



## Domande e risposte – Integratori alimentari All'attenzione dei consumatori

11 aprile 2024

### ▪ Cosa sono gli integratori alimentari?

**Risposta:** Gli integratori alimentari sono derrate alimentari normali e non agenti terapeutici. Sono disponibili in forma concentrata e integrano la dieta normale. Contengono vitamine, sali minerali o altre sostanze aventi un effetto nutritivo o fisiologico (ad es. aminoacidi, acidi grassi). Gli integratori alimentari sono offerti in piccole dosi e si differenziano dalle altre derrate alimentari per la forma di somministrazione, che si presenta ad esempio in capsule, compresse o bustine di polvere.

### ▪ Dove sono regolati gli integratori alimentari?

**Risposta:** Gli integratori alimentari sono derrate alimentari e sono quindi regolati nella legislazione alimentare. L'ordinanza del DFI sugli integratori alimentari (OIAI; RS 817.022.14) regola le disposizioni specifiche. Tuttavia, si applicano anche le disposizioni legali sovraordinate e altre generali e specifiche del diritto alimentare, ad esempio sulla caratterizzazione.

### ▪ Quali sostanze possono essere utilizzate negli integratori alimentari?

**Risposta:** Le vitamine e i sali minerali ammessi che possono essere utilizzati negli integratori alimentari sono regolamentati in modo esaustivo. Per molte vitamine e sali minerali sono specificate quantità massime. Le quantità massime non possono essere superate per ragioni di protezione della salute. Ulteriori informazioni sul nuovo modello delle quantità massime ammissibili sono disponibili sul [sito Internet](#) dell'USAV.

Anche per determinate altre sostanze, come gli acidi grassi essenziali e gli aminoacidi essenziali, sono specificati valori massimi, come pure avvertenze e altre condizioni d'impiego.

In linea di principio, negli integratori alimentari possono essere contenute altre sostanze non specificamente regolamentate se sono sicure e conformi ai requisiti di legge. Nel caso di queste sostanze, il produttore o il distributore deve garantire, sotto la propria responsabilità, il rispetto delle prescrizioni, in particolare la protezione della salute. A questo proposito è possibile fare riferimento alla [lettera informativa 2021/7.1: Controllo autonomo per le altre sostanze non disciplinate negli integratori alimentari](#). Tuttavia, determinate sostanze che possono essere contenute negli integratori alimentari necessitano di un'autorizzazione (ad es. nuovi tipi di derrate alimentari).

### ▪ Chi garantisce la sicurezza degli integratori alimentari?

**Risposta:** Gli integratori alimentari non sono sottoposti a una procedura di autorizzazione. Nel quadro di una simile procedura, dovrebbe essere dimostrata l'innocuità per la salute prima della commercializzazione. La responsabilità del rispetto dei requisiti legali è del produttore o del distributore. In particolare, i prodotti non devono essere nocivi per la salute e i consumatori non devono essere ingannati dalla loro presentazione e pubblicità. Le autorità cantonali di esecuzione effettuano controlli a campione dei prodotti presenti sul mercato.

### ▪ Quando è opportuno assumere integratori alimentari?

**Risposta:** Di norma, l'assunzione di integratori alimentari non è necessaria in una dieta varia ed equilibrata. Inoltre non possono neanche compensare una dieta non bilanciata e non equilibrata. È indispensabile indicare sull'imballaggio un'avvertenza corrispondente. Per alcuni gruppi della popolazione, tuttavia, l'assunzione temporanea di integratori alimentari può essere utile. Questi gruppi includono, ad esempio, le donne che desiderano avere figli, le donne incinte e gli anziani.

- **Gli integratori alimentari possono essere pubblicizzati come agenti terapeutici?**  
**Risposta:** No. La destinazione specifica degli integratori alimentari è integrare la dieta generale con vitamine (ad es. vitamina C), sali minerali (ad es. ferro) o altre sostanze (ad es. acidi grassi essenziali). Lo scopo degli integratori alimentari non è quello di curare, alleviare o prevenire le malattie. Gli integratori alimentari non devono essere pubblicizzati o presentati come agenti terapeutici. Pertanto, è richiesta prudenza quando si ha a che fare con fornitori poco seri che vogliono vendere integratori alimentari per la prevenzione o il trattamento di malattie.
- **Quali indicazioni sono ammesse per gli integratori alimentari?**  
**Risposta:** Le indicazioni sulla salute sono ammesse se sono elencate nell'allegato 14 dell'ordinanza del DFI concernente le informazioni sulle derrate alimentari (OID; RS 817.022.16), oppure se sono approvate dall'USAV e sono soddisfatte le condizioni per l'impiego in un integratore alimentare (ad es. la vitamina D contribuisce al mantenimento di ossa normali).
- **Esistono prescrizioni riguardanti la caratterizzazione degli integratori alimentari?**  
**Risposta:** Sì, valgono le prescrizioni generali che si applicano a tutte le derrate alimentari. Inoltre, si applicano prescrizioni specifiche per la caratterizzazione degli integratori alimentari. Le informazioni obbligatorie devono essere fornite in almeno una lingua ufficiale della Confederazione, ovvero in tedesco, francese o italiano.
- **Quali sono le prescrizioni specifiche di caratterizzazione per gli integratori alimentari?**  
**Risposta:**  
La denominazione specifica «Integratore alimentare» deve essere indicata sull'imballaggio. Inoltre, è obbligatorio indicare su un integratore alimentare le seguenti informazioni (art. 3 cpv. 7 OIAI):

  - la dose giornaliera raccomandata espressa in porzioni del prodotto;
  - l'avvertenza di non superare la dose giornaliera raccomandata;
  - un riferimento al fatto che gli integratori alimentari non devono essere utilizzati in sostituzione di un'alimentazione variata;
  - un riferimento al fatto che i prodotti devono essere tenuti fuori dalla portata dei bambini piccoli;
  - eventualmente, l'avvertenza o il riferimento al gruppo di destinatari specifico o alle condizioni d'uso (specifiche della sostanza);
  - i nomi delle categorie di vitamine, sali minerali o altre sostanze che caratterizzano il prodotto o una menzione relativa alla natura di tali vitamine, sali minerali o altre sostanze.

Invece della dichiarazione del valore nutritivo, deve essere indicato il tenore di vitamine, sali minerali e altre sostanze e, se del caso, indicare la percentuale relativa alla quantità di riferimento della dose giornaliera raccomandata.
- **Si possono importare prodotti dall'estero per uso personale se non sono conformi alla legislazione svizzera?**  
**Risposta:** Il diritto alimentare non si applica all'importazione di derrate alimentari od oggetti d'uso per l'uso domestico privato. Pertanto, di norma è consentito importare derrate alimentari per l'uso domestico privato non conformi alla legislazione svizzera (art. 2 cpv. 4 lett. b LDerr). L'importazione e il consumo avvengono [sotto la propria responsabilità](#).  
In singoli casi, un integratore alimentare proveniente dall'estero può essere considerato anche un agente terapeutico in Svizzera e rientrare nelle disposizioni della legge sugli agenti terapeutici. Per ulteriori informazioni sugli agenti terapeutici rivolgersi a [Swissmedic](#).  
Il controllo delle derrate alimentari al confine compete all'[Ufficio federale della dogana e della sicurezza dei confini](#) (eccezione: derrate alimentari di origine animale).
- **A cosa bisogna prestare attenzione quando si ordinano integratori alimentari su Internet?**  
**Risposta:** Le disposizioni legali si applicano anche agli integratori alimentari offerti su Internet. Le stesse informazioni devono essere disponibili per i consumatori prima dell'acquisto, come nel punto

vendita. L'unica eccezione è il termine minimo di conservazione e la data di scadenza come pure la partita del prodotto.

È possibile che gli integratori alimentari venduti su Internet non siano sicuri. In particolare, bisogna fare attenzione agli integratori alimentari che sono offerti su siti Internet esteri o senza un indirizzo completo, pubblicizzati con promesse esagerate («prodotto miracoloso») o la cui etichetta non è tradotta in una lingua ufficiale. Ulteriori informazioni su questo argomento sono disponibili sulla [pagina Internet](#) dell'USAV.