

# CIBO CHE NUTRE ...

... tra informazione e disinformazione



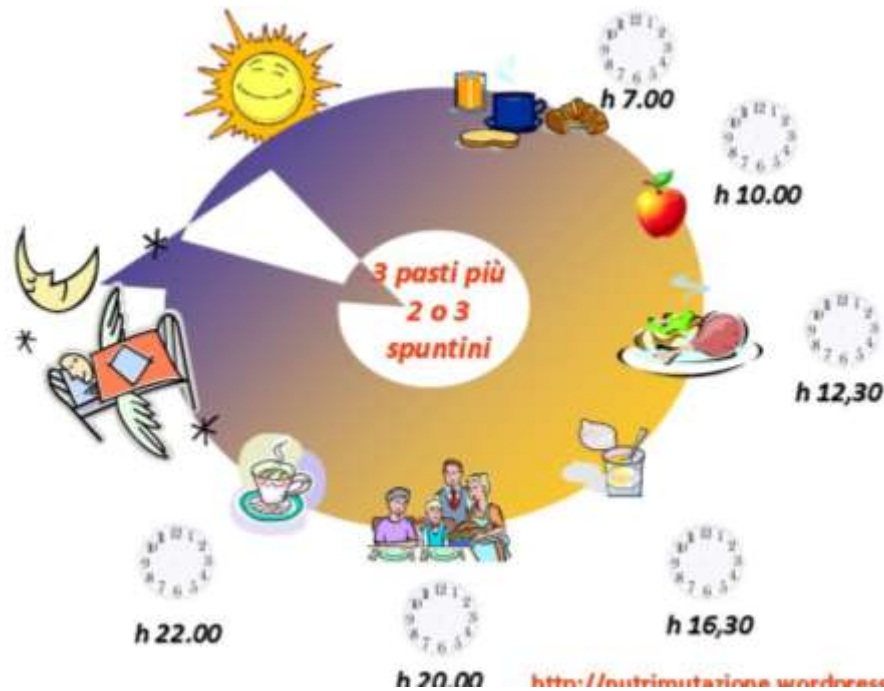
# ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE

- **Alimentarsi** vuol dire scegliere e assumere alimenti volontariamente.
- **Nutrirsi** vuol dire utilizzare le sostanze assunte con gli alimenti. E' un processo involontario.



# CARATTERISTICHE DEL CIBO

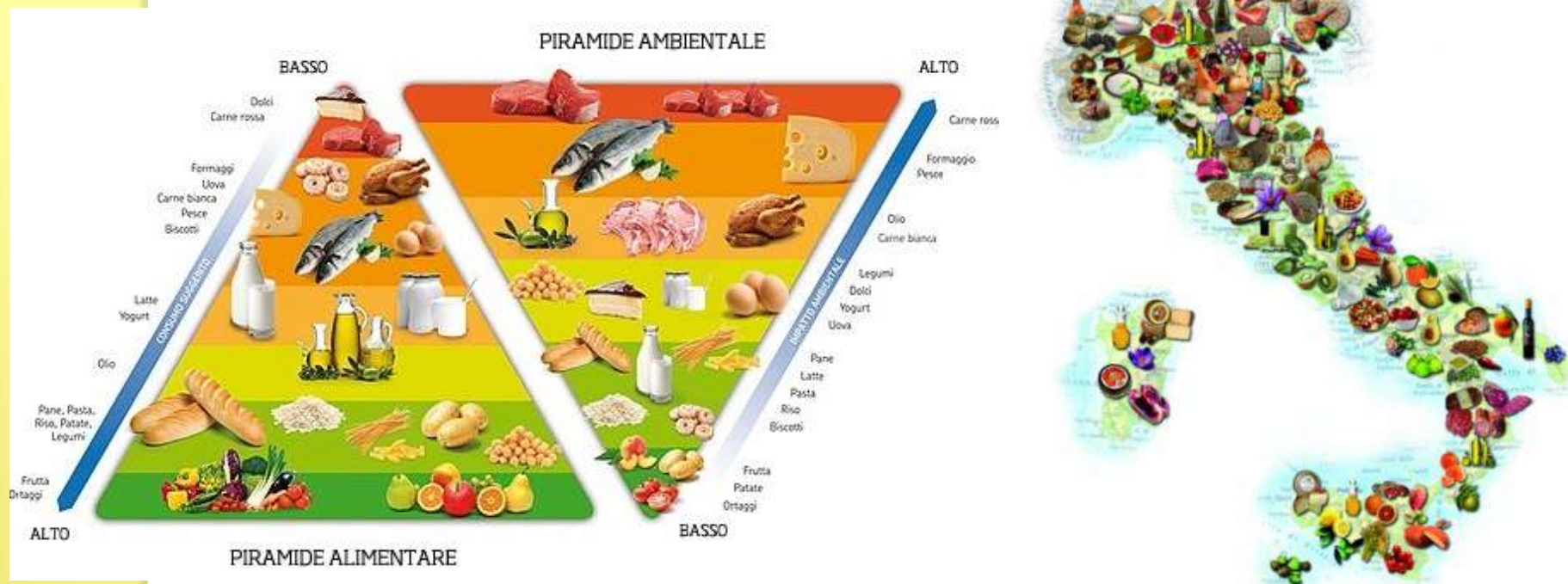
- **Qualità nutrizionale**, legata al contenuto di nutrienti e quindi alla capacità nutritiva degli alimenti.



- **Sicurezza**, intesa sia dal punto di vista igienico che da quello chimico e microbiologico.



- **Naturalità ed ecosostenibilità, legate al consumo “responsabile” di alimenti a basso impatto sull’ambiente.**



# CONTAMINAZIONE CHIMICA

- La contaminazione chimica è originata da sostanze, sia organiche che inorganiche, estranee all'alimento che derivano dalla produzione primaria oppure da procedure di certificazione

- Fitofarmaci
- Zoofarmaci
- Metalli pesanti
- Fertilizzanti



# FITOFARMACI

- Sostanze artificiali o naturali che servono a proteggere le coltivazioni dai parassiti:
  - Pesticidi leggeri o non persistenti
  - Pesticidi pesanti o persistenti



# AGRICOLTURA SOSTENIBILE

- La **sostenibilità** è definita come *“la capacità di soddisfare i bisogni dell’attuale generazione senza compromettere la possibilità delle future generazioni di soddisfare i propri”*.
- Fra gli obiettivi della Politica Agricola dell’U.E. vi sono: l’incentivazione dell’agricoltura biologica, della lotta integrata, la promozione del consumo di cibo “a km zero” e l’accorciamento delle filiere produttive.



# Agricoltura tradizionale

Produzione materie prime alimentari



Produzione materie prime non alimentari



Trasformazione materie prime in alimenti



# AGRICOLTURA BIOLOGICA

• Nel 1991 l'Unione Europea ha scelto la dicitura "agricoltura biologica" per indicare quella forma di agricoltura che considera l'ecosistema agricolo nella sua interezza, sfruttando la naturale fertilità del suolo, promuovendo la biodiversità ed escludendo l'uso di prodotti di sintesi e OGM.



# A TAVOLA CON EQUILIBRIO

- Mangiare meno carne;
- Scegliere prodotti di stagione, locali e bio;
- Limitare il consumo di grassi, in particolare di origin



# FILIERA ALIMENTARE

- Si parla di **filiera lunga** quando...
- Si parla di **filiera corta** quando...
- **La rintracciabilità**

# ETICHETTE ALIMENTARI

- E' l'unico strumento di dialogo fra il produttore ed il consumatore.
- L'etichetta, tuttavia, non ci mette al sicuro da eventuali frodi.
- Il consumatore deve imparare a leggere e interpretare le etichette perché qualità e sicurezza dipendono anche dal consumatore.

# ETICHETTE ALIMENTARI

- Il Regolamento UE n.1169/2011, riguardante l'informazione ai consumatori in merito ai prodotti alimentari, ha integrato le disposizioni già esistenti con nuove indicazioni da applicare a partire dal 13 dicembre 2014:
  - Indicazione d'origine
  - Tabella nutrizionale
  - Allergeni presenti

**Denominazione di Vendita**

**Informazioni nutrizionali**

**Elenco Ingredienti**

**Termine minimo di Conservazione**  
30 LUGLIO 2011

**Peso Netto**  
300g e

**Origine**

**Stabilimento di Produzione**

**Distributore**

**Organismo di certificazione**

**Logo del biologico**


# L'INFORMAZIONE COME FORMA DI TUTELA

- Gli organi d'informazione, molto spesso, danno notizie sensazionali su “cibi miracolosi”, guidando le nostre scelte verso un peggioramento delle abitudini alimentari.
- Le pubblicità dei prodotti alimentari devono fondarsi sulla corretta informazione.

# LA DISINFORMAZIONE COME CAUSA DI PEGGIORAMENTO DELLE ABITUDINI ALIMENTARI

- La disinformazione scientifica è un grave problema
- .....è facilissimo cadere nell'emotività
- Occorre prestare molta attenzione agli organi di informazione!





**“ Lo spirito critico è un’arma importantissima per costruire un Paese migliore, meno populista e più obiettivo, una cittadinanza in grado di agire razionalmente, senza far sì che l’emotività prenda il sopravvento, specie su argomenti che riguardano la salute, la medicina, l’alimentazione, l’ambiente”**

Citazione di Federico Baglioni – biotecnologo e divulgatore scientifico



**Grazie per l'attenzione!**