

Ampio dibattito in corso sul tema, ma su una cosa siamo tutti d'accordo: la necessità di una normativa chiara, per operatori e consumatori, che trovi analoga interpretazione e applicazione almeno in tutta Europa

ETICHETTATURA DEGLI ALIMENTI, FACCIAMO CHIAREZZA

Di Caterina Pilo

DIRETTORE GENERALE

e *Susanna Neuhold*

RESPONSABILE NAZIONALE AREA QUALITÀ & SICUREZZA ALIMENTARE

Alcuni di voi potrebbero aver letto negli ultimi mesi informazioni in tema di etichettatura sugli alimenti, diffuse in vari gruppi social tematici sulla celiachia esterni alla nostra Associazione, discordanti o apertamente critici verso le posizioni di AIC sull'argomento. AIC è più volte intervenuta, nonostante la complessità del tema, postando contenuti sui social e sul nostro sito, anche aggiornando chi ci segue online sugli importanti lavori oggi in corso a livello internazionale.

Rassicuriamo i nostri lettori: non solo non c'è nulla di scandaloso, ma è auspicabile e sempre utile che, nelle fasi in cui si sta discutendo la scrittura o il completamento (come in questo caso) di una norma, le parti sociali coinvolte abbiano un dialogo e un confronto tra posizioni che possono anche essere spesso differenti con le istituzioni, nazionali e internazionali, e le altre Associazioni pazienti.

Nell'ambito della Federazione europea, infatti, di cui siamo fondatori e membri dal 1988, le Associazioni pazienti presentano al momento un differente approccio rispetto al tema dell'etichettatura degli alimenti, anche in base a linee guida, norme nazionali o prassi diffuse differenti da Paese a Paese, proprio per via dell'assenza di una completa normativa internazionale. Le posizioni e le prassi, anche diverse, sono del tutto lecite e non si delegittimano l'un l'altra, ma, anzi, corroborano il nodo principale, su cui, invece, ci troviamo tutti d'accordo, ovvero la necessità di una normativa chiara, per operatori e consumatori, che trovi analoga interpretazione e applicazione almeno in tutta Europa.

È normale quindi trovare dibattiti anche sui social, che rispecchiano le differenti interpre-





tazioni e applicazioni che si possono trovare sul mercato, dettate proprio dalla mancanza di una norma univoca e chiara.

Informazioni in etichetta: la situazione, oggi

La situazione attuale dei pazienti celiaci, almeno in Italia, sarebbe stata inimmaginabile fino a qualche decennio fa. Oggi la norma⁽¹⁾ indica l'obbligatorietà di indicare tutti gli ingredienti in etichetta, con particolare riferimento agli allergeni, che devono essere indicati con un carattere particolare e in evidenza, diverso dagli altri. In questo modo, possiamo facilmente individuare ed escludere tutti quegli alimenti che contengono cereali contenenti glutine, come frumento o orzo, che sono, appunto, considerati allergeni. Non solo. Abbiamo anche la fortuna, unici pazienti al mondo tra tante allergie e intolleranze alimentari, ad avere anche una dicitura dedicata, il claim "Senza glutine"⁽²⁾, che ci segnala che, per legge, quell'alimento deve rispettare il limite massimo di 20 ppm, quindi non solo evitare (o ridurre) ingredienti contenenti glutine, ma anche prestare attenzione a possibili fonti di contaminazione. In Italia, inoltre, la dicitura, che resta volontaria, è ampiamente diffusa e usata⁽³⁾ dall'industria alimentare, che la utilizza correttamente.

Una situazione idilliaca quindi? Non del tutto!

AIC, come le altre Associazioni europee dei celiaci, oltre alla regolamentazione dell'informazione sull'assenza di glutine da un alimento (claim "senza glutine") ottenuta nel

Un esempio di dibattito dal passato

AIC, nella sua storia lunga 45 anni, ha più volte partecipato e contribuito alla definizione di importanti regolamentazioni che hanno avuto origine da dibattiti e confronti molto simili a quello che oggi riguarda la modalità di fornire informazioni in etichetta a consumatori vulnerabili, come i celiaci e anche gli allergici. Vediamo un esempio piuttosto emblematico.

La stessa definizione di "senza glutine" come contenuto inferiore a 20 ppm (parti per milione), che oggi diamo per scontata in Italia e nel mondo, non era regolamentata agli inizi degli anni 2000. AIC sosteneva il limite dei 20 ppm, poi divenuto norma internazionale, altri Paesi del nord Europa i 100 ppm, la Gran Bretagna i 200 ppm, la Spagna i 10 ppm. Come adesso (ma senza social), alcuni consideravano assurde le posizioni degli altri. Come adesso, il Codex Alimentarius (vedi colonnino) valutò il tema e nel 2008 si espresse a favore dei 20 ppm per definire il significato di "senza glutine". A seguire, la UE nel 2009 con il Regolamento 41/2009 e la Food and Drug Administration USA regolamentarono la dicitura uniformandosi alle risultanze del Codex.

Un dibattito salutare, quindi, e democratico, condotto nel rispetto reciproco, nel riconoscimento delle competenze, della trasparenza e della reputazione degli attori a confronto porta alle migliori soluzioni per i pazienti.

LA SCRITTA "SENZA GLUTINE" È L'UNICA AD ESSERE CHIARAMENTE NORMATA DA UNA LEGGE, PERCIÒ AIC RITIENE LA SUA PRESENZA NELL'ETICHETTA DI UN PRODOTTO "A RISCHIO" UNA MAGGIORE TUTELA PER IL CONSUMATORE

2009 in Europa, vorrebbe che fosse chiaramente disciplinata anche l'informazione circa la potenziale presenza di glutine causata da contaminazioni involontarie, ma possibili, negli alimenti (dicitura "Può contenere..."). La norma europea sulla etichettatura⁽¹⁾, infatti, ha stabilito, all'interno di un articolo dedicato alle informazioni volontarie sugli alimenti, tra cui è rubricata questa dicitura, che la Commissione Europea sarebbe intervenuta per regolamentarle, ma a oltre 10 anni da tale norma gli atti esecutivi previsti non sono mai stati emanati.

Questa lacuna normativa crea incertezza nell'uso delle diciture del tipo "Può contenere..." che restano sostanzialmente inaffidabili, come dimostrato anche da diversi studi

Cosa sono i ppm

Importante sapere che i ppm non sono una quantità, ma rappresentano una CONCENTRAZIONE ovvero quanti milligrammi di glutine ci sono in un litro (o chilo) di bevanda/alimento. Ppm, infatti, significa Parti Per Milione, in quanto 1 mg è 1 milionesimo di litro/kg (1 kg = 1 milione di milligrammi).



IL CODEX ALIMENTARIUS HA ATTIVATO UN TAVOLO DI LAVORO PROPRIO PER REGOLAMENTARE LA DICITURA “PUÒ CONTENERE”

scientifici^(4,5,6,7). Come scrive il Ministero della Salute in un documento del 2018⁽⁸⁾ ma ancora attuale, “nel caso dell’etichettatura precauzionale né la presenza, né l’assenza di etichettatura consente una valutazione affidabile del rischio da parte del consumatore: le evidenze disponibili suggeriscono che c’è una scarsa correlazione tra il messaggio e la presenza reale dell’allergene e che viceversa l’assenza di etichettatura precauzionale non assicura l’assenza di contaminazione”. Tuttavia i celiaci hanno la fortuna di poter fare riferimento alla scritta “senza glutine”, l’unica ad essere chiaramente normata dalla legge e, per questo, AIC, ispirandosi al principio di precauzione, ha finora sempre ritenuto la presenza di questa dicitura nell’etichetta di un prodotto “a rischio” una maggiore tutela per il consumatore paziente. Ci sono posizioni diverse da quella che AIC sostiene in Italia e in Europa: quella che considera sufficiente scegliere gli alimenti che semplicemente non riportano glutine tra gli ingredienti e che non riportano indicazioni del tipo “Può contenere glutine/frumento/ecc.”.

Le persone allergiche al frumento non sono i celiaci

Molta confusione si è fatta sulle affinità tra allergici e celiaci, sostenendo che l’informazione in etichetta utile all’allergico, è di certo più che sufficiente per il celiaco.

Premesso che non sono i casi singoli, le scelte o abitudini individuali la fonte per definire linee guida di comportamento per la salute (nessuno porterebbe a esempio un forte bevitore o un forte fumatore arrivato a tarda età in salute per sostenere che l’alcol o il fumo non facciano male), la posizione che AIC e le Associazioni pazienti europee stanno rappresentando al Codex Alimentarius è che le diciture per celiaci e allergici devono tenere conto dei differenti meccanismi patologici della malattia.

I meccanismi di reazione delle persone allergiche al frumento (o ad altri cereali contenenti glutine) sono, infatti, molto diversi da quelli dei celiaci, e le soglie che gli operatori possono utilizzare per valutare se riportare un alert per i soggetti allergici possono essere differenti, a volte basate sul concetto di “dose per porzione” e non “concentrazione”, come per i celiaci. È quindi possibile che prodotti adatti ai celiaci (glutine inferiore ai 20 mg su kg) non lo siano per i soggetti allergici e viceversa prodotti adatti agli allergici non lo siano per chi è celiaco. Ecco, in dettaglio, la proposta in discussione oggi al Codex Alimentarius.

Il lavoro internazionale

AIC ha seguito la normativa sull’etichettatura fin dal suo esordio e da anni si adopera nelle sedi opportune affinché questa sia completata, integrandola laddove necessario. Siamo al lavoro con le altre Associazioni pazienti a livello internazionale all’interno del Codex Alimentarius, che ha attivato un tavolo di lavoro proprio per regolamentare la dicitura “Può contenere”. AIC è membro attivo della Task Force dedicata, con cui abbiamo prodotto un documento che potete trovare sul nostro sito qui: celiachia.it > *In evidenza* > *Il lavoro delle associazioni pazienti celiaci all’interno del Codex Alimentarius*, del 2/10/2024).

La nostra Federazione europea AOECS sta già sollecitando il Comitato del Codex sulla etichettatura degli alimenti affinché le nuove linee guida sull’etichettatura precauzionale

SERVONO INTERVENTI PER METTERE ORDINE NELL'ATTUALE SITUAZIONE DI CARENZA NORMATIVA, DISINFORMAZIONE E CONFUSIONE

degli allergeni, attualmente in esame, tengano nella giusta considerazione le necessità dei celiaci, oltre a quelle dei pazienti allergici. L'obiettivo è garantire un utilizzo davvero utile della dicitura "Può contenere" per una completa informazione in etichetta, senza limitare la possibilità di scelta di un alimento quando non vi sia un reale rischio.

Perché allergici e celiaci hanno bisogno di soglie differenti: un esempio pratico

Esistono strumenti adottati in alcune Nazioni o aziende per valutare se riportare la scritta "Può contenere", che si basano sul concetto di dose per porzione e che tutelano gran parte dei soggetti allergici (di solito tra il 95 e il 99% degli allergici, quindi escludendo comunque una piccola popolazione di allergici gravi). Anche la proposta oggi oggetto di discussione al Codex prevede che per riportare il claim "Può contenere frumento" si consideri una soglia di 5 mg di proteine totali del frumento per porzione. Cosa significa? Se, per esempio, consideriamo una porzione di 100 grammi, questo significa che in tale prodotto potrebbero esserci fino a 4,9 mg di proteine totali del frumento, senza che scatti l'obbligo di scrivere "Può contenere frumento". Ma questa quantità equivale a circa 3,9 mg di glutine (che è circa l'80% delle proteine totali del frumento): questo significa che in una porzione di 100 grammi troveremmo una concentrazione di glutine di 39 ppm circa (3,9 mg di glutine diviso 0,1 kg di alimento). Quasi il doppio della dose soglia che protegge i celiaci. Il celiaco non sarebbe avvertito così della possibile presenza di glutine e consumerebbe una porzione di prodotto che, da sola, lo porterebbe ad avvicinarsi pericolosamente al quantitativo

dei 10 mg/giorno⁽⁹⁾ stabilito come più cautelativo per i celiaci.

Stay tuned..

Le Associazioni Pazienti, che lavorano in sinergia (siamo in stretto contatto sul tema anche con EFA, la Federazione Europea delle persone allergiche), ascoltate nei massimi organismi internazionali, consentono che i diritti e le tutele di celiaci e allergici vengano valutate con la giusta attenzione.

Continuate a seguirci qui, sul sito www.celiachia.it e sui nostri canali social per i prossimi aggiornamenti. I tempi del Codex Alimentarius sono lunghi, e le nostre azioni non si fermano a questo livello: continueremo a chiedere interventi anche a livello nazionale ed europeo, che possano, nell'attesa di una soluzione omogenea internazionale, intanto mettere maggior ordine nell'attuale situazione di carenza normativa, disinformazione e confusione di operatori e consumatori. Abbiamo la disponibilità del Ministero della Salute per la redazione di Linee Guida di riferimento in attesa di una definitiva normativa internazionale, obiettivo che consideriamo prioritario e sul quale stiamo lavorando.♦

1) Regolamento EU 1169/2011, articoli 9, 21, 36.

2) Regolamento EU 828/2014 preceduto dal Regolamento CE 41/2009

3) I prodotti in Prontuario sono circa 18.000, tutti riportano la scritta senza glutine; oltre 8.500 i prodotti venduti in supermercati e ipermercati che riportano in etichetta il claim "Senza glutine" identificati dall'Osservatorio Immagino 2024-1 (servizi.gsliit.org/osservatori/osservatorio-immagino-15/).

4) Allen et al., *Precautionary labelling of foods for allergen content: are we ready for a global framework?*, World Allergy Organ Journal 2014

5) DunnGalvin et al., *Precautionary allergen labelling: perspectives from key stakeholder groups*, Allergy 2015

6) Rasmussen et al., *Risk of consuming products with or without precautionary wheat or gluten labelling for persons with coeliac disease*, Food Chem Toxicology 2022

7) Lizée et al. *Simulated use of thresholds for precautionary allergen labeling: Impact on prevalence and risk*, Heliyon 2024.

8) Ministero della Salute - Direzione generale per l'igiene e la sicurezza degli alimenti e la nutrizione - Ufficio 5 - Nutrizione e informazione ai consumatori, *Allergie alimentari e sicurezza del consumatore - Documento di indirizzo e stato dell'arte*, Italia 2018.

9) Catassi et al., *Toxicity of gluten traces in patients on treatment for celiac disease: a prospective, double-blind, placebo-controlled gluten trial to establish safe gluten thresholds*, American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 85, No. 1, 160-166, January 2007

Il Codex Alimentarius

Il Codex Alimentarius è una Commissione (suddivisa in numerosi comitati) istituita nel 1963 dalla FAO (l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura) e dall'OMS (l'Organizzazione delle Nazioni Unite per la Salute) che si occupa di definire standard internazionali sulla igiene e sicurezza degli alimenti.

Ai lavori del Codex Alimentarius partecipano esperti di diverse discipline scientifiche dell'alimentazione, tra cui autorità di controllo del cibo, esperti scientifici, medici e tecnici alimentari, rappresentanti di associazioni dei consumatori, dei produttori, dell'industria e del commercio. Tutti contribuiscono alla stesura delle regole del Codex, che poi servono da base per le normative nazionali.

<https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/en/>