

Gli aromi influiscono sul valore nutrizionale di un alimento o di una bevanda?

Gli aromi non apportano alcun contributo significativo al valore nutrizionale di un alimento o di una bevanda. Il loro contributo consiste nel migliorare il sapore di un prodotto, offrendo la stessa esperienza sensoriale anche in prodotti con un valore energetico inferiore.

L'Associazione europea degli aromi (European Flavour Association, EFFA) accoglie con favore la strategia "Dal produttore al consumatore" della Commissione europea (CE) nonché l'iniziativa associata, relativa "all'etichettatura nutrizionale sulla parte anteriore dell'imballaggio" (FOP). Quale importante fornitrice di ingredienti all'industria europea degli alimenti e delle bevande, l'industria europea degli aromi è parte integrante della catena del valore "Dal produttore al consumatore". In qualsiasi settore, quando si parla di sicurezza, la trasparenza è fondamentale sia per autorità, sia per l'industria sia per i consumatori.

collaborazione di tutti i componenti della filiera. Nell'ambito dell'utilizzo degli aromi, l'EFFA desidera impegnarsi fattivamente con tutti gli interlocutori coinvolti per fornire informazioni (scientifiche) aggiuntive. Il nostro obiettivo comune dovrebbe essere la realizzazione in tutta Europa di un sistema armonizzato di etichettatura Nutrizionale (FOP) basato su evidenze scientifiche.

In tale contesto, l'EFFA desidera chiarire come sia trascurabile l'impatto degli aromi sul valore nutrizionale di bevande o alimenti finiti. L'EFFA inoltre vorrebbe fornire ulteriori informazioni sugli aromi.

Un eventuale futuro sistema UE di etichettatura nutrizionale (FOP) dovrebbe sensibilizzare i consumatori ed essere frutto della

Che cosa sono gli aromi e perché li usiamo?

Gli aromi sono ingredienti che conferiscono sapore, gusto e varietà agli alimenti che mangiamo. Gli aromi non sono destinati ad essere consumati nella loro forma originale, ma sono aggiunti agli alimenti al fine di conferire o modificare un aroma e/o sapore.

Gli aromi non hanno esclusivamente un sapore dolce, aspro o salato.¹



Creatività

Gli aromi conferiscono agli alimenti quel sapore e quel gusto caratteristici che riportano alla mente ricordi e suscitano emozioni. Ci offrono numerose sensazioni olfattive e gustative. Migliorano inoltre la percezione generale e aumentano la capacità di riconoscere il profilo gustativo recuperando gli aromi persi durante la trasformazione.



Sostenibilità

Gli aromi ci aiutano a utilizzare in maniera sostenibile le risorse limitate della Terra. Le aziende aromatiere sono innovative, efficienti sotto il profilo delle risorse e impegnate a utilizzare processi più ecologici, che a loro volta riducono l'uso delle materie prime. Un esempio di tale approccio è la Carta della sostenibilità (*Sustainability Charter*), lanciata dalle associazioni internazionali degli aromi e delle fragranze.



Alimentazione consapevole

Gli aromi contribuiscono a sostenere la diffusione tra i consumatori di un'alimentazione (o stile di vita) consapevole contribuendo al miglioramento del profilo organolettico dei prodotti a ridotto contenuto di sale, zucchero o grassi. Inoltre, gli aromi contribuiscono positivamente alla accettazione da parte dei consumatori di alimenti con profili nutrizionali bilanciati.

Perché gli aromi hanno un impatto trascurabile sul valore nutrizionale di un alimento finito?

- Di norma gli ingredienti aromatici non appartengono a una specifica categoria di nutrienti e non ci si attende che apportino un contributo significativo al valore nutrizionale dell'alimento.
- Gli aromi vengono aggiunti in modeste quantità ad alimenti o bevande. In genere rappresentano circa lo 0,01 %-2 % dell'alimento o della bevanda, in funzione del tipo di prodotto.
- Il valore nutrizionale di un alimento finito dipende dagli ingredienti principali e dalla loro combinazione.

Di conseguenza, il contributo degli aromi al valore nutrizionale complessivo di un alimento o di una bevanda è limitato e quasi trascurabile.

Prendiamo come esempio il valore energetico di uno yogurt alle fragole



Yogurt alle fragole



Yogurt aromatizzato alle fragole

Valore energetico: 366 kj (87kcal) /100g

Valore energetico: 366 kj (87kcal) /100g

I valori energetici di entrambi gli yogurt si equivalgono. L'impatto degli aromi è talmente basso che, in accordo con le linee guida dell'UE in materia di arrotondamento associate al regolamento (UE) n. 1169/2011, può essere considerato trascurabile. Pertanto, il valore energetico riportato sull'etichetta sarà lo stesso.

Questo vale anche per altri alimenti e bevande. Di conseguenza, a prescindere che il prodotto scelto dal consumatore contenga aromi o meno, l'impatto nutrizionale di tale prodotto sarà lo stesso. Questo perché quando aggiunti a un alimento o a una bevanda, l'impatto calorico degli aromi è trascurabile. *impact négligeable sur le nombre de calories.*

Riferimenti scientifici

Food and Agriculture Organization of the United Nations (2003) Food energy - methods of analysis and conversion factors. FAO Food And Nutrition Paper 77, Report of a Technical Workshop, Rome, 3-6 December 2002

"Chapter 3: Calculation Of The Energy Content Of Foods – Energy Conversion Factors".

Merrill, A.L. and Watt, B.K. (1973) Energy Value of Foods: Basis and Derivation. Agriculture Handbook No. 74, ARS United States Department of Agriculture, Washington DC.

<https://www.ars.usda.gov/ARSUserFiles/80400525/Data/Classics/ah74.pdf>

Riferimenti giuridici

Codex Alimentarius Guidelines on Nutritional Labelling (CAC/GL-2-1985 (Rev. 2 –2011)

EU Regolamento (UE) n. 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori
Regolamento (UE) n. 1334/2008 relativo agli aromi