

**UN'ETICHETTA PER PREVENIRE L'OBESITÀ?**

# LA NORMATIVA

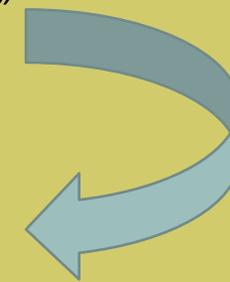


Il regolamento UE 1169/2011  
(Regolamento «FIC») prevede che:

*“la stragrande maggioranza degli alimenti preimballati rechi una dichiarazione nutrizionale, spesso sul retro dell'imballaggio, per consentire ai consumatori di effettuare scelte consapevoli e salutari.”*

*“Questa dichiarazione può essere integrata, su base volontaria, dalla ripetizione dei suoi elementi principali nel campo visivo principale (anche "parte anteriore dell'imballaggio"), in modo da aiutare i consumatori a giudicare a colpo d'occhio le caratteristiche nutrizionali essenziali degli alimenti al momento dell'acquisto.”*

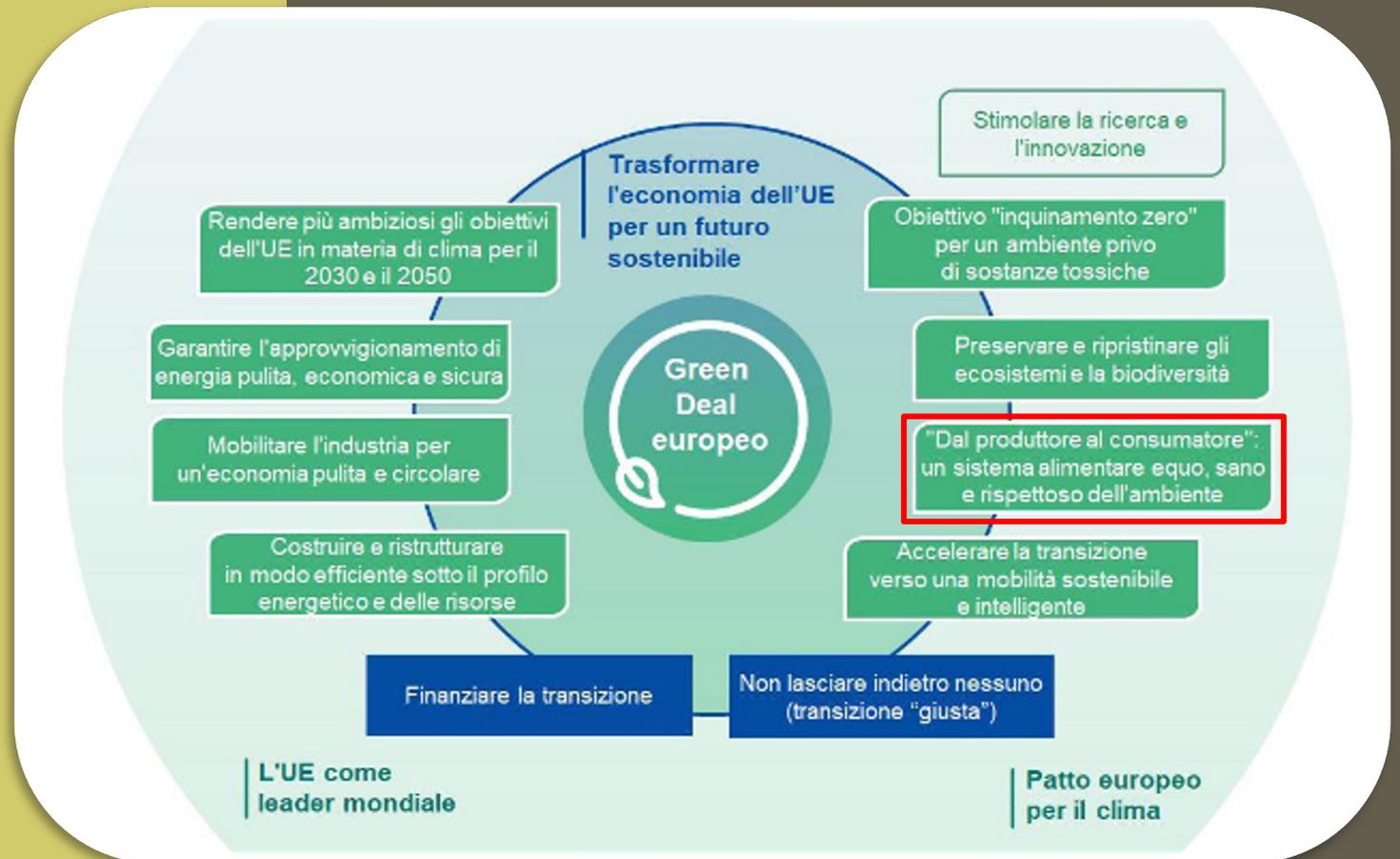
Etichettatura FOP  
*(Front-of-Packaging)*



# I PRECEDENTI

11 dicembre 2019: la Commissione Europea presieduta da Ursula von der Leyen presenta il Green Deal Europeo, una strategia finalizzata a **rendere sostenibile l'economia dell'UE**, trasformando le sfide climatiche e ambientali in opportunità, e prevedendo una transizione giusta e inclusiva per tutti.

«Dal produttore al consumatore» (o «Farm to Fork», «F2F») è un piano decennale che mira ad **accelerare la transizione verso un sistema alimentare sostenibile** adottando un approccio integrato al cibo, affrontando i risvolti ambientali, sociali, agricoli e di salute pubblica legati al cibo.

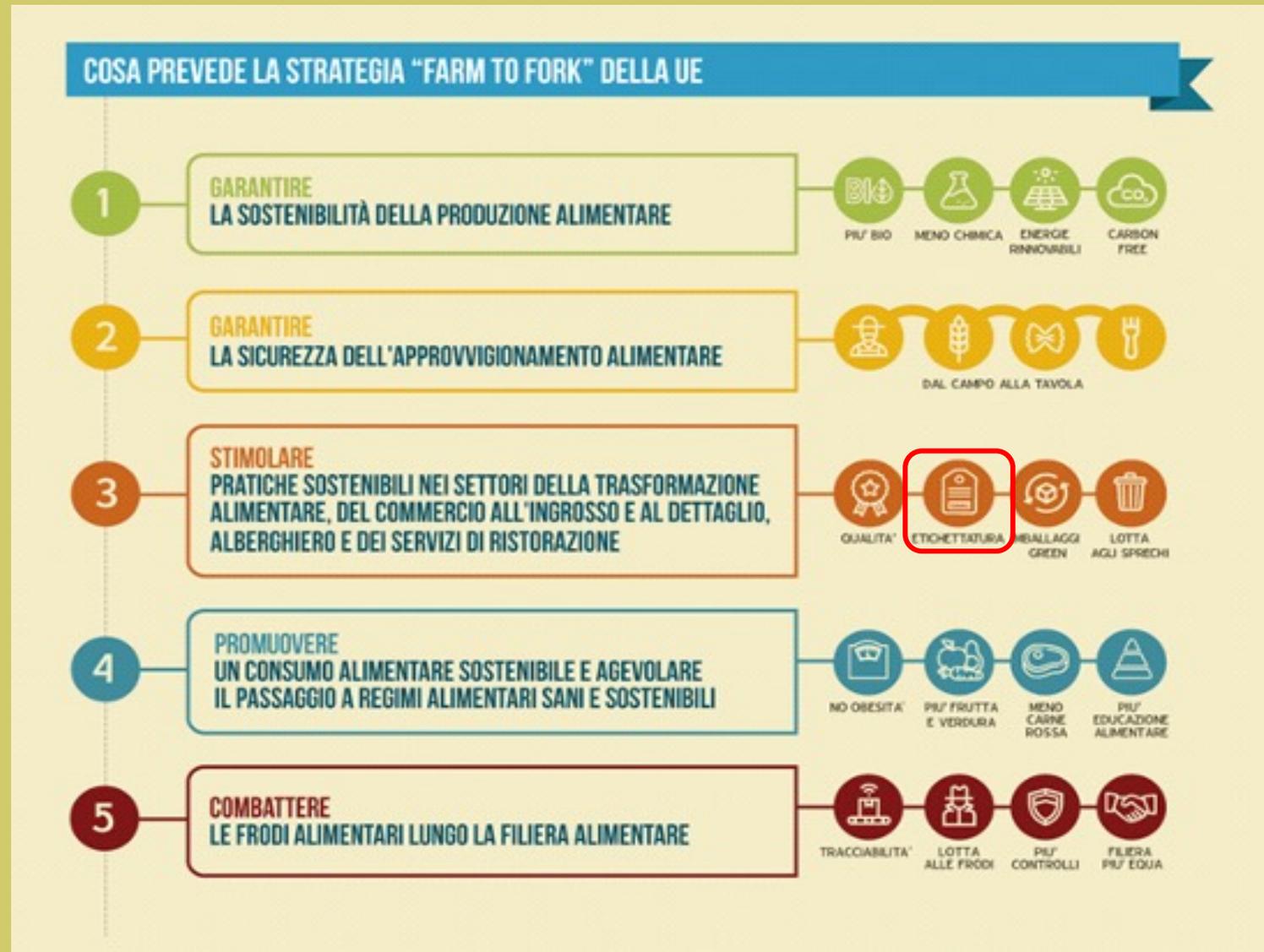


Fonte: "Farm to Fork" e Biodiversità: le due nuove Strategie UE viste da Slow Food

# ALL'INTERNO DI "F2F"

la strategia F2F prevede che la Commissione Europea, entro la fine del 2022, proponga un'etichettatura nutrizionale armonizzata obbligatoria da apporre sulla parte anteriore delle confezioni che copra gli aspetti nutrizionali, climatici, ambientali e sociali dei prodotti.

Le tempistiche con ogni probabilità si allungheranno, forse entro la prima metà del 2023 si giungerà a una conclusione.



# ETICHETTATURA FOP. COSA DICE IL REGOLAMENTO «FIC»?

## Obiettivi:

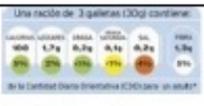
- fornire ai consumatori informazioni supplementari in grado di orientarne le scelte verso alimenti più sani;
- incoraggiare gli operatori del settore alimentare a riformulare i loro prodotti in modo da offrire soluzioni più salutari (*Kanter et al., 2018*).

## Contenuto:

- valore energetico, eventualmente accompagnato dalla quantità di grassi, acidi grassi saturi, zuccheri e sale. Oppure...
- ...dettagli sulla qualità nutrizionale complessiva dell'alimento.

**Forma:** simboli grafici, lettere, ecc.

**Tabella 1 – Tipologie e formati di sistemi di etichettatura nutrizionale FOP attuati/proposti/annunciati a livello di Stati membri e Regno Unito**

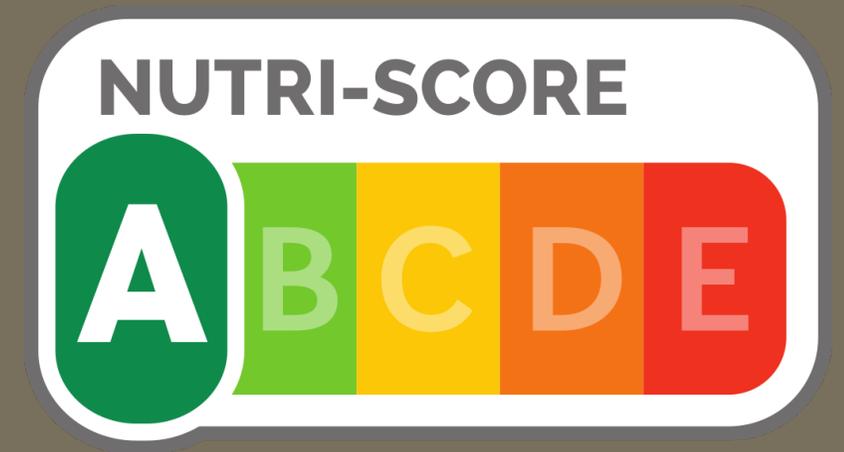
| <i>Tassonomie presentate nella letteratura specifica</i> |                                     |                                 |                                       | <i>Esempi di sistemi FOP</i>                    | <i>Sviluppatore</i>   | <i>Stato membro UE</i>       |   |
|--|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|---|---|------------------------------|---|
| <b>Etichette con sostanze nutritive specifiche</b>       | <b>Numerica</b>                     | <b>Non orientativa</b>          | <b>Riduttiva (non interpretativa)</b> | <i>Etichetta con assunzioni di riferimento</i>  |    | <i>Privato</i>               | <i>In tutta l'UE</i>                    |
|  |                                     |                                 |                                       | <i>NutrInform Battery</i>                       |    | <i>Pubblico</i>              | <i>IT</i>                               |
|  | <b>Con codice cromatico</b>         | <b>Parzialmente orientativa</b> | <b>Valutativa (interpretativa)</b>    | <i>Etichetta FOP Regno Unito</i>                |    | <i>Pubblico</i>              | <i>UK</i>                               |
|  |                                     |                                 |                                       | <i>Altre etichette "a semaforo"</i>             |    | <i>Privato (rivenditori)</i> | <i>PT, ES</i>                           |
| <b>Etichette sintetiche</b>                              | <b>Loghi positivi (di garanzia)</b> | <b>Orientativo</b>              | <b>Valutativo (interpretativo)</b>    | <i>Keyhole</i>                                  |    | <i>Pubblico</i>              | <i>SE, DK, LT</i>                       |
|  |                                     |                                 |                                       | <i>Simbolo del cuore/Etichette salutistiche</i> |   | <i>ONG</i>                   | <i>FI, SI</i>                           |
|  |                                     |                                 |                                       | <i>Healthy Choice</i>                           |  | <i>Privato</i>               | <i>CZ, PL</i><br><i>Eliminato in NL</i> |
|  | <b>Indicatori a punteggio</b>       |                                 |                                       | <i>Nutri-Score</i>                              |  | <i>Pubblico</i>              | <i>FR, BE</i><br><i>ES, DE, NL, LU</i>  |

Fonte: RELAZIONE DELLA COMMISSIONE AL PARLAMENTO EUROPEO E AL CONSIGLIO sull'uso di forme di espressione e presentazione supplementari della dichiarazione nutrizionale

## IL NUTRI-SCORE

- È stato elaborato dall'Agenzia Nazionale della Sanità Pubblica francese e, oltre che in Francia, è diffuso anche in altri Paesi europei (Belgio, Spagna, Germania, Olanda, Lussemburgo e Svizzera);
- Esprime una valutazione dell'alimento sulla base del profilo nutrizionale\*, tenendo conto della presenza di elementi sfavorevoli ed elementi favorevoli;
- Attribuisce un punteggio in lettere (A, B, C, D, E) ed in scala cromatica (verde, giallo, arancione e rosso).

\* profilo nutrizionale: classificazione degli alimenti in base alla loro composizione nutrizionale tramite criteri predefiniti.



Fonte: <https://it.wikipedia.org/wiki/Nutri-score>

# L'ALGORITMO

Il calcolo del punteggio nutrizionale Nutri-Score viene determinato in questo modo:

Componente N – Componente P

- N tiene conto degli elementi nutrizionali il cui consumo dovrebbe essere limitato (calorie, acidi grassi saturi, zuccheri semplici, sodio) per 100 g o 100 ml di prodotto.
- P tiene conto degli elementi nutrizionali il cui consumo dovrebbe essere maggiore (fibre, proteine, frutta, verdura, legumi, noci e olio di semi di colza, di noci e di oliva).



## Componente N

| Punti | Energia (KJ/100g) | Grassi Saturi (g/100g) | Zucchero Semplice (g/100g) | Sodio <sup>1</sup> (mg/100g) |
|-------|-------------------|------------------------|----------------------------|------------------------------|
| 0     | ≤ 335             | ≤ 1                    | ≤ 4.5                      | ≤ 90                         |
| 1     | > 335             | > 1                    | > 4.5                      | > 90                         |
| 2     | > 670             | > 2                    | > 9                        | > 180                        |
| 3     | > 1005            | > 3                    | > 13.5                     | > 270                        |
| 4     | > 1340            | > 4                    | > 18                       | > 360                        |
| 5     | > 1675            | > 5                    | > 22.5                     | > 450                        |
| 6     | > 2010            | > 6                    | > 27                       | > 540                        |
| 7     | > 2345            | > 7                    | > 31                       | > 630                        |
| 8     | > 2680            | > 8                    | > 36                       | > 720                        |
| 9     | > 3015            | > 9                    | > 40                       | > 810                        |
| 10    | > 3350            | > 10                   | > 45                       | > 900                        |

<sup>1</sup>: Il contenuto di sodio corrisponde al contenuto di sale indicato nella dichiarazione obbligatoria diviso per 2.5.

## Componente P

| Punti | Frutta, verdura, legumi, noci e olio di colza, nocciole e olio d'oliva <sup>1</sup> | Fibre (g/100g) | Proteine (g/100g) |
|-------|---|----------------|-------------------|
|       |   | Metodo AOAC    |                   |
| 0     | ≤ 40  | ≤ 0.9          | ≤ 1.6             |
| 1     | > 40  | > 0.9          | > 1.6             |
| 2     | > 60  | > 1.9          | > 3.2             |
| 3     | -   | > 2.8          | > 4.8             |
| 4     | -   | > 3.7          | > 6.4             |
| 5     | 80  | > 4.7          | > 8.0             |

<sup>1</sup>: Frutta, verdura, legumi e noci contengono molte vitamine (in particolare vitamine E, C, B1, B2, B3, e B9 e la provitamina A)

## IL RISULTATO

Il punteggio nutrizionale assegnato ad un prodotto alimentare è convertito in una scala con cinque livelli cromatici e lettere:

| Classe | Limiti di punteggio | Colori           |
|--------|---------------------|------------------|
| A      | Min a - 1           | Verde scuro      |
| B      | 0-2                 | Verde chiaro     |
| C      | 3-10                | Giallo           |
| D      | 11-18               | Arancione chiaro |
| E      | 19 - max            | Arancione scuro  |

Fonte: <https://www.carrefour.it/landing/nutriscore.html>



## I LIMITI



Nutri-Score è stato sin da subito osteggiato da molti Paesi (tra cui l'Italia) e altrettante aziende che operano nel settore agroalimentare. Vediamo i motivi:

1. I nutrienti con effetti "sfavorevoli" conferiscono fino a 40 punti negativi, mentre i nutrienti con effetti "favorevoli" recano un massimo di 15 punti positivi → il sistema si concentra principalmente su ciò che le persone non dovrebbero mangiare piuttosto che su ciò che dovrebbero mangiare.
2. 100 g/ml è la quantità di cibo su cui si basa il "giudizio" finale. Tuttavia, nella maggior parte dei casi questa quantità non corrisponde alla porzione realmente consumata, che può essere maggiore o minore.  
Questo limite è particolarmente evidente per l'olio di oliva.  
È un alimento molto calorico, non c'è dubbio, ma il consumo medio non supera i 40-45 g/die.  
Inoltre Nutri-Score non fa differenza tra le varie tipologie di olio. Tutte le proprietà benefiche dell'olio EVO dove sono finite?  

3. La classificazione di alimenti e nutrienti come "favorevoli" o "sfavorevoli" va in netto contrasto con l'opinione, ormai ampiamente condivisa dalla comunità scientifica, che la dieta debba essere valutata nella sua complessità e non sulla base dei singoli alimenti.

Michele O. Carruba et al., "Front-of-pack (FOP) labelling systems to improve the quality of nutrition information to prevent obesity: NutrInform Battery vs Nutri-Score"



bio

Supernovità de presentazzion

85%  
NEGRO



FR-BIO-01  
Agricoltura no UE



100 g



# CONCLUSIONI

Per misurare direttamente se i sistemi FOP migliorano la dieta e la salute dei consumatori nella vita reale, sarebbe necessario osservarne a lungo termine le scelte alimentari quotidiane e valutare negli anni l'effetto dei sistemi FOP sulla salute tramite uno studio controllato randomizzato. Data la difficoltà di avviare tali studi e di dimostrare la causalità, **non vi sono prove empiriche sufficienti per trarre conclusioni circa l'impatto dell'uso delle etichette FOP sulla qualità salutistica della dieta e sulla salute stessa** (Cecchini e Warin, 2016; Hersey et al., 2013; Crocket et al., 2018).

## Un'etichetta può essere uno strumento valido per prevenire sovrappeso e obesità?

Le etichette FOP sembrerebbero colmare una lacuna informativa o un'esigenza insoddisfatta dei consumatori e le persone anziane e in sovrappeso/obese sarebbero più propense a segnalare la necessità (Centro comune di ricerca, 2020).

I sistemi FOP sono efficaci per i consumatori "motivati", quelli cioè che sono attenti alla salute (ad es., Finkelstein et al., 2018, Ni Mhurchu et al., 2018).

Anche la categoria alimentare sembra influire sull'efficacia delle etichette FOP (Ni Mhurchu et al., 2018; Nikolova e Inman, 2014). Ad esempio i consumatori sono meno propensi a leggere le etichette degli alimenti "non sani" perché quando li acquistano vogliono concedersi un piacere ed evitare informazioni scoraggianti (Talati et al., 2016).

Le decisioni d'acquisto sono influenzate infatti da una moltitudine di fattori che vanno al di là delle etichette FOP, tra cui il prezzo (ad es. sconti), la prevista sapidità, le abitudini ecc. (ad es., Grunert et al., 2010; Boztuğ et al., 2015).

La letteratura indica anche alcuni potenziali effetti indesiderati dell'etichettatura sulla dieta. Ad esempio, percepire un alimento come sano può indurre il consumatore ad aumentarne il consumo poiché si sente meno in colpa (Chandon e Wansink 2007), così come a consumarne porzioni eccessive se l'etichetta FOP non segnala i limiti degli effetti salutistici dell'alimento (Egnell et al., 2018b).