

Parere della CFN sul progetto «Nutritional Reference Values (NRVs) for Switzerland»

Prof. Philipp Schütz, presidente della CFN, a nome dei membri della CFN

Premessa

A seguito di un bando di concorso, la Haute école de santé de Genève è stata incaricata dall'USAV di individuare le organizzazioni che hanno elaborato valori nutritivi di riferimento (di seguito indicato con l'acronimo inglese NRV). Questi valori di riferimento permettono alla Svizzera di aggiornare i propri valori nutritivi di riferimento e di promuoverne l'applicazione in tutto il Paese. I valori nutritivi di riferimento sono importanti in quanto sono necessari per determinati progetti, come la revisione delle raccomandazioni nutrizionali svizzere o menuCH kids.

Sono stati definiti i seguenti obiettivi principali

1. Identificare le principali aziende in Europa che hanno definito NRV (AI, AR, PRI, UL e LTI).
2. Selezionare una o due aziende di riferimento che potrebbero fornire gran parte dei NRV per la Svizzera, sulla base di un'analisi in due fasi (compresi i confronti dei NRV per macronutrienti e micronutrienti e i metodi utilizzati per definire i NRV).
3. Valutare la necessità di aggiornare i NRV pubblicati dalla CFN (grassi, proteine, carboidrati, vitamina D, acido folico e iodio).
4. Proporre un modello di NRV specifico per la Svizzera sotto forma di tabella riassuntiva, tenendo conto dei diversi sottogruppi di popolazione e di età, per l'assunzione di energia e di macronutrienti e micronutrienti e i corrispondenti NRV. Inoltre, devono essere elencate le proposte di modifica dei NRV svizzeri attuali.

L'USAV ha inoltre chiesto alla CFN un parere specifico sui seguenti punti principali

1. Qual è l'opinione sulle organizzazioni selezionate dagli esperti in questo rapporto?
2. Ritiene sensato che la CFN dovrebbe aggiornare alcuni dei valori nutritivi di riferimento per la Svizzera? Se sì, quali?
3. Quali sono i gruppi target da considerare per la diffusione dei valori nutritivi di riferimento?

Alla fine di settembre 2021, la CFN ha distribuito il rapporto sul progetto «Nutritional Reference Values (NRVs) for Switzerland» tra i suoi membri, chiedendo loro un feedback scritto seguito da una discussione nella sessione plenaria del 2.11.2021. I membri hanno poi avuto nuovamente l'opportunità di fornire un feedback scritto sui pareri. Di seguito una breve sintesi dei principali feedback e punti discussi. L'elenco dettagliato dei singoli feedback si trova anche nel documento 2.

1. Qual è l'opinione sulle organizzazioni selezionate dagli esperti in questo rapporto?

In generale, l'opinione della CFN sulla procedura nel suo complesso, ma anche in particolare sugli esperti e sulla qualità del rapporto, è molto buona e viene percepito un elevato grado di trasparenza. Tutte le fasi del processo di selezione erano comprensibili e sensate. Appare inoltre logico il fatto di aver incluso nella lista ristretta quelle organizzazioni che hanno formulato raccomandazioni per gruppi di popolazione paragonabili alla Svizzera. La decisione finale di designare l'EFSA come principale organizzazione responsabile per la definizione dei NRV è stata accolta con favore dalla CFN.

2. Ritiene sensato che la CFN dovrebbe aggiornare alcuni dei valori nutritivi di riferimento per la Svizzera? Se sì, quali?

Con l'aggiornamento dei NRV, è importante e sensato controllare meglio i valori nutritivi di riferimento esistenti e aggiornarli se necessario. Ciò vale in particolare per i valori nutritivi di riferimento che sono specifici per la Svizzera e/o che comportano un rischio elevato in termini di conseguenze legate a malattie.

Al fine di oggettivare i valori nutritivi di riferimento attualmente in vigore e le eventuali differenze rispetto ai valori raccomandati dall'EFSA, l'USAV ha preparato una tabella riassuntiva (vedi documento 2) che mostra quali valori differiscono nello specifico e in quale ordine di grandezza. Nel complesso, all'interno della CFN è emerso un consenso sul fatto che le nuove raccomandazioni si discostano solo leggermente da quelle attualmente in vigore. Pertanto, è probabile che le conseguenze terapeutiche per la popolazione e per i pazienti siano minime.

Tuttavia, i seguenti valori nutritivi di riferimento sono stati discussi in modo specifico e dovrebbero essere analizzati in modo più approfondito in vista di un possibile aggiornamento.

- Raccomandazione per l'integrazione di vitamina D
- Raccomandazione per la sostituzione dello iodio
- Raccomandazioni per l'assunzione di ferro in gravidanza e nei bambini
- Raccomandazioni su carboidrati, fibre e zuccheri
- Raccomandazione sugli acidi grassi saturi

3. Quali sono i gruppi target da considerare per la diffusione dei valori nutritivi di riferimento?

I membri della CFN hanno convenuto che l'aggiornamento dei valori nutritivi di riferimento deve essere comunicato nel modo più ampio possibile, in modo che venga accettato in tempi brevi e che non si crei confusione tra i valori di riferimento precedentemente in vigore e quelli nuovi. La comunicazione deve concentrarsi in particolare (ma non solo) sui seguenti gruppi: docenti di scuole, scuole universitarie e università in modo da adattare al più presto il materiale didattico, dietisti, nutrizionisti e industria alimentare, in modo da rivedere le rispettive raccomandazioni, ospedali, studi medici, cliniche e case di cura, in modo da effettuare diagnosi e terapie appropriate per le carenze di micronutrienti e infine, persone anziane, in modo che possano assumere gli integratori vitaminici adeguati (ad es. vitamina D).

Particolarmente importante è anche la comunicazione in tutte le lingue nazionali.

Come già detto, la CFN è del parere che questi cambiamenti avranno un impatto trascurabile sulla vita quotidiana della popolazione, soprattutto perché le differenze sono per lo più minime e avranno un'influenza limitata sul comportamento alimentare. Fanno eccezione popolazioni specifiche come le donne in gravidanza; è inoltre importante differenziare gli anziani affetti da patologie specifiche, per i quali si raccomanda una sostituzione terapeutica o profilattica.

Uno dei rischi è rappresentato da un'insufficiente comunicazione dei nuovi valori nutritivi di riferimento: il fatto che ci siano nuovi valori di riferimento potrebbe portare a pensare che, in generale, queste raccomandazioni non sono fondate. A tale proposito si dovrebbe far presente in modo specifico, soprattutto in quei casi in cui le differenze sono maggiori e riguardano valori di riferimento importanti (ad es., la vitamina D, come menzionato sopra), che sono cambiate le evidenze utilizzate dall'EFSA come base per le raccomandazioni.

4. Altri punti importanti e feedback per l'USAV

I membri della CFN hanno convenuto che la revisione dei valori nutritivi di riferimento è un argomento importante e necessario. È stato ancora discusso il seguente feedback specifico per l'USAV:

- in termini di comunicazione, sarebbe importante definire le nuove raccomandazioni come principalmente «svizzere» e nazionali, basate sulle raccomandazioni dell'EFSA come partner principale piuttosto che come «raccomandazioni dell'EFSA».
- Per la raccomandazione sugli acidi grassi saturi: in questo caso è importante consultare nuovamente la letteratura originale a cui fanno riferimento le raccomandazioni dell'EFSA/D-A-CH.
- Per diverse raccomandazioni è discutibile se un limite massimo generale sia generalmente necessario e sensato. Nel caso di valori di riferimento dell'EFSA in cui viene fornita una raccomandazione «as low as possible» (ad es., SFA, probabilmente anche zucchero), si pone la questione se sia sensato specificare comunque un valore soglia più alto per limitare il margine di interpretazione.
- In generale, i NRV si applicano alla popolazione sana. Tuttavia, può essere utile menzionare la differenza tra la popolazione generale e gruppi specifici affetti da malattie comuni (ad es., il diabete), per i quali le raccomandazioni su carboidrati, fibre e zuccheri possono variare notevolmente.