

## **L'etichettatura dei salumi: uno strumento per soddisfare le moderne esigenze nutrizionali del consumatore.**

I prodotti di salumeria fanno parte della tradizione alimentare italiana, ma, grazie all'evoluzione delle tecnologie produttive e delle tecniche di allevamento utilizzate, continuano ad avere un ruolo di primo piano nella composizione dei pasti dei consumatori, in linea con le necessità nutritive e le mutate condizioni di vita. Uno strumento utile per i consumatori è senza dubbio l'etichetta che accompagna i salumi, in particolare le informazioni relative alle loro caratteristiche nutrizionali.

La legislazione che disciplina l'etichettatura degli alimenti ha sicuramente tra i suoi obiettivi la protezione degli interessi dei consumatori, quindi anche di informarli, affinché possano scegliere in modo consapevole i cibi, con un'attenzione particolare agli aspetti salutistici.

I prodotti alimentari al momento della vendita al consumatore finale devono quindi fornirgli una serie di informazioni obbligatorie previste dalla legislazione vigente.

Le indicazioni obbligatorie da apporre in etichetta sono disciplinate dal Decreto Legislativo 27 gennaio 1992 n. 109 "Attuazione delle direttive 89/395/CEE e 89/396/CEE concernenti l'etichettatura, la presentazione e la pubblicità dei prodotti alimentari" e successive modifiche, che si applica ai prodotti preconfezionati, preincartati e da vendersi sfusi o previo frazionamento.

Tra le indicazioni obbligatorie per i prodotti preconfezionati ricordiamo a titolo di esempio:

- la denominazione di vendita;
- l'elenco degli ingredienti;
- il Termine Minimo di Conservazione o, nel caso di prodotti molto deperibili dal punto di vista microbiologico, la data di scadenza;
- una dicitura che consente di identificare il lotto di appartenenza del prodotto;
- le modalità di conservazione e di utilizzazione qualora sia necessaria l'adozione di particolari accorgimenti in funzione della natura del prodotto.

Tra le indicazioni facoltative in etichetta troviamo:

- l'etichettatura nutrizionale (disciplinata dal Decreto Legislativo 16 febbraio 1993 n. 77 "Attuazione della direttiva 90/496/CEE del Consiglio del 24 settembre 1990 relativa all'etichettatura nutrizionale dei prodotti alimentari");
- le GDA (Guideline Daily Amounts) o Quantità Giornaliere Indicative;
- i "claim" (disciplinati dal "Regolamento (CE) n. 1924/2006 del Parlamento Europeo e del Consiglio del 20 dicembre 2006 relativo alle indicazioni nutrizionali e sulla salute fornite sui prodotti alimentari").

L'etichetta nutrizionale è una dichiarazione relativa al valore energetico e al contenuto di nutrienti di un alimento. L'articolo 1 del Decreto Legislativo n. 77/1993 disciplina "l'etichettatura nutrizionale dei prodotti alimentari come tali al consumatore finale ed alla collettività nonché i prodotti destinati ad un'alimentazione particolare". Come già ricordato, essa è facoltativa; diviene, tuttavia, obbligatoria quando nell'etichetta, nella presentazione o nella pubblicità dei prodotti alimentari sia contenuta un'informazione nutrizionale, ossia una descrizione o un messaggio pubblicitario che affermi, suggerisca o richiami che l'alimento possiede particolari caratteristiche nutrizionali, ad eccezione delle campagne pubblicitarie collettive.

Le informazioni dell'etichetta nutrizionale possono essere indicate come:

- Versione semplificata o Gruppo 1 o Big 4: deve essere riportato il valore energetico per 100 g o 100 ml di prodotto, seguito dal contenuto in proteine, carboidrati e grassi;
- Versione completa o Gruppo 2 o Big 8: alle informazioni previste dal Gruppo 1 si devono aggiungere il contenuto in zuccheri, acidi grassi saturi, fibre alimentari e sodio.

Sono facoltative le indicazioni relative ad amidi, polialcoli, acidi grassi monoinsaturi, acidi grassi polinsaturi, colesterolo, vitamine e sali minerali.

Se si fornisce un'indicazione su zuccheri, polialcoli o amido, i valori devono seguire la dichiarazione del tenore in carboidrati.

L'indicazione della quantità, del tipo di acidi grassi e della quantità di colesterolo deve seguire immediatamente la dichiarazione della quantità di grassi totali.

Le informazioni devono figurare incolonnate in un'unica tabella; se lo spazio non lo permette, tali informazioni possono anche essere disposte su una o più righe.

I valori dichiarati sono valori medi rilevati in base:

- ad analisi effettuate dal produttore,
- al calcolo sui valori medi noti o effettivi degli ingredienti impiegati,
- ai calcoli su dati generalmente fissati ed accettati.

Il valore energetico deve essere espresso in chilocalorie e chiloJoules, calcolato tramite i coefficienti di conversione stabiliti dal Decreto legislativo.

La menzione delle vitamine e dei sali minerali si può fare solo quando le quantità giornaliere apportate con l'assunzione di 100 g o 100 ml di alimento superano il 15% delle Quantità Giornaliere Raccomandate (RDA= Recommended Daily Allowances). Inoltre si devono esprimere anche come percentuale della RDA, anche nel solo formato grafico.

Sempre più spesso sulle etichette compaiono altre indicazioni, anche in forma grafica, per informare il consumatore delle quantità delle calorie e dei nutrienti che assume con una porzione di alimento.

Si tratta di indicazioni volontarie che costituiscono una modalità facilmente fruibile da parte del consumatore permettendogli di seguire una dieta equilibrata, fonte di piacevolezza e convivialità, contrastando la crescente diffusione di fenomeni correlati alle scorrette abitudini alimentari.

Tra le varie modalità utilizzate nei paesi europei ricordiamo:

- Green Keyhole (serratura verde) in Svezia,
- Curseur nutritionnel (Cursore nutrizionale) in Francia,
- Multiple Traffic Light (Semaforo) o Wheel of Health (Ruota della salute) nel Regno Unito.

Un'altra modalità è stata proposta dalla CIAA (Confederazione europea delle Industrie di Alimenti e delle Bevande) che raccomanda l'utilizzo di un'etichetta nutrizionale a livello europeo: si tratta delle GDA (Guideline Daily Amounts, ossia Quantità Indicativa Giornaliera), fornite per un consumatore medio adulto con un'assunzione giornaliera indicativa di 2000 kcal e tenendo presente che i fabbisogni variano in funzione del sesso, dell'età e dell'attività fisica praticata (sono 2400-2500 kcal per un uomo, 1900-2000 kcal per una donna).

Le Quantità Giornaliere Indicative per l'energia e per i nutrienti sono elencate nella tabella seguente:

<b>Table 1:</b> GDA per un adulto che si basano su un consumo giornaliero di 2000 kcal (Calorie)	
	<b>GDA per adulti</b>
Energia	2000 kcal (Calorie)
Grassi totali	Non più di 70g
Grassi saturi	Non più di 20g
Carboidrati	270g
Zuccheri totali	Non più di 90g
Proteine	50g
Fibra	Almeno 25g
Sodio (Sale)	Non più di 2.4g (6g)

Tabella 1: GDA per un adulto (fonte: [www.eufic.org](http://www.eufic.org))

I valori sono espressi sia come valore assoluto che in percentuale e viene raccomandata una rappresentazione grafica degli stessi.



Figura 1: rappresentazione grafica delle GDA (fonte: www.eufic.org)

I valori delle GDA sono riferiti alla porzione (alimento già porzionato oppure quantità “consigliata”).  
 Le GDA sono in parte sovrapponibili ai L.A.R.N. (Livelli Raccomandati di Energia e Nutrienti) forniti dalla Società Italiana di Nutrizione Umana.

### Prosciutto Cotto di Alta Qualità

**Ingredienti:** carne di suino, sale, destrosio, aromi naturali, antiossidanti: ascorbato di sodio, conservanti: nitrito di sodio. Prosciutto cotto senza polifosfati aggiunti. Non contiene fonti di glutine.

**DA CONSUMARSI PREFERIBILMENTE ENTRO:**

Confezionato in atmosfera protettiva. Non forzare la confezione. CONSERVARE COSTANTEMENTE A 0/+4°C.

**130 g e** (1160 L CE)

**VALORI ENERGETICI E NUTRIZIONALI MEDI PER 100g**

Valore energetico	154 Kcal - 647 KJ
Proteine	19,5 g
Carboidrati	1,1 g
di cui Zuccheri	0,6 g
Grassi	8,0 g
di cui Acidi Grassi Saturi	1,3 g
Fibra alimentare	<0,5 g
Sodio	0,9 g

**1 PORZIONE (1 FETTA = 32g circa) CONTIENE**

Kcal	Zuccheri	Grassi	Acidi Grassi Saturi	Sodio
49	0,2g	2,6g	0,4g	0,3g
2,53%*	0,2%*	3,25%*	2,31%*	12,09%*

\*% della quantità giornaliera indicativa (GDA) sulla base di una dieta da 2000 Kcal per una persona adulta in attività fisica normale.

8 003270 100502

Figura 2: esempio di etichetta di un prodotto di salumeria con tabella nutrizionale ed indicazione delle GDA

Altre indicazioni facoltative sono i cosiddetti “claim”, cioè qualunque messaggio o rappresentazione non obbligatoria comprese le rappresentazioni figurative grafiche o simboliche in qualsiasi forma, che affermino, suggeriscano o sottintendano che un alimento abbia particolari caratteristiche.

I “claim” non possono essere falsi, ambigui o fuorvianti, non possono dare adito a dubbi sulla sicurezza e/o sull’adeguatezza nutrizionale di altri alimenti e non devono incoraggiare consumi eccessivi di un particolare alimento.

L’indicazione di un “claim” comporta l’obbligo dell’etichettatura nutrizionale.

I “claim” si dividono in:

1. “claim” nutrizionali: è consentito evidenziare determinate caratteristiche nutrizionali (relative all’energia o alle sostanze nutritive o di altro tipo) degli alimenti anche quando tali caratteristiche sono comuni ad altri prodotti analoghi.

Essi sono presenti nell’allegato al Regolamento come lista positiva.

Seguono alcuni esempi relativi ai salumi:

- **Fonte di proteine:** almeno il 12% del valore energetico è apportato da proteine,
- **Ad alto contenuto di proteine:** almeno il 20% del valore energetico è apportato da proteine,
- **Fonte di zinco:** devono apportare almeno il 15% della RDA,
- **A basso contenuto di grassi:** massimo 3 g di grassi per 100g di prodotto,
- **A basso contenuto di zuccheri:** massimo 5 g di zuccheri per 100 g di prodotto,
- **A ridotto contenuto di sale:** riduzione del 25% di sale rispetto ad un prodotto simile.

2. “claim” salutistici: 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 riduca significativamente un fattore di rischio di sviluppo di una malattia umana. Devono essere autorizzati dalla Commissione Europea ed inseriti in un apposito registro comunitario.

Gli alimenti possono riportare “claim” solo se conformi ai profili nutrizionali che avrebbero dovuto essere definiti dalla Commissione Europea: alla stesura del presente articolo la Commissione non ha però ancora fornito indicazioni in merito.

I profili nutrizionali devono essere definiti in base a:

- quantità di grassi, acidi grassi saturi, acidi grassi trans, zuccheri e sale/sodio;
- ruolo ed importanza e contributo dell'alimento nella dieta della popolazione in genere e in gruppi a rischio;
- composizione nutrizionale dell'alimento e presenza di sostanze nutritive il cui effetto sulla salute sia stato scientificamente riconosciuto.

Sono previste alcune deroghe, relative ai “claim” nutrizionali:

- nel caso di riduzione di grassi, acidi grassi saturi, acidi grassi trans, zuccheri, sale/sodio i “claim” sono sempre possibili senza il riferimento ad un profilo,
- i “claim” sono ammessi se un solo parametro supera il massimo previsto dal profilo, purché sia evidenziato con l'espressione “a elevato contenuto di ...”.

Altre indicazioni riportate sui salumi sono le dichiarazioni di fatto, come l'assenza o la presenza di ingredienti, additivi, quando tale dichiarazione non è accompagnata da indicazioni o descrizioni su loro funzioni o effetti sulla nutrizione, ad esempio: non contiene polifosfati aggiunti, glutammato, ecc.

Un'ulteriore indicazione obbligatoria, ai fini della protezione di particolari categorie di consumatori sensibili, è l'elencazione degli eventuali allergeni presenti nei prodotti di salumeria (ad esempio pistacchio, proteine del latte).

L'etichettatura degli allergeni è disciplinata in Italia dai decreti legislativi n. 114 del 8 febbraio 2006 e n. 178 del 27 settembre 2007, recepimenti della Direttiva 2003/89/CE del Parlamento Europeo e del Consiglio, con i quali il legislatore ha voluto fornire ai consumatori affetti da allergie alimentari tutte le informazioni necessarie per conoscere l'esatta composizione degli alimenti.

La situazione esposta è in continua e rapida evoluzione, infatti la Commissione Europea ha pubblicato una proposta di Regolamento sulle informazioni da fornire ai consumatori: la novità più importante è l'etichetta nutrizionale obbligatoria a 6 elementi (valore energetico, grassi, grassi saturi, carboidrati, zuccheri e sale) su tutti i prodotti alimentari. Inoltre obbligherebbe a fornire indicazioni sulla presenza di allergeni anche nelle transazioni commerciali antecedenti alla consegna al consumo finale. Tale Regolamento dovrebbe abrogare alcune direttive, quali la 1990/496/CEE direttiva sull'etichettatura nutrizionale, la 2000/13/CE direttiva etichettatura, la 2003/89/CE direttiva allergeni.

Carla Davì – Responsabile Gestione Qualità - Gruppo Raspini S.p.A.