDA) riportata in tabella 1:

Tabella 1 – Vitamine/Sali minerali e relativa dose giornaliera raccomandata

Vitamina A	mcg 800	Vitamina B12	mcg 1
Vitamina D	mcg 5	Biotina	mg 0,15
Vitamina E	mg 12	Acido pantotenico	mg 6
Vitamina C	mg 80	Calcio	mg 800
Diammina	mg 1,4	Fosforo	mg 800
Riboflavina	mg 1,6	Ferro	mg 14
Niacina	mg 18	Magnesio	mg 300
Vitamina B6	mg 2	Zinco	mg 15
Folacina	mcg 200	Iodio	mcg 150
Vitamina K	µg 75	Tiammina	mg 1.1
Riboflavina	mg 1.4	Niacina	mg 16
Biotina	µg 50	Acido pantotenico	mg 6
Potassio	mg 2000	Cloruro	mg 800
Rame	mg 1	Manganese	mg 2
Fluoruro	mg 3.5	Selenio	µg 55
Cromo	µg 40	Molibdeno	µg 50
Iodio	µg 150		

I nutrienti facoltativi diventano obbligatori quando essi sono oggetto di un claim nutrizionale (es. "Fonte di vitamina A").

Nel predisporre i contenuti dell'etichetta nutrizionale gli operatori del settore devono tenere presenti alcune regole generali, ovvero:

- a) i valori devono essere espressi sempre in forma numerica e devono fare riferimento a 100 g o a 100 ml; possono, inoltre, essere espressi anche per razione (o porzione) di prodotto se questa è chiaramente quantificata e indicata in etichetta;
- b) il valore energetico del nutriente deve essere sempre espresso sia in chilocalorie sia in chiloJoules e calcolato attraverso i coefficienti di conversione stabiliti dall'art. 5 D. Lgs. 77/93, riportati nella Tabella 2;

Tabella 2 - Coefficienti di conversione del valore energetico

	<i>Kcal/g</i>	<i>KJ/g</i>	<i>KJ/Kcal</i>
<i>Carboidrati</i>	4	17	4,25
<i>Polialcoli</i>	2,4	10	4,16
<i>Proteine</i>	4	17	4,25
<i>Grassi</i>	9	37	4,11
<i>Alcool (etanolo)</i>	7	29	4,14
<i>Acidi organici</i>	3	13	4,33
<i>Fibre alimentari</i>	2	8	4
<i>Eritriolo</i>	0	0	0
<i>Salatrim</i>	6	25	4,16

- c) il valore energetico ed il tenore dei nutrienti o i loro componenti devono essere espressi numericamente; le unità di misura da usare sono riportate in Tabella 3;

Tabella 3 – Unità di misura da usare

<i>Indicazione</i>	<i>Unità di misura</i>
<i>Valore energetico</i>	Kcal e kJ
<i>Proteine</i>	grammi (g)
<i>Carboidrati</i>	grammi (g)
<i>Grassi</i>	grammi (g)
<i>Fibre alimentari</i>	grammi (g)
<i>Sodio</i>	grammi (g)
<i>Colesterolo</i>	milligrammi (mg)
<i>Vitamine e Sali m.</i>	vedi tabella 1

- d) le proteine devono essere calcolate moltiplicando l'azoto totale x 6,25;
- e) le vitamine e i sali minerali devono essere seguiti dall'indicazione della % coperta rispetto alla RDA;
- f) è obbligatorio fare riferimento alla quantità di acidi grassi saturi solo se viene indicata la quantità di acidi grassi polinsaturi, acidi grassi monoinsaturi e colesterolo; tale informazione deve, inoltre, essere riportata nel seguente ordine:
 "grassi (g) di cui:
 saturi (g)
 monoinsaturi (g)
 polinsaturi (g)
 colesterolo (mg)"
- g) nel caso in cui vengano dichiarati gli zuccheri, i polialcoli o l'amido, la relativa indicazione deve seguire immediatamente quella relativa al tenore dei carboidrati; tale informazione deve, inoltre, essere riportata nel seguente ordine:
 "carboidrati (g) di cui:
 zuccheri (g)
 polialcoli (g)
 amido (g)"
- h) i valori dichiarati devono essere valori medi e in quanto tali devono fare riferimento ad analisi effettuate dal produttore sull'alimento (o di ciascun ingrediente) o, in alternativa, sulla base di dati ufficiali generalmente accettati.

Dal punto di vista grafico le informazioni devono figurare su un'unica tabella con le cifre incolonnate (o qualora lo spazio non lo consentisse su una o più righe) in modo tale da essere ben visibili e chiaramente leggibili.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI		
VALORI MEDI	per 100g	per porzione (30g)
VALORE ENERGETICO Kcal	441	139
Kj	1856	585
PROTEINE	10,0	3,2
CARBOIDRATI	68,7	21,6
di cui zuccheri	3,0	0,9
GRASSI	14,0	4,4
di cui saturi	4,1	1,3
FIBRA ALIMENTARE	2,5	0,8
SODIO	1,100	0,347

I dati riportati in tabella sono puramente casuali ed al solo fine esemplificativo

Per i prodotti alimentari non preconfezionati o generalmente venduti previo frazionamento e per i prodotti preincartati, le informazioni nutrizionali possono figurare su un cartello posto in evidenza nel negozio di vendita del prodotto alimentare o accanto allo stesso o nel bancone ove è esposto.

Ulteriori adempimenti a carico dell'operatore

Abbiamo più volte richiamato la necessità che le informazioni nutrizionali riportate in etichetta o sulla pubblicità di un alimento siano veritiere e fondate e, pertanto, facciano riferimento ad analisi effettuate sull'alimento stesso o sulle sue componenti.

A tale scopo consigliamo agli operatori di conservare tutte le evidenze necessarie ad attestare la conformità dell'alimento alla normativa comunitaria, quali analisi chimico-fisiche condotte sull'alimento e/o sugli ingredienti, dichiarazioni da parte dei fornitori, studi scientifici raccolti, ecc. – per essere sottoposte alle Autorità competenti in caso di controlli.

Tali informazioni devono essere conservate per un lasso di tempo ragionevole e pari, almeno, al termine ultimo di conservazione del lotto di produzione al quale fanno riferimento.

RIFERIMENTI NORMATIVI COMUNITARI E NAZIONALI

- DM 18 marzo 2009, norme per l'attuazione della direttiva 2008/100/CE, che modifica la direttiva 1990/496/CEE del Consiglio relativa all'etichettatura nutrizionale dei prodotti alimentari.
- Reg. Ce 1924/2006, relativo alle indicazioni nutrizionali e sulla salute fornite sui prodotti alimentari.
- D. Lgs. 16 febbraio 1993 n. 77, attuazione della Dir. 90/496/CEE relativa all'etichetta nutrizionale dei prodotti alimentari.
- D. Lgs. 109/1992, relativo all'etichettatura dei prodotti alimentari.

Allegato – Claims nutrizionali contemplati dal Reg. Ce 1924/2006

A BASSO CONTENUTO CALORICO

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto calorico e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 40 kcal (170 kJ)/100 g per i solidi o più di 20 kcal (80 kJ)/100 ml per i liquidi. Per gli edulcoranti da tavola si applica il limite di 4 kcal (17kJ)/dose unitaria equivalente a un cucchiaino di zucchero.

A RIDOTTO CONTENUTO CALORICO

L'indicazione che un alimento è a ridotto contenuto calorico e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il valore energetico è ridotto di almeno il 30 %, con specificazione delle caratteristiche che provocano una riduzione nel valore energetico totale dell'alimento.

SENZA CALORIE

L'indicazione che un alimento è senza calorie e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 4 kcal (17 kJ)/100 ml. Per gli edulcoranti da tavola si applica il limite di 0,4 kcal (1,7kJ)/dose unitaria equivalente a un cucchiaino di zucchero.

A BASSO CONTENUTO DI GRASSI

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di grassi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 3 g di grassi per 100 g per i solidi o 1,5 g di grassi per 100 ml per i liquidi (1,8 g di grassi per 100 ml nel caso del latte parzialmente scremato).

SENZA GRASSI

L'indicazione che un alimento è senza grassi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,5 g di grassi per 100 g o 100 ml. Le indicazioni con la dicitura «X %SENZA GRASSI » sono tuttavia proibite.

A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di grassi saturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se la somma degli acidi grassi saturi e degli acidi grassi trans contenuti nel prodotto non supera 1,5 g/100 g per i solidi o 0,75 g/100 ml per i liquidi; in entrambi i casi la somma degli acidi grassi saturi e acidi grassi trans non può corrispondere a più del 10 % dell'apporto energetico.

SENZA GRASSI SATURI

L'indicazione che un alimento è senza grassi saturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se la somma degli acidi grassi saturi e acidi grassi trans non supera 0,1 g di grassi saturi per 100 g o 100 ml.

A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di zuccheri e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 5 g di zuccheri per 100 g per i solidi o 2,5 g di zuccheri per 100 ml per i liquidi.

SENZA ZUCCHERI

L'indicazione che un alimento è senza zuccheri e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,5 g di zuccheri per 100 g o 100 ml.

SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI

L'indicazione che all'alimento non sono stati aggiunti zuccheri e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto non contiene mono- o disaccaridi aggiunti o ogni altro prodotto alimentare utilizzato per le sue proprietà dolcificanti. Se l'alimento contiene naturalmente zuccheri, l'indicazione seguente deve figurare sull'etichetta: «CONTIENE IN NATURA ZUCCHERI ».

A BASSO CONTENUTO DI SODIO/SALE

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di sodio/sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,12 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g o 100 ml. Per le acque diverse dalle acque minerali naturali che rientrano nel campo di applicazione della direttiva 80/777/CEE, questo valore non deve superare 2 mg di sodio per 100 ml.

A BASSISSIMO CONTENUTO DI SODIO/SALE

L'indicazione che un alimento è a bassissimo contenuto di sodio/sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,04 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g o 100 ml. Tale indicazione non è utilizzata per le acque minerali naturali o per altre acque.

SENZA SODIO o SENZA SALE

L'indicazione che un alimento è senza sodio o senza sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,005 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g.

FONTI DI FIBRE

L'indicazione che un alimento è fonte di fibre e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno 3 g di fibre per 100 g o almeno 1,5 g di fibre per 100 kcal.

AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE

L'indicazione che un alimento è ad alto contenuto di fibre e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno 6 g di fibre per 100 g o almeno 3 g di fibre per 100 kcal.

FONTI DI PROTEINE

L'indicazione che un alimento è fonte di proteine e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 12 % del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine.

AD ALTO CONTENUTO DI PROTEINE

L'indicazione che un alimento è ad alto contenuto di proteine e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 20 % del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine.

FONTI DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE]E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]

L'indicazione che un alimento è fonte di vitamine e/o minerali e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno una quantità significativa di cui all'allegato della direttiva 90/496/CEE o una quantità prevista dalle deroghe di cui all'articolo 7 del regolamento (CE)n.1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 20 dicembre 2006, sull'aggiunta di vitamine e minerali e di talune sostanze di altro tipo agli alimenti.

AD ALTO CONTENUTO DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE]E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]

L'indicazione che un alimento è ad alto contenuto di vitamine e/o minerali e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno due volte il valore di una «fonte di [NOME DELLA O DELLE VITAMINE]e/o [NOME DEL O DEI MINERALI]».

CONTIENE [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA O DI ALTRO TIPO]

L'indicazione che un alimento contiene una sostanza nutritiva o di altro tipo, per cui non sono stabilite condizioni specifiche nel presente regolamento, e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto è conforme a tutte le disposizioni applicabili del presente regolamento, in particolare all'articolo 5. Per le vitamine e i minerali si applicano le condizioni dell'indicazione «FONTI DI ».

A TASSO ACCRESCIUTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]

L'indicazione che il contenuto di una o più sostanze nutritive, diverse dalle vitamine e dai minerali, è stato accresciuto e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto è conforme alle condizioni stabilite per l'indicazione «FONTI DI » e l'aumento del contenuto è pari ad almeno il 30 % rispetto a un prodotto simile.

A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]

L'indicazione che il contenuto di una o più sostanze nutritive è stato ridotto e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se la riduzione del contenuto è pari ad almeno il 30 % rispetto a un prodotto simile, ad eccezione dei micronutrienti, per i quali è accettabile una differenza del 10 % nei valori di riferimento di cui alla direttiva 90/496/CEE del Consiglio, e del sodio o del valore equivalente del sale, per i quali è accettabile una differenza del 25 %.

LEGGERO/LIGHT

L'indicazione che un prodotto è «LEGGERO » o «LIGHT » e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono soggette alle stesse condizioni fissate per il termine «RIDOTTO »; l'indicazione è inoltre accompagnata da una specificazione delle caratteristiche che rendono il prodotto «LEGGERO » o «LIGHT ».

NATURALMENTE/NATURALE

Se un alimento soddisfa in natura le condizioni stabilite dal presente allegato per l'impiego di un'indicazione nutrizionale, il termine «NATURALMENTE/NATURALE » può essere inserito all'inizio dell'indicazione.