

NUTRIZIONE



Può capitare di girare fra gli scaffali di un supermercato e trovare, fra le indicazioni che orientano nella ricerca dei prodotti, scritte del tipo: latte, latticini, formaggi e ... probiotici. Una parola che ha un preciso significato scientifico:

batteri vivi che migliorano l'equilibrio della flora microbica dell'intestino (da cui dipendono molte funzioni dell'organismo), ma che la maggior parte delle persone ha appreso da slogan pubblicitari. O meglio da quei claims (affermazioni pubblicitarie) salutistici che esaltano le proprietà benefiche di alcuni alimenti per la salute (ad esempio: "aumenta le difese immunitarie", oppure "regola la funzione intestinale").

Claims che spesso non incontrano l'approvazione dell'Efsa, l'autorità europea per la sicurezza alimentare che ha il compito di stabilire se queste affermazioni rispondono alla "verità" di studi scientifici. Proprio il mese scorso, gli esperti dell'Efsa hanno censurato alcuni probiotici, ma secondo una parte di esperti, l'Efsa è troppo severa nei suoi giudizi e finisce per bocciare molti prodotti non tanto per mancanza, ma per insufficienza di prove. Secondo altri lo fa per tutelare il consumatore (anche se il suo è un parere consultivo ed è la Commissione Europea, poi, a decidere). Risultato: una gran confusione fra i consumatori. (...)

L'articolo:

<http://www.europass.parma.it/page.asp?IDCategoria=553&IDSezione=0&ID=385301>

Il sito della Nutrition Foundation of Italy:

<http://www.nutrition-foundation.it/index.php>

Il sito dell'Efsa:

<http://www.efsa.europa.eu/it>

Informazione di base:

<http://it.wikipedia.org/wiki/Probiotico>

http://en.wikipedia.org/wiki/Health_claims_on_food_labels

Sull'argomento:

<http://www.europass.parma.it/page.asp?IDCategoria=553&IDSezione=0&ID=386273>

<http://www.ilfattoalimentare.it/i-probiotici-curano-la-diarrea-ma-uno-yogurt-non-basta.html>

<http://www.ilfattoalimentare.it/lefsa-boccia-lo-yogurt-actimel-di-danone-non-riduce-la-dissenteria-nelle-persone-anziane.html>