



Good Food Good Life

Ricerca  
Sicurezza  
Mercato Alimentare

Luglio 2014

# Wellness Report

**Educazione alimentare: dalla teoria alla pratica**

Se la sperimentazione e l'innovazione tecnologica permettono all'industria alimentare di combinare le preferenze gustative dei consumatori con una sempre miglior profilazione nutrizionale, ogni giorno la teoria ritrova nella pratica domestica la sua miglior esplicitazione. Un esperimento 'base' che i ricercatori svolgono costantemente al Centro di Ricerca a Vevey, coinvolgendo bambini di diversa

**COSA CI DICE UN PIATTO A PRIMA VISTA?  
Gli studi confermano come la vista e l'olfatto guidino le scelte alimentari**

Se comune è il sapere che la vista determina la percezione del gusto, oggi è l'olfatto a essere confermato come organo decisivo nella ricerca scientifica sul rapporto tra cibo e sensi. Una [ricerca della Technische Universität Munchen e il German Research Center for Food Chemistry](#) ha analizzato migliaia di sostanze chimiche volatili per arrivare a dimostrare che solo 230 di esse giocano un ruolo importante nella percezione degli odori del cibo. I ricercatori hanno infatti scoperto che la stragrande maggioranza degli odori degli alimenti deriva da circa



**230 sostanze.** Queste sostanze sono presenti in gruppi che vanno da 3 a massimo 40 molecole che, insieme, caratterizzano un particolare cibo. L'odore avvertito è quindi il risultato di questa unione tra un massimo di 40 sostanze volatili diverse. Tutti gli odori, da quello dell'ananas a quello del vino e della carne arrostita, sono dati da differenti combinazioni di questi 230 elementi.

## Nuovi studi rivelano come la vista e l'olfatto guidino le scelte alimentari

età e profilo, conferma l'influenza della vista nella percezione del gusto. Ai gruppi viene chiesto di assaggiare le sostanze da analizzare, proponendole successivamente in bicchieri di colori diversi. Viene poi chiesto loro di identificarne le differenze e fornire un profilo gustativo dei campioni: costantemente la valutazione dei bambini attribuisce un sapore diverso anche alla stessa sostanza a seconda che sia posta in un bicchiere di colore rosso o giallo. A conferma, dunque, dell'utilità del buon senso casalingo che attribuisce alla presentazione del piatto e alla colorazione degli alimenti il successo nell'assunzione dei cibi 'difficili' da parte dei bambini.

*“L'odore del burro è codificato da una combinazione di appena 3 molecole chiave, mentre le fragole ne hanno 12”* spiega Peter Schieberle, coordinatore dello studio. *“L'odore più complesso è sicuramente quello del Cognac - ha inoltre rivelato - perché deriva da 36 molecole chiave”*. La scoperta è di fondamentale importanza sia per capire come avviene la percezione dei cibi, sia perché apre nuove prospettive all'industria alimentare. Già nel 2012 uno studio sperimenta-



le del [Nestlé Research Center](#), pubblicato su Plos ONE, (*Visual-gustatory interaction: Orbitofrontal and insular cortices mediate the ef-*

*fect of high-calorie visual food cues on taste pleasantness*”. Kathrin Ohla, Ulrike Toepel, Johannes le Coutre and Julie Hudry) ha dimostrato che l'energia contenuta in un alimento è ipotizzata dal cervello 200 millesimi di secondo dopo aver guardato quanto presente nel piatto. Durante lo studio sono ad un gruppo di adulti sono state mostrate delle immagini al alimenti con apporti calorici differenti. Immediatamente dopo agli stessi soggetti, sono stati fatti assaggiare cibi con un sapore non familiare. I partecipanti hanno dichiarato di aver avuto percezioni gustative piacevoli dopo aver visto immagini di cibi altamente calorici come pizze o pasticcini. Al contrario, l'esperienza dichiarata risultava meno piacevole dopo aver osservato immagini di cibi poco calorici come angurie o fagiolini.

Newsletter di Nestlé Italiana

[www.nestle.it](http://www.nestle.it)

In collaborazione con Edelman

Per ricevere Wellness Report, scrivere a: