

**ETICHETTE  
ALIMENTARI**

di **Gabriella  
Lo Feudo\***

# ACQUISTA CON LA TESTA

Sempre più consumatori si orientano verso una spesa intelligente e mirata con un'attenzione particolare alle etichette poste sugli alimenti. Ecco le loro caratteristiche



Luca Bertolli - 123RF.com

**L**unico strumento di cui dispone il consumatore, per compiere acquisti alimentari consapevoli, è l'etichetta. Saperla leggere rappresenta un diritto ma anche un dovere, vista l'enorme quantità di prodotti offerti dalla grande distribuzione e l'importanza che gli acquisti rivestono sulla salute e sul benessere della persona. L'Unione europea e i suoi Stati membri, seppur consapevoli che i problemi legati all'obesità e a tutte le problematiche

connesse a un' impropria alimentazione andrebbero risolti prevalentemente attraverso un'accurata educazione alimentare che parta dalle scuole e si diffonda in tutti i luoghi aggregativi, ritengono importante, nel contempo, favorire lo sviluppo di un senso di responsabilità che accompagni il cittadino/consumatore durante i suoi acquisti. A tal scopo la Ue ha emanato una serie di regolamenti, tra cui il n.1169/2011, un testo importante, relativo alla fornitura

di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che costituisce un punto di svolta nei confronti della tematica. **Favorire l'accessibilità alle informazioni è ciò che ha sperimentato il Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria (Crea), principale ente di ricerca italiano dedicato alle filiere agroalimentari. Il Crea, con il suo Centro di ricerca in olivicoltura, frutticoltura e agrumicoltura, sezione di Rende (CS), in collaborazione con l'Unione italiana dei ciechi e**



Dopo l'apertura si consiglia di conservare il prodotto in frigorifero e di consumarlo entro 4 giorni.

#### INFORMAZIONI NUTRIZIONALI:

VALORI MEDI	PER 100ml	PER PORZIONE**	%*
Energia	10 kJ 2 kcal	32 kJ 8 kcal	<1 %
Grassi di cui: acidi grassi saturi	0 g	0,1 g	<1 %
Carboidrati di cui: zuccheri	0 g 0,4 g	0,1 g 1,0 g	1 % <1 %
Fibre	0,1 g	0,1 g	<1 %

degli ipovedenti di Cosenza, con Sisspre srl, start up innovativa nel campo delle moderne tecnologie, e con un'azienda agricola del territorio, ha elaborato un'etichetta narrante in cui, grazie al linguaggio braille e alle moderne tecnologie, è stato possibile consentire, a chi è affetto da disabilità visiva, il libero accesso e un'agevole fruizione delle informazioni sulla composizione e sulle proprietà di alcuni prodotti, come l'olio d'oliva (vedi foto a destra).

### Scopo e caratteristiche dell'etichetta

L'etichetta costituisce la carta d'identità di un prodotto alimentare. Coinvolge tutti gli alimenti preimballati ma non deve attribuire all'alimento proprietà idonee a prevenire, curare o guarire malattie, e tanto meno deve accennare a proprietà farmacologiche, a meno di autorizzazioni specifiche da parte degli organi preposti (Efsa- Autorità europea per la sicurezza alimentare, agenzia dell'Ue).

L'etichetta dei prodotti preconfezionati, per una valenza pedagogica intrinseca oltre che informativa, non deve in alcun modo indurre il consumatore a compiere scelte forzate e pertanto deve essere:

- > **chiara**, ovvero tutte le informazioni devono risultare facilmente comprensibili;
- > **leggibile**, per cui devono essere utilizzati caratteri di dimensioni tali da poter essere letti senza troppa difficoltà;
- > **indelebile**, pertanto gli operatori devono garantire che le informazioni riportate, siano leggibili per tutta la vita commerciale del prodotto.

### Indicazioni obbligatorie e facoltative

Le informazioni delle etichette si distinguono in obbligatorie e facoltative o volontarie. Senza le prime l'alimento non potrebbe essere commercializzato, mentre quelle facoltative, seppur regolamentate, possono essere indicate per scelta del produttore/commercializzatore, che ne risponde direttamente in merito alla veridicità. Ogni etichetta alimentare deve presentare le informazioni che consentano di apprezzare l'alimento ma anche di risalire allo stabilimento di produzione e all'operatore responsabile con il cui nome o ragione sociale sono veicolate le informazioni. Quelle obbligatorie sono situate tra il fronte e il retro, mentre la denominazione di vendita, la quantità netta o il volume e l'eventuale grado alcolico, si trovano nel campo visivo principale. Altre indicazioni importanti sono le modalità di conservazione e di uso e la data di scadenza, oltre la quale l'alimento potrebbe risultare nocivo, o il tempo di preferibile consumo oltre il quale l'alimento potrebbe perdere le sue caratteristiche peculiari. Tra le informazioni obbligatorie è fondamentale segnalare la lista degli ingredienti dove, in ordine decrescente, sono indicate tutte le sostanze utilizzate per la produzione dell'alimento e dove figurano, attraverso un carattere chiaramente distinto dagli altri, gli ingre-

dienti che provocano allergie. Se compare in etichetta l'indicazione senza zucchero, o senza zuccheri aggiunti, è importante valutare attentamente la presenza di altri zuccheri come sciroppo di glucosio, sciroppo di fruttosio, succo di mela o succo d'uva concentrato, che potrebbero indurre in errore il consumatore. In ultimo ma non meno importante è il ruolo fondamentale dell'etichetta nutrizionale, per conoscere il valore energetico e il contenuto in nutrienti del prodotto, quali proteine, grassi, carboidrati, sale, fibre, vitamine e sali minerali rapportati a 100 g o a 100 ml di prodotto presenti. ❖

*\*biologa e collaboratore tecnico del Centro di ricerca olivicoltura frutticoltura agrumicoltura*



### A COSA SERVONO LE ETICHETTE ALIMENTARI?

- > A fornire una corretta informazione sulle caratteristiche del prodotto;
- > a non indurre in inganno il consumatore su caratteristiche e/o proprietà che il prodotto non possiede;
- > a valutare correttamente il rapporto tra la qualità del prodotto e il prezzo di vendita;
- > a garantire la correttezza delle operazioni commerciali nonché la libera circolazione dei prodotti alimentari sui mercati comunitari e internazionali;
- > a favorire una maggiore consapevolezza sulle caratteristiche nutrizionali del prodotto.

Il produttore è obbligato per legge a rispettare la veridicità delle informazioni apposte, per cui più indicazioni riporta l'etichetta di un alimento più attenzione dovrebbe esserci da parte del produttore nei confronti del consumatore.