

Alimentando

Prodotti alimentari: etichettatura e conservazione

Le etichette sono come un libro da leggere attentamente.

Ma, tra i vari generi di libri, somigliano di più ai "gialli": alcune notizie sono scritte chiaramente, altre sono un po' nascoste e altre ancora sono indizi da interpretare. Mettendo insieme tutti i tasselli si possono trarre conclusioni molto interessanti: facendo attenzione al peso netto e alla qualità del prodotto (ad esempio, controllando in etichetta la presenza di ingredienti freschi o pregiati), si può capire se il prezzo è davvero conveniente.

La prossima volta che andate al supermercato, potreste divertirvi a condurre una piccola indagine alla Sherlock Holmes sui cibi che mettete nel carrello e, anziché l'assassino, scoprirete alla fine il "miglior acquisto".

Che cos'è l'etichettatura?

Per etichettatura s'intende l'insieme delle menzioni, delle indicazioni, dei marchi di fabbrica o di commercio, delle immagini o dei simboli che si riferiscono al prodotto alimentare e che figurano direttamente sull'imballaggio o su un'etichetta appostavi o sul dispositivo di chiusura o su cartelli, anelli o fascette legati al prodotto medesimo.

Leggi sempre l'etichetta dei prodotti alimentari e il cartello degli ingredienti esposto negli esercizi pubblici

E' la regola numero uno per far capire che oggi ad occhi chiusi non si deve comprare più nulla. I produttori hanno l'obbligo di:

- scrivere innanzi tutto, che cosa c'è nella confezione, ad esempio "confettura" o "maionese",
- indicare tutti gli ingredienti,
- il peso,
- il luogo e la ditta produttrice,
- la data di durabilità o di scadenza
- e, quando occorre, le modalità di conservazione e preparazione.

Inoltre, secondo le indicazioni di una Direttiva Europea, le etichette possono riportare una tabella nella quale è indicato (in kilocalorie) il valore energetico dell'alimento: informazione molto utile per conoscere esattamente quante

calorie forniscono 100 grammi del prodotto; nella stessa tabella è indicata anche la quantità dei principali nutrienti contenuti nel prodotto, ad esempio: proteine, carboidrati, grassi, fibre, vitamine e sali minerali. Tutte queste informazioni devono essere anche in lingua italiana.

In sostanza, l'etichetta degli alimenti e il cartello degli ingredienti esposto negli esercizi pubblici (bar, gastronomie, ecc.) sono una preziosa guida per consumare il prodotto in maniera corretta, per conoscerne il valore nutritivo e non correre rischi alimentari.

La denominazione di vendita

Essa consiste nella denominazione "legale" (ovvero imposta per norma di legge) o nel nome consacrato da usi e consuetudini oppure in "una descrizione del prodotto accompagnata, se necessario, da informazioni sulla sua natura e utilizzazione, in modo da consentire all'acquirente di distinguerlo dai prodotti con i quali potrebbe essere confuso" (ad es. il burro dalla margarina)

Questa "denominazione" non può essere un "nome di fantasia" o una generica formulazione (capita, per esempio, di leggere in etichetta "specialità fresca da tavola": denominazione questa "buona" tanto per una fetta di pane quanto per un bicchiere d'acqua).

Inoltre la "denominazione di vendita" deve anche riportare "una indicazione relativa allo stato fisico in cui si trova il prodotto alimentare o al trattamento specifico da esso subito (ad esempio: in polvere, concentrato, liofilizzato, surgelato, affumicato) se l'omissione di tale indicazione può creare confusione nell'acquirente".

E' sempre obbligatorio indicare il "trattamento mediante radiazioni ionizzanti" con la dicitura "irradiato" o con l'espressione "trattato con radiazioni ionizzanti". Ma è prevista una deroga all'obbligo di indicare il "trattamento" quando consiste nella "conservazione dei prodotti dolciari alle basse temperature" o per "surgelazione" o "congelazione".

L'elenco degli ingredienti

Cioè "qualsiasi sostanza, compresi gli additivi, utilizzata nella fabbricazione o nella preparazione di un prodotto alimentare ancora presente nel prodotto finito, anche se in forma modificata".

Ricorda che tutti gli ingredienti utilizzati sono indicati sull'etichetta e sono elencati in ordine decrescente di quantità presente nel prodotto

Sull'etichetta sono elencati obbligatoriamente tutti gli ingredienti che compongono il prodotto, che devono essere ben individuabili e devono essere elencati in ordine decrescente: al primo posto quello presente in quantità

maggiore e via via fino a quello presente in quantità minore, in modo da dare un'idea chiara della composizione del prodotto.

Se si tratta, però, di alimenti composti da un solo ingrediente non è necessario specificarlo, perché risulta comprensibile già dalla denominazione del prodotto: tutti sappiamo, ad esempio, che il latte è latte e basta. Anche gli additivi sono considerati ingredienti e, vista la loro minima quantità, sono segnalati per ultimi.

Per gli "ingredienti" è prevista come "non obbligatoria" la menzione del trattamento specifico (quali: in polvere, concentrato, surgelato, ecc.) da esso subito, "salvo che nel caso sia espressamente prescritta da norme specifiche". E' però in ogni caso obbligatorio, anche per gli ingredienti, precisare l'eventuale trattamento a base di "radiazioni ionizzanti".

Quantità

L'etichetta deve inoltre riportare **la quantità netta** o, nel caso di prodotti preconfezionati in quantità unitarie costanti, la quantità nominale.

A questo proposito viene ribadito che "La quantità netta di un preimballaggio è la quantità che esso contiene al netto della tara".

Inoltre "se un prodotto alimentare solido è presentato immerso in liquido di governo, deve essere indicata anche la quantità di prodotto sgocciolato".

L'obbligo di indicazione della quantità netta è escluso quando si tratta di "prodotti soggetti a notevoli cali di massa o volume. In questo caso "i prodotti devono essere pesati alla presenza dell'acquirente ovvero riportare l'indicazione della quantità netta al momento in cui sono esposti per la vendita al consumatore". Tale, ad esempio, il caso dei salumi.

Termine minimo di conservazione

Due sono i punti di riferimento nel "tempo" previsti come "indicazione obbligatoria":

- il termine minimo di conservazione;
- la data di scadenza.

Per gli alimenti di "ordinaria deperibilità" *il termine di conservazione* che "è la data fino alla quale il prodotto alimentare conserva le sue proprietà specifiche in adeguate condizioni di conservazione", lo si indica con la dicitura "da consumarsi preferibilmente entro" seguita dalla data o dall'indicazione del punto della confezione in cui la data è stata collocata.

Il "termine minimo di conservazione" non esclude la commerciabilità anche dopo il suo superamento, ma comporta l'esplicita informazione al riguardo da parte del commerciante, ad esempio con apposito cartello, ed il passaggio di

responsabilità circa l'attuale commestibilità e validità nutrizionale del prodotto alimentare dal fabbricante al rivenditore commerciale.

Quest'ultimo dal momento della scadenza del "termine minimo di conservazione" "garantisce" lui il prodotto all'acquirente.

Per gli alimenti "ad alta deperibilità microbiologica" vi è l'obbligo di indicare la "data di scadenza". Questa "è data entro la quale il prodotto alimentare va consumato". Va indicata con la dicitura "da consumarsi entro" seguita dalla data, oppure dall'indicazione del punto della confezione in cui la data stessa figura.

A differenza del "termine minimo di conservazione" la "data di scadenza" funziona come termine ultimo di "commerciabilità" del prodotto. Infatti stabilisce il decreto 109 che "è vietata la vendita dei prodotti che riportano la data di scadenza a partire dal giorno successivo a quello indicato sulla confezione".

Le confezioni "scadute" vanno rifiutate dal consumatore e sequestrate dal personale di vigilanza sanitaria ed annonaria.

La data si esprime indicando chiaramente e nell'ordine: giorno, mese ed anno. Non c'è l'obbligo di indicare la scadenza per:

- gli ortofruttili freschi, comprese le patate;
- i vini;
- le bevande con contenuto di alcool pari o superiore al 10% in volume;
- le bevande analcoliche, i succhi ed i nettari di frutta, le bevande alcolizzate contenute in recipienti individuali di capacità superiore a 5 litri destinati alle collettività;
- i prodotti di panetteria e pasticceria che vengono consumati entro le 24 ore dal momento della fabbricazione;
- gli aceti;
- il sale da cucina;
- gli zuccheri allo stadio solido;
- i prodotti di confetteria, caramelle e pastigliaggi;
- le gomme da masticare e prodotti analoghi;
- i gelati monodose.

Controlla la data di durabilità o la data di scadenza del prodotto prima dell'acquisto e consumalo entro il termine consigliato sull'etichetta!

Importantissimo:

- le date di scadenza e di durabilità sono valide finché la confezione è integra e il prodotto è stato conservato come indicato in etichetta.
- Per tutti gli alimenti freschi o sfusi che non riportano alcuna data di scadenza, informati sulla durata e le modalità di conservazione.

Indicazioni del produttore

Nelle etichette possono inoltre essere riportate le seguenti informazioni:

- tabella nutrizionale;
- n° singole unità nella confezione;
- data di produzione;
- tipo di lavorazione;
- Marchi di qualità: DOC, DOP, IGP, STG, DOCG

Tabella nutrizionale

Mentre la normale etichetta deve indicare obbligatoriamente l'elenco degli ingredienti, la tabella nutrizionale, che salvo particolari eccezioni è facoltativa, riporta una dichiarazione relativa al valore energetico ed ai seguenti nutrienti: le proteine; i carboidrati; i grassi; le fibre alimentari; il sodio; le vitamine e i Sali minerali elencati in un allegato alla Direttiva n. 496/1990 e presenti in quantità significativa, secondo quanto previsto nell'allegato stesso. E' utile sapere, per esempio, che un alimento è fatto con farina, burro, zucchero, eccetera, ma l'**etichetta normale** non dichiara le quantità dei singoli ingredienti, mentre con l'**etichetta nutrizionale** il consumatore sa anche "quanto" mangia e ciò è anche più utile in caso di diete o situazioni particolari.

n° singole unità nella confezione

Una scatola di purea di patate contiene di solito diverse buste di polvere. Dentro una confezione di merendine ci possono essere diverse tortine incartate una per una.

Già, ma quante sono le buste di purea? E quante le merendine?

La risposta si legge nell'etichetta, che deve dire se nella confezione troveremo sei tortine, piuttosto che cinque oppure otto. Oppure che la polvere di patate è suddivisa in tre buste piuttosto che in quattro.

Per molte persone, questa informazione è persino più utile dell'indicazione del peso netto, che da sola può non essere particolarmente significativa.

Per certi prodotti, se l'imballaggio esterno è trasparente e consente di vedere all'interno, può non figurare il numero delle unità contenute.

La data di produzione

Per vederci più chiaro sarebbe però opportuno conoscere, oltre al termine di conservazione, anche la data di produzione o di confezionamento.

Solo su pochi prodotti è riportata la data di produzione, la legge infatti non la richiede, anche se sarebbe utile per valutare meglio la freschezza.

Tipo di lavorazione

Anche il tipo di lavorazione è importante. Prendiamo l'olio di oliva extravergine: se è ottenuto dalla "premitura a freddo", allora conserva le migliori caratteristiche.

Quando il produttore ci tiene a far sapere che il suo prodotto è stato ottenuto con una lavorazione particolare, lo riporta in etichetta.

Marchi di qualità

DOC	Denominazione d'Origine Controllata: ogni prodotto DOC deve rispettare le regole di produzione tradizionale, specificate in dettagliati "disciplinari".
DOP	Denominazione d'Origine Protetta: si tratta di produzioni agricole e alimentari le cui caratteristiche sono dovute essenzialmente (se non esclusivamente) all'ambiente geografico, "comprensivo dei fattori naturali ed umani".
IGP	Indicazione Geografica Protetta: indica che il legame con la zona geografica si riferisce ad almeno uno degli stadi della produzione, della trasformazione o dell'elaborazione.
STG	Specialità Tradizionale Garantita: il marchio non fa riferimento all'origine del prodotto ma ha per oggetto la valorizzazione di una composizione tradizionale o di un metodo di produzione.
DOCG	Denominazione di Origine Controllata e garantita: sono alcune produzioni che si caratterizzano per avere particolari pregi qualitativi. Sono sottoposti a controlli disciplinari di produzione particolarmente rigidi.

Stabilimento di produzione

L'etichetta vi dice anche:

- Il nome (o la ragione sociale o il marchio depositato) e la sede del fabbricante o del confezionatore o di un venditore stabilito nell'Unione Europea;
- la sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento.

Da queste indicazioni il consumatore attento può sapere, tra l'altro:

- a chi si può rivolgere per ulteriori informazioni sul prodotto o per inviare reclami o farsi cambiare la merce difettosa o avariata;
- se il prodotto proviene da regioni o paesi rinomati per la bontà di una certa specialità;
- se il prodotto proviene da Paesi o produttori che si preferisce evitare per le ragioni più varie, in particolare per timori di carattere sanitario (ad esempio, il latte che proveniva dall'Est europeo dopo Chernobyl, o la carne di manzo inglese per via della "mucca pazza": ma in casi come questi sono rare le etichette che parlano chiaro!);

- se il prodotto proviene da Paesi in via di sviluppo verso i quali si vuole essere solidali, o viceversa da Paesi o produttori che si vogliono boicottare.

Avete fatto caso che a volte l'etichetta indica la località in cui il prodotto è stato fabbricato e confezionato e altre volte no?

L'indicazione della sede dello stabilimento può essere omessa nei seguenti casi:

- prodotti provenienti da altri Paesi per la vendita in Italia (senza alcuna trasformazione);
- prodotti destinati all'esportazione;
- impresa produttrice o confezionatrice che disponga di un unico stabilimento ubicato allo stesso indirizzo della sede legale o sociale.

Se l'impresa dispone di più stabilimenti, potreste trovare in etichetta la lista completa, e lo stabilimento di effettiva produzione evidenziato con un segno, una lettera o un numero.

Se poi il prodotto viene distribuito da un soggetto diverso sia dal fabbricante che dal confezionatore, per legge la sede dello stabilimento deve essere indicata specificando oltre alla località anche l'indirizzo completo.

Lotto di produzione

Il "numero di lotto" è presente su quasi tutti i prodotti alimentari, anche se di solito non ci facciamo caso. Identifica un certo gruppo di prodotti usciti dalla fabbrica con caratteristiche identiche.

Per "lotto", dice la legge, "si intende un insieme di unità di vendita di una derrata alimentare, prodotte, fabbricate o confezionate in circostanze praticamente identiche".

Il codice che identifica il lotto in genere è preceduto dalla lettera "L".

Alcuni prodotti sono esonerati dall'indicazione del numero di lotto. Ad esempio, quelli che già indicano la data di scadenza o il termine minimo di conservazione specificando giorno e mese.

Modalità di conservazione

- Le date di scadenza e di durabilità sono valide finché la confezione è integra e il prodotto è stato conservato come indicato in etichetta.
- Quando conservi segui sempre le istruzioni per l'uso indicato sulle confezioni, comprese le modalità di conservazione.
- Per tutti gli alimenti freschi o sfusi che non riportano alcuna data di scadenza, informati sulla durata e le modalità di conservazione.
- Carne, pesce, latticini, cibi pronti conservati dal negoziante in banchi refrigerati, devono essere trasportati al più presto nel frigorifero di casa. Quando è importante, in etichetta è indicata la temperatura alla quale il prodotto deve essere conservato: per lo più intorno ai 4°C che è la temperatura del frigorifero domestico .

- I cibi in scatola, che non devono essere tenuti in frigorifero, devono comunque essere conservati in modo da non subire eccessi di caldo o di freddo: la segnalazione conservare in "luogo fresco e asciutto" è una condizione da rispettare.
- Le confezioni gonfie, ammaccate, bagnate o addirittura rotte devono essere rifiutate, così come devono essere buttate quelle dalle quali, all'atto dell'apertura, escano gas o bollicine o nelle quali vi siano muffe o abbiano sapore, odore, consistenza non convincenti.
- Le confezioni deteriorate possono essere restituite al negoziante che deve sostituirle con altre integre.
- Mantieni sempre i prodotti refrigerati e quelli surgelati alla temperatura indicata sulla etichetta e riponili, subito dopo l'acquisto, nel frigorifero o nel congelatore. Ricorda che il freddo non uccide i germi ma ne rallenta o impedisce la crescita. Per una buona conservazione in frigorifero è necessario:
 1. mantenere costante la temperatura , evitando aperture troppo frequenti o chiusure incomplete;
 2. posizionare il frigorifero lontano da fonti di calore;
 3. riporre nei diversi scomparti gli alimenti suddivisi per tipo e temperatura di conservazione;
 4. evitare di riempirlo eccessivamente , per favorire la circolazione dell'aria fredda;
 5. coprire tutti i cibi, in particolare quelli cotti, avendo cura di riporli in spazi nettamente separati;
 6. Il reparto congelatore del frigorifero domestico deve essere mantenuto ordinato, senza brina (indizio di sbalzi di temperatura), non eccessivamente sovraccaricato, alla temperatura di - 18°C;
 7. Le confezioni di surgelati non devono essere bagnate, ricoperte di brina o schiacciate, devono essere trasportate in un contenitore termico, essere riposte nel congelatore nel minor tempo possibile dopo l'acquisto, consumate entro la data di scadenza, che varia da cibo a cibo, e devono essere scongelate seguendo le indicazioni del fabbricante, che compaiono pure sull'etichetta;
 8. Dopo la scongelazione i surgelati non devono essere ricongelati.
 9. Ovunque ci sia materia deperibile com'è il cibo, è molto importante rispettare l'igiene dell'ambiente e delle persone.

Istruzioni per l'uso

Segui sempre le istruzioni per l'uso indicate sulle confezioni, comprese le modalità di conservazione, dal momento dell'acquisto fino al consumo. "Preparatela così...", suggerisce qualche etichetta. E vi spiega come preparare o cucinare il prodotto, a volte consigliando delle ricette.

Le istruzioni per l'uso sono obbligatorie quando il consumatore potrebbe confondersi. In ogni caso, si tratta di indicazioni molto utili: fa sempre comodo sapere quanti minuti deve cuocere un certo tipo di pasta, per non doverla assaggiare in continuazione.

Sui surgelati, dovrebbe anche essere indicato se necessario uno scongelamento graduale o se il prodotto può essere messo in padella o nel forno appena uscito dal congelatore.

Il sistema di rintracciabilità

La rintracciabilità è la capacità di ricostruire la storia di un prodotto attraverso l'identificazione e la documentazione di tutte le attività, i materiali e le specifiche responsabilità degli operatori che concorrono alla produzione del bene.

La certificazione di rintracciabilità di filiera attesta la garanzia e la documentazione della rintracciabilità del prodotto lungo tutte le fasi della sua elaborazione relativamente a:

- prodotti e componenti rilevanti
- organizzazioni coinvolte
- flussi materiali

Quindi...rintracciabilità significa conoscere tutto del prodotto che compri: dove è stato fatto, chi lo ha prodotto e con quali tecniche produttive, come è stato confezionato, quali controlli ha subito.

Fonti bibliografiche:

"ALIMENTAZIONE E SALUTE. Guida all'alimentazione per attività , età e stili di vita" di Carlo Cannella, Carlo Corra, Massimo Cresta, Bruna Lancia, Giorgio Maggioni, Stefano Zolea. "PROGETTO SICUREZZA E QUALITA' DEGLI ALIMENTI", Consumatore informato Consumatore sano, Anno scolastico 2001 2002 - Federconsumatori Ferrara, ADICONSUM Ferrara, Editrice Il Globo.

"I SEGRETI DELLE ETICHETTE", Prefazione di Emma Bonino, Enciclopedia pratica del vivere quotidiano - Il salvagente

www.sicurezzalimentare.it

www.asl.pavia.it