



Good Food Good Life

Ricerca
Sicurezza
Mercato Alimentare

Giugno 2013

Wellness Report

Alimenti funzionali, questi sconosciuti... dai consumatori

Secondo l'Osservatorio Nestlé-Fondazione ADI, poco noti i benefici e le differenze con gli integratori

La ricerca sui cibi funzionali e sul loro impiego è oggi tra i principali campi di attività di ricercatori e aziende alimentari. Tuttavia, mentre la tecnologia alimentare muove nuovi passi per individuare componenti nutritivi in grado di contribuire al benessere comune e ridurre il rischio di contrarre determinate malattie, i consumatori sono spesso poco informati e quindi disorientati rispetto alle differenze tra alimenti funzionali, arricchiti, integratori, nonché al loro concreto uso e beneficio.



Complice della situazione attuale, la mancanza di una legislazione specifica su questa categoria di alimenti e sulla sua etichettatura. L'ultima edizione dell'**Osservatorio Nestlé-Fondazione ADI** contribuisce a fare un po' di chiarezza con una foto-

grafia sul livello di conoscenza della popolazione italiana. **Lo studio evidenzia come il 97%** degli italiani abbia sentito parlare di **integratori alimentari**, ma **solo il 25%** - dunque 1 su 4 - conosca gli **alimenti funzionali**, con una maggior percentuale tra gli uomini e i giovani che risultano leggermente più informati. Quasi tutti però (**81%**) **non conoscono la differenza tra le due categorie** né le specificità di ciascuno. Compito dei medici è informare il consumatore sul valore di questi alimenti all'interno della dieta quotidiana e segnalarne gli effetti benefici indipendentemente dal loro valore nutrizionale.

Alla ricerca di nuove soluzioni

I processi più avanzati della tecnologia alimentare sono impiegati anche per studiare soluzioni innovative a sfide consuete nel campo alimentare, come l'**eliminazione di agenti patogeni** di origine alimentare che sono nocivi per la salute umana.

All'interno delle nuove strutture del [Centro di Ricerca Nestlé in Svizzera](#) sono disponibili le più sofisticate tecniche scientifiche per perfezionare i processi volti a sopprimere gli agenti patogeni, senza distruggere il valore nutritivo del cibo.

Con un elevato tasso di biocapacità, i nuovi laboratori recentemente inaugurati, affrontano minacce note quali la salmonella, ma raccolgono anche sfide come la lotta a nuove forme di patogeni che evolvono da agenti esistenti.

Alimenti funzionali, questi sconosciuti... dai consumatori

Nello specifico, secondo i dati dell'Osservatorio Nestlé, per il 41% degli intervistati gli **alimenti funzionali** sono "alimenti presenti in natura ricchi di sostanze nutritive", per il 14 % "alimenti specifici per chi ha problemi di salute. Al contrario, secondo il 62% degli intervistati gli **integratori alimentari** sono "compresse, fiale, bustine contenenti principi nutritivi specifici" e solo per il 21% "alimenti prodotti industrialmente ai quali vengono aggiunte sostanze nutritive particolari".

In questa situazione di confusione e incertezza solo **1 italiano su 10** dichiara di assumere con frequenza **alimenti funzionali** mentre il **52%** degli italiani dice di **non utilizzare mai integratori**. Le donne, in particolare, dicono di consumare cereali arricchiti per la colazione e gli uomini bevande energetiche per lo sport. Ma in generale il **63% degli intervistati** afferma di **evitare l'uso di prodotti alimentari ai quali vengono aggiunte sostanze nutritive**, di prenderli **solo su indicazioni** del medico/specialista o che preferisce integrare la dieta con prodotti specifici. Educare a un corretto stile di vita significa, in quest'ottica, mostrare come poter assumere consapevolmente e in maniera personalizzata cibi funzionali per equilibrare la dieta e soprattutto senza incorrere in inutili abusi.



"Un consumatore informato è un osservatore attento al proprio stato di benessere e di salute, capace di fare scelte motivate e appropriate — commenta il dott. Fatati, coordinatore scientifico dell'Osservatorio — È per questo che oggi le varie istituzioni competenti, assieme alle aziende pubbliche e private, sono impegnate in uno sforzo di informazione e classificazione, così da eliminare l'alone di sfiducia generale per porre, invece, l'accento sulle qualità positive e i benefici che un corretto uso di questi alimenti può apportare alla salute anche in termini di prevenzione. Molti non hanno ancora chiari i concetti di "alimento funzionale, nutraceutico, claims, sicurezza ed efficacia": ciò spiega perché gli alimenti funzionali e i nutraceutici con target sul metabolismo lipidico, per i quali esiste un'evidenza scientifica di efficacia, basata su trials clinici, non sono comunemente raccomandati nella terapia delle dislipidemie".

Alimenti funzionali, una definizione condivisa

Come è noto tra gli addetti ai lavori, **l'European Commission Concerted Action on Functional Food Science (FUFOSE)** definisce un alimento "funzionale" se è dimostrato con sufficiente chiarezza il suo effetto positivo su una o più funzioni dell'organismo in maniera tale da essere rilevante per il miglioramento dello stato di salute e/o nella riduzione del rischio di malattia, indipendentemente dal suo effetto nutrizionale; inoltre, deve poter esercitare i suoi effetti per le quantità normalmente consumate con la dieta.

Si tratta dunque di una definizione ampia, sulla quale è importante fare chiarezza e far sapere al consumatore che, se abbinati ad uno stile di vita sano, questi alimenti possono dare un contributo concreto alla salute e al benessere.

Newsletter di Nestlé Italiana
www.nestle.it

In collaborazione con
Edelman

Per ricevere

Wellness Report,
scrivere a:

relazioni.esterne@it.nestle.com