



UNC  
CONSUMATORI.IT

## Etichetta semaforo: è la scelta giusta?

02 Ottobre 2014



L'immagine a sinistra è esplicativa di una **etichetta semaforo applicata su un prodotto alimentare**. Vediamo di capire meglio di cosa si tratta.

I **grassi, gli zuccheri e il sale** sono ritenuti, a ragione, potenziali pericoli alimentari: se infatti i grassi e gli zuccheri contribuiscono in modo significativo ad incrementare l'apporto energetico della dieta, il sale può avere effetti negativi su alcune funzioni fisiologiche. Va comunque detto che nella nostra alimentazione la presenza dei componenti citati è di fondamentale importanza e ne abbiamo bisogno per riuscire a sopravvivere. Ovviamente nella **dieta** debbono essere presenti anche **proteine, carboidrati, altri sali minerali, vitamine, antiossidanti, ecc.**: in poche parole la nostra **dieta deve essere equilibrata** nei vari nutrienti e deve essere accompagnata da un **corretto stile di vita**.

Il consumatore ha una ampia possibilità di scelta sia di alimenti materie prime (**frutta, verdura, carne, uova, ecc.**), sia di alimenti trasformati (**formaggi, salumi, prodotti da forno, ecc.**). In realtà, però, l'orientamento dei cittadini è quello di rivolgersi con sempre maggiore frequenza agli alimenti trasformati e di conseguenza l'industria alimentare ha assunto un ruolo molto importante nella società muovendo enormi interessi economici. La concorrenza è divenuta spietata e con una notevole frequenza vengono lanciati sul mercato nuovi alimenti accompagnati da massicce campagne pubblicitarie.

Per fare fronte al dilagare di informazioni alle volte fuorvianti, l'**UE ha emanato il Regolamento 1169/2011** a cui ha dato il nome di "informazioni ai consumatori" anche se è meglio conosciuto come "**Regolamento sulla etichettatura degli alimenti**". In effetti dalla lettura del documento si capisce chiaramente che l'obiettivo principale del Regolamento è di educare i cittadini a mangiare meglio per prevenire malattie di origine alimentare e in primo luogo l'obesità.

Senza voler entrare nei dettagli del Regolamento, va detto che le **etichette devono essere fatte in modo chiaro e trasparente** e devono informare il cittadino sui componenti dell'alimento che acquista. Assumono però particolare rilievo le informazioni relative alla quantità di Kcalorie per ogni cento grammi (e/o porzione), la presenza di allergeni e la quantità di sale. Tutte queste informazioni non debbono essere fornite per le citate materie prime alimentari.

## L'etichetta semaforo

I singoli paesi della UE dovrebbero organizzare **campagne di educazione** per una corretta e sana alimentazione nei confronti dei cittadini anche attraverso la lettura delle etichette. Il Regno Unito ha studiato il problema e, in modo autonomo, ha deciso di integrare le etichette con una **segnaletica colorata** che consente al consumatore di identificare gli alimenti conservati con una diversa "pericolosità" attraverso il **rosso** (più pericoloso), **giallo** (intermedio) e **verde** (sicuro), senza doversi studiare le etichette. Si tratta della così detta **etichetta semaforo**. In pratica quindi ai cittadini viene fornito uno strumento che evita loro di "perdere tempo" nell'approfondire le conoscenze su quello che mangiano. Sembra quindi che si sia trovato l'uovo di Colombo, ma non è così.

Il parametro più importante è la quantità di **calorie**. Per raggiungere questo obiettivo, le aziende alimentari devono sviluppare nuovi prodotti con meno grassi e zuccheri; un importante aiuto può essere loro fornito dalla chimica mediante vari additivi come addensanti, gelificanti, edulcoranti, antiossidanti; il sale, poi, in alcuni alimenti può in parte essere sostituito da esaltatori di sapidità.

Il rischio è quindi che **parte dei "nutrienti" venga sostituito da sostanze chimiche** e questo non sembra essere un bell'obiettivo da raggiungere. Si deve infatti ricordare che per molti degli additivi alimentari esistono dosi accettabili giornaliere e che, incrementandone l'impiego, si corre il rischio di superarle.

Curiosamente sembra che **non ci siano accenni a semafori per le bevande alcoliche** (o non si tratta di alimenti oppure si pensa che i consumatori conoscano benissimo i pericoli che ne possano derivare). Un'altra ipotesi potrebbe essere che non è bene spiegare ai consumatori che la birra, il vino ed i superalcolici, oltre ai vari danni di cui possono essere responsabili, fanno anche ingrassare.

Considerando l'ampio dibattito che si sta svolgendo, si ritiene che esistano molteplici interessi e non soltanto quello di difendere la **salute dei cittadini**. In particolare quelli di alcune aziende che, interpretando bene i semafori, riescono a far cambiare i colori ai loro prodotti con una certa facilità. Un ruolo importante verrà svolto da chi deciderà su quale sia il colore più appropriato e quale sia la sua effettiva indipendenza da interessi particolari.

Considerando poi quello che è successo con le sigarette dove (nonostante le diciture imposte sulle drammatiche indicazioni relative ai pericoli sulla salute) i consumi non sono calati moltissimo, si può ipotizzare che qualcosa di analogo succeda per il cibo. I semafori alimentari verranno seguiti da chi anche adesso fa molta attenzione a quello che mangia; per gli altri gli effetti saranno modesti anche perché non riusciranno, ad esempio, a rinunciare a qualche fetta di panettone.

Potrebbe interessarti sull'argomento anche [Etichetta semaforo: vittoria del buon senso](#)

**Autore:** Agostino Macrì

**Data:** 27 Febbraio 2014