

CRONISTI *in* CLASSE 2020

LA NAZIONE

Scuola media
"Bertagnini" di Massa

CONAD
Persone oltre le cose

Vota questa pagina e scopri
contenuti speciali sul nostro sito
campionatidigiornalismo.it

LA REDAZIONE

**I cronisti "in erba"
e le loro guide**

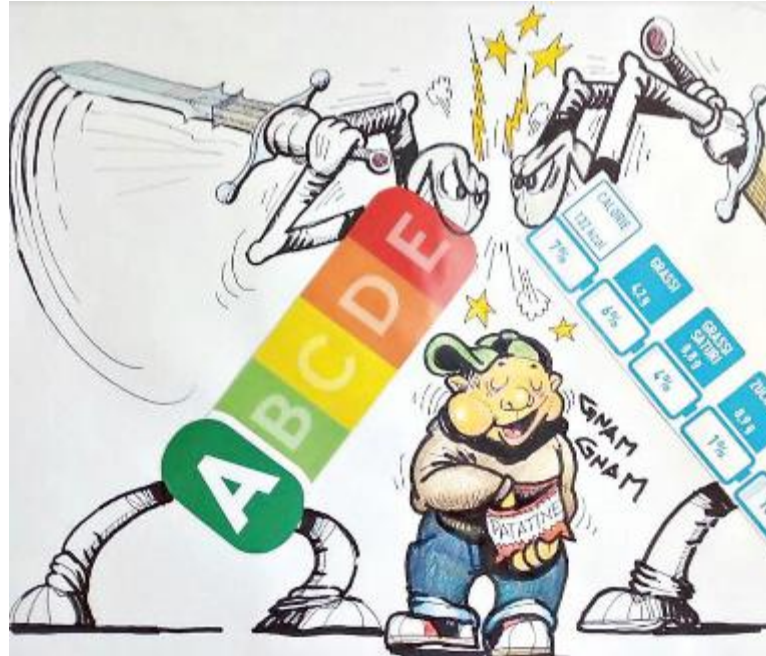


La pagina è stata realizzata dagli studenti Alberti Alessio, Aliboni Pablo, Baldini Francesco, Bonfigli Rebecca, Bongiorno Emma, Bruno Mattias, Casu Matteo, Chicchi Alice, Cobaj Kevin, Della Maggesa Cloe, Grassi Cantoni Andrea, Lenzoni Leonardo, Manfredi Leonardo, Marku Elvis, Mazzanti Giulia, Ricci Lorenzo, Simi Angelo, Sparavelli Yuri, Suffredini Elia (classe III C, Alfieri Bertagnini). Il dirigente scolastico è Tiziana Lavaggi e l'insegnante tutor è Andrea Aliboni. Un grazie va a Vincenzo Tongiani e alla dott.ssa Ilenia Zoppi.

Parte la guerra delle etichette

"Nutri-score" e "Batteria" sono modelli alternativi per un'alimentazione più sana. La battaglia tra Francia e Italia

La dieta mediterranea dal 2010 rientra tra i beni immateriali dell'umanità tutelati dall'Unesco, eppure, secondo alcuni, il "semaforo sugli alimenti" adottato in numerosi paesi europei penalizzerebbe i suoi prodotti più iconici. È davvero così? Il "Nutri-score" è un sistema di etichettatura di cibi e bevande ideato da ricercatori dell'Università di Parigi che dovrebbe aiutare i consumatori ad adottare abitudini alimentari più sane. La lettura del cosiddetto "semaforo alimentare" risulta piuttosto intuitiva: in base al calcolo del contributo delle sostanze benefiche (come fibre e proteine) e di quelle da limitare (zuccheri, sale, acidi grassi saturi) presenti in ogni cento grammi di alimento è stata elaborata una scala di cinque colori dal verde al rosso abbinati alle prime cinque lettere dell'alfabeto. Al cibo salutare corrisponde una bella "A" verde, al "cibo spazzatura" una "E" rossa. Il meccanismo pare dun-



La vignetta realizzata dagli alunni della scuola media "Bertagnini"

IL PARTICOLARE

Le multinazionali hanno subito aderito alla proposta francese del "semaforo"

que semplice ed è stato introdotto, con l'adesione volontaria di multinazionali quali Nestlé e Kellogg, in numerosi paesi europei sin dal 2017. Secondo l'intenzione dei suoi ideatori, il Nutri-score dovrebbe servire ad incoraggiare da un lato la popolazione a seguire una dieta più salubre e dall'altro i produttori a riformulare la composizione nutri-

zionale dei prodotti, andando incontro agli allarmi lanciati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità circa i rischi di obesità, diabete e malattie cardiovascolari legati ad un'alimentazione squilibrata. Eppure questa iniziativa di informazione nutrizionale ha suscitato nel nostro paese numerose polemiche e levate di scudo, anche da parte

del Ministero della salute, perché le luci del semaforo risultano talvolta sorprendenti se non addirittura paradossali: com'è possibile, si domandano alcuni, che l'olio extravergine d'oliva si meriti solo una C mentre la coca cola zero una B? Sorte non migliore è toccata a Parmigiano, Prosciutto di Parma e tortellini, bollati addirittura con una misera D. Numerosi esperti (anche italiani) spiegano come in realtà questo tipo di confronto sia scorretto poiché condotto tra generi di alimenti molto diversi ma certamente nel paese della buona cucina e della dieta mediterranea preoccupa l'effetto psicologico che il Nutri-score potrebbe avere sui consumatori. Perciò l'Italia sta avanzando una proposta di etichettatura alternativa al modello francese: l'etichetta "Batteria". Nessun colore ad indicare cibi "buoni" e "cattivi" ma il livello di carica di una batteria (simile a quella dei cellulari) che rappresenterebbe la percentuale di energia, grassi, grassi saturi, zuccheri e sale apportati dalla singola porzione rispetto alla quantità giornaliera di assunzione raccomandata, evitando così l'effetto "semaforo rosso" che penalizzerebbe molti nostri prodotti di punta.

L'UNIONE EUROPEA DOVREBBE VALORIZZARE E TUTELARE IL "MADE IN ITALY"

Tongiani: «Nutri-score discriminatorio e incompleto» Parla il presidente provinciale della Coldiretti

Secondo il rappresentante delle imprese agricole l'etichetta non può avere solo informazioni "monche"

Nostra intervista a Vincenzo Tongiani (nella foto), presidente provinciale Coldiretti. Sono molti i nostri prodotti tipici sia DOP sia IGP?

«Sì e Coldiretti cerca da sempre di tutelarli da possibili imitazioni e di pubblicizzarli».

Condivide l'esigenza di apporre sulle etichette alimentari informazioni nutrizionali?

«C'è la necessità di informare i consumatori su quello che man-

giano con campagne di sensibilizzazione e convegni, ma una piena consapevolezza non si può fermare ad una etichetta che riporti solo informazioni nutrizionali. È importante la conoscenza del paese in cui quel prodotto è coltivato ed è trasformato. Non solo etichette con dati nutrizionali ma complete».

Ritiene che il "Nutri score" possa penalizzare i nostri prodotti?

«Il Nutri score boccia ingiustamente l'85% in valore del Made in Italy a denominazione di origine che la UE dovrebbe tutelare e valorizzare: è fuorviante, discriminatorio e incompleto e rischia di penalizzare alimenti sani e promuovere cibi spazzatura. L'equilibrio nutriziona-



le va ricercato nella dieta giornaliera e non sullo specifico prodotto. Occorre lavorare affinché si introduca un sistema diverso, come l'etichetta "a batteria", che tenga conto dell'insieme della dieta alimentare e non si focalizzi sul singolo prodotto».

IL PARERE

Ilenia Zoppi spiega quali cibi servono

La biologa nutrizionista racconta che è sbagliato evitare il Parmigiano e l'olio d'oliva

«Nonostante il nostro Paese sia la culla della Dieta Mediterranea, quasi un adulto su due risulta essere in sovrappeso e le patologie croniche, come diabete, malattie cardiovascolari e ipertensione, sono in aumento. Le statistiche inoltre ci dicono che in Italia la percentuale di bambini sovrappeso fra i 5 e i 19 anni è del 36,8%. Vi è dunque un pro-

blema di malnutrizione al quale bisogna rispondere con programmi di educazione alimentare da condurre anzitutto nelle scuole. Il modello Nutri score rappresenta uno strumento per capire la composizione nutrizionale di un alimento ma occorre essere consapevoli che il nostro organismo necessita di tutti i nutrienti per funzionare correttamente. I grassi, ad esempio, sono stati demonizzati per molti anni e ancora oggi molte persone credono che per dimagrire sia giusto eliminare dalla dieta l'olio di oliva, che rappresenta invece un prezioso alleato della nostra salute, ricco di preziosi acidi grassi, vitamine e antiossidanti. Allo stesso modo il Parmigiano, ricco di grassi saturi, è «un cibo benefico per l'organismo. Attenti dunque a bollare gli alimenti con un "semaforo rosso!».

Ilenia Zoppi
biologa nutrizionista