



Camera di Commercio
Cagliari



**Laboratorio
Chimico Merceologico
della Sardegna**

Rete dei Laboratori
delle Camere di Commercio



Etichette e valori nutrizionali

L'informazione nutrizionale è una dichiarazione riportata sull'etichetta di un prodotto alimentare relativa al suo valore energetico e al suo contenuto in proteine, grassi, carboidrati, fibre alimentari, sodio, vitamine e sali minerali.

A livello europeo l'etichettatura nutrizionale è ancora (per poco) facoltativa, a meno che un'indicazione nutrizionale compaia sulla confezione o in qualsiasi forma di pubblicità del prodotto alimentare: se ad esempio un alimento è pubblicizzato come "con pochi grassi", la tabella nutrizionale deve essere presente in etichetta.

In generale le etichette nutrizionali sono di due tipologie, che riportano:

- valore energetico e quantità di proteine, grassi, e carboidrati (*gruppo 1*);
- valore energetico e quantità di proteine, grassi, acidi grassi saturi, carboidrati, zuccheri, fibre alimentari, sodio (*gruppo 2*).

Il secondo tipo è obbligatorio quando viene fornita in etichetta un'informazione nutrizionale relativa a acidi grassi saturi, zuccheri, fibre alimentari o sodio.

Altre informazioni che possono essere aggiunte (obbligatoriamente se oggetto di informazione nutrizionale) riguardano le quantità di amido, polialcoli, acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi, colesterolo, vitamine e sali minerali.

Il **valore energetico** viene espresso in kcal e in kJ per 100 grammi o 100 mL; proteine, grassi (escluso il colesterolo), carboidrati, fibre alimentari e sodio in grammi su 100 grammi o 100 mL; il colesterolo in milligrammi su 100 grammi o 100 mL.

A richiesta, le quantità possono poi essere anche riferite alla razione o alla porzione (così come previsto dalla normativa americana), indicando il numero di porzioni in etichetta.

I dati sulle vitamine e sui sali minerali devono inoltre essere espressi anche come percentuale della **razione giornaliera raccomandata** (RDA).

Nel 2003 la Commissione Europea ha cominciato un lavoro di revisione della normativa in materia di etichettatura nutrizionale. Nella nuova proposta di legge l'etichetta nutrizionale sarà resa obbligatoria su tutti i prodotti, al fine di favorire la comprensione da parte dei consumatori delle caratteristiche nutrizionali degli alimenti, per consentire loro scelte informate nel quadro di una dieta corretta ed equilibrata.

Ad oggi la maggior parte delle aziende è già pronta (o si sta preparando) all'inserimento obbligatorio dei valori nutrizionali in etichetta.

Il Laboratorio Chimico Merceologico della Sardegna esegue la determinazione dei parametri necessari per la compilazione delle etichette nutrizionali sia per quanto riguarda il mercato europeo sia per quello americano (implementazione dei parametri analitici ed espressione dei dati *per serving* (porzione) e in base alla dieta).

Laboratorio Chimico Merceologico della Sardegna Soc. Cons. a r.l. - unico socio

Via Emilio Segrè s.n. (Z.I. Elmas) - 09030 Elmas

tel. 070/241224 - fax 070/212646 • P.IVA/C.F. 02439520921

www.labsardegna.it - info@labsardegna.it