

Destinatario: USAV
CC: UFAG, UFSP; UFAM

Raccomandazione della Commissione federale per la nutrizione (CFN) del 20.4.2023 concernente le derrate alimentari altamente trasformate (Ultraprocesed Foods): la CFN propone di effettuare un'analisi della situazione in Svizzera concernente le derrate altamente trasformate e di trarne raccomandazioni e azioni appropriate

In virtù della decisione istitutiva della Strategia nutrizionale svizzera del 14 dicembre 2018, uno dei compiti della CFN è indicare all'USAV i settori che richiedono basi scientifiche per l'attuazione del piano d'azione della Strategia nutrizionale svizzera e i settori in cui è necessario intervenire. La CFN ritiene che sia necessario intervenire con urgenza nel settore delle derrate alimentari altamente trasformate.

Rilevanza dell'argomento

Il sistema alimentare svizzero deve diventare più sostenibile: una delle raccomandazioni per la transizione verso una maggiore sostenibilità è quella di consumare meno alimenti di origine animale. Le argomentazioni includono l'elevato impatto ambientale derivante dal consumo di carne, le crescenti preoccupazioni per il benessere degli animali e gli effetti positivi di un ridotto consumo di carne sulla salute¹. I consumatori citano proprio questi aspetti come motivazioni alla base dell'acquisto di proteine vegetali alternative ai prodotti animali, la cui offerta è in costante crescita in Svizzera^{2,3}. Tuttavia, molti prodotti alternativi di origine vegetale sono altamente trasformati. Nel suo rapporto 2021, l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) per l'Europa richiama l'attenzione sulle potenziali conseguenze di questi prodotti sulla salute^{4,5}.

Allo stesso tempo, diversi studi dimostrano il legame tra malattie non trasmissibili e, in generale, il consumo di alimenti altamente trasformati. Le malattie non trasmissibili come il cancro, il diabete e le malattie cardiovascolari sono responsabili dell'80 % dei decessi in Svizzera⁶ e causano costi sanitari considerevoli. Uno dei principali fattori di rischio è proprio un'alimentazione non equilibrata o una malnutrizione, che tuttavia è modificabile. In questo contesto, le abitudini di vita svolgono un ruolo fondamentale: finora le raccomandazioni si concentravano principalmente su un'assunzione equilibrata delle sostanze nutritive, sulla quale esistono già solide conoscenze ed evidenze, e la CFN è del parere che sia necessario continuare a portare avanti in modo coerente le misure che mirano all'attuazione delle raccomandazioni della piramide alimentare. Tuttavia, visto che molti studi hanno dimostrato un forte legame tra gli alimenti altamente trasformati e le malattie non trasmissibili, attualmente l'attenzione si concentra sempre di più sul tipo e sull'intensità della trasformazione degli alimenti. Nel rapporto scientifico «Swiss dietary recommendations: scientific background» dell'ottobre 2022 gli autori⁷ affrontano anche il problema degli alimenti altamente trasformati, i quali vengono anche definiti dal livello 4 della classificazione NOVA (indicati come alimenti ultra-trasformati). Nel rapporto, gli scienziati concludono che sulla base degli studi pubblicati fino ad oggi si può già raccomandare di limitare il consumo di questi alimenti. Tuttavia, sottolineano anche che sono necessari ulteriori studi per identificare meglio i meccanismi alla base degli effetti negativi sulla salute e per differenziare meglio gli alimenti altamente trasformati e i loro effetti sulla salute.

Il postulato 23.3319 «Valutare l'impatto degli alimenti ultra-trasformati sulla salute, la natura e l'agricoltura», presentato contemporaneamente agli studi della CFN ma indipendentemente da essi, dimostra che in Svizzera diversi attori sono dell'opinione che vi sia necessità di agire al riguardo.

Parere della CFN

¹ Fondo nazionale per la ricerca scientifica (FNS): Sintesi del Programma nazionale di ricerca «[Alimentazione sana da una produzione alimentare sostenibile](#)» PNR 69, Berna 2020 (in tedesco, francese e inglese)

² Coop, [Plant Based Food Report 2023](#), Basilea, 2023

³ Ufficio federale dell'agricoltura: [Rapporto svizzero sui sostituti della carne](#), Berna, 2021,

⁴ Organizzazione mondiale della sanità: [Plant-based diets and their impact on health, sustainability and the environment: a review of the evidence](#): WHO European Office for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2021.

⁵ Wickramasinghe K., Breda J., Berdzuli N., Ripplin H., Farrand C., Halloran A.: [The shift to plant-based diets: are we missing the point?](#) Global Food Security, 29, 2021,

⁶ Ufficio federale della sanità pubblica: [Malattie non trasmissibili: fatti e cifre](#), <https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/zahlen-und-statistiken/zahlen-fakten-nichtuebertragbare-krankheiten.html>, Berna, consultato il: 07.03.2023

⁷ Marques-Vidal P., Infanger E., Baumer B., Brombach B., Van der Horst K., Lehmann U., Bender N., Rohrmann S., Suggs S., Alig M., Sangin C., Frei S., Meier M.: Swiss dietary recommendations: scientific background, submitted, 2022

Sulla base di diversi studi scientifici esistono associazioni significative, riproducibili e solide tra il consumo di alimenti altamente trasformati⁸ e gli esiti clinici, tra cui la mortalità generale, la mortalità per cause cardiovascolari, l'obesità, il diabete e il rischio di determinati tipi di cancro. Ciononostante, ancora oggi alcune domande su questa classificazione restano senza risposta ed è quindi necessario continuare ad analizzare ulteriormente i meccanismi alla base degli effetti sulla salute dei prodotti altamente trasformati. Tuttavia, la CFN ritiene che sia importante adottare già ora a livello nazionale le prime misure relative al problema legato al consumo di questo tipo di alimenti. A tale proposito, sottolinea che non si tratta in alcun modo di mettere in discussione la trasformazione degli alimenti di per sé o di richiedere che vengano offerti in commercio solo prodotti non altamente trasformati, quanto piuttosto di sensibilizzare la popolazione su questo tema e di prevenire il consumo eccessivo attraverso raccomandazioni adeguate.

Sulla base delle conclusioni delle «Swiss dietary recommendations: scientific background» dell'ottobre 2022, la CFN raccomanda di includere nelle prossime raccomandazioni nutrizionali svizzere anche la dimensione del grado di trasformazione degli alimenti. Potrebbe trattarsi, ad esempio, di un riferimento generale agli alimenti altamente trasformati. In riferimento ai livelli della piramide, la raccomandazione potrebbe essere quella di privilegiare alimenti poco trasformati o non trasformati, illustrando graficamente tale raccomandazione all'interno della piramide.

Alcuni Paesi come la Francia⁹ e il Canada¹⁰, hanno già integrato questo tipo di raccomandazioni nelle loro raccomandazioni nutrizionali ufficiali, mentre quelle di altri Paesi (ad es. la Norvegia) sono in fase di preparazione. Inoltre, la CFN ritiene che sia necessario raccogliere dati aggiuntivi sulla situazione attuale in Svizzera per formulare ulteriori raccomandazioni più mirate (ad es. la qualità nutrizionale degli alimenti ultra-trasformati, la loro presenza sul mercato e nella ristorazione collettiva).

Raccomandazione della CFN all'USAV

Al fine di tenere conto dell'insieme di indizi che evidenziano la rilevanza della questione degli alimenti altamente trasformati e la grande necessità di intervento, la CFN raccomanda di valutare la situazione attuale degli alimenti altamente trasformati in Svizzera, in modo da poter elaborare raccomandazioni per i diversi attori della filiera alimentare. Propone inoltre all'USAV di commissionare un rapporto con i seguenti obiettivi:

- **Analizzare la situazione in Svizzera e identificare le lacune esistenti** (dati, informazioni, raccomandazioni). In particolare, occorre identificare l'importanza dei prodotti altamente trasformati nell'offerta e nel consumo attuali (compresa la ristorazione collettiva, con particolare attenzione alle mense scolastiche), la loro qualità nutrizionale e le loro caratteristiche specifiche rispetto ai descrittori NOVA (ad es. gli additivi), se possibile anche l'origine delle materie prime.
- **Identificare le aree di intervento prioritarie**
- **Identificare le raccomandazioni più rilevanti** e integrarle in una piramide alimentare aggiornata attraverso messaggi chiari che non mettano in discussione la trasformazione in sé ma allo stesso tempo non indeboliscano le raccomandazioni nutrizionali generali o creino ulteriore complessità. Se necessario, creare una definizione chiara e attuabile¹¹ dei prodotti altamente trasformati problematici, basata su principi scientifici e adattata alla situazione in Svizzera.
- **Promuovere la ricerca in direzioni specifiche** (come il monitoraggio dell'offerta nella vendita al dettaglio e nella ristorazione collettiva, il monitoraggio del consumo, ad es. nell'ambito di menuCH-Kids) e garantire che la dimensione del grado di trasformazione sia integrata nei vari lavori di ricerca.
- **Inviare un segnale alle parti coinvolte nel sistema alimentare**, in particolare all'industria alimentare, e fornire loro dei parametri di riferimento che, eventualmente, potrebbero essere inseriti nella Dichiarazione di Milano.

La CFN si mette a disposizione per aiutare l'USAV nella preparazione di un'eventuale bando.

⁸ Definizione secondo la classificazione NOVA

⁹ Delamaire C., Escalon H., Noirot L.: [Recommandations sur l'alimentation, l'activité physique & la sédentarité pour les adultes](#), Santé publique France 2019

¹⁰ Santé Canada: [Guide alimentaire canadien, Recommandations en matière d'alimentation saine](#), <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/recommandations-en-matiere-d'alimentation-saine/>, consultato il 7.3.2023

¹¹ Che sia attuabile sia per i produttori di alimenti altamente trasformati sia per i fornitori e i consulenti.

La CFN raccomanda inoltre all'USAV di collaborare con gli altri uffici federali (UFSP, UFAG, UFAM) su questo tema interdisciplinare che tocca gli ambiti della salute della popolazione, della produzione agricola e della sostenibilità dell'alimentazione, in particolare per quanto riguarda i prodotti sostitutivi degli alimenti di origine animale.

Commissione federale per la nutrizione CFN