

Nutraceutica, Alimenti Funzionali e Integratori: realtà e prospettive

dott. Antonio Verginelli



SIMPeSV
Società Italiana di Medicina
di Prevenzione e degli Stili di Vita



Frascati 13-14 Giugno 2015

**Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente
la consapevolezza dei fattori di salute**

Lo scopo **primario** della **dieta** è
fornire adeguati **nutrienti** atti a
soddisfare le **esigenze**
nutrizionali della persona



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

NUTRACEUTICA

La moderna *Scienza dell'Alimentazione* è andata oltre i concetti classici di trattamento delle *carenze nutrizionali*, ma considera sempre più *l'alimentazione* come uno *strumento* teso al benessere fisico e psichico

SFALATINI
DI **PIZZA**

VALENTINO



INGREDIENTI

**RUCOLA, SCAGLIE DI PARMIGIANO, PROSCIUTTO CRUDO
FIOR DI LATE, SALE, OLIO, ORIGANO**



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

NUTRACEUTICA

La *ricerca* è sempre più incentrata sull'*identificazione* di alimenti biologicamente attivi in grado di migliorare la *qualità* della vita e ridurre l'*incidenza* di malattie



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

NUTRACEUTICA

*Nell'80 in Giappone, per **controllare** i costi sanitari e **migliorare** le aspettative di vita degli anziani, si iniziarono a studiare alimenti in grado di **favorire** la salute e **ridurre** il rischio di malattie*



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

ALIMENTI FUNZIONALI

Nasce il **concetto** di “Alimenti Funzionali” ossia di alimenti che abbiano dimostrato un **reale** effetto benefico sulla salute, cibi che contengono **nutrienti** o a cui vengano addizionate sostanze **biologicamente attive**

Nutraceutico	RDA	Equivalente
Omega-3	2-4 g	75 g salmone, 15 g noci
Acido ascorbico	60 mg	1 arancia, 100 g verdura a foglia verde
Carotenoidi	2-4 mg	25 g carote, 40 g bietole, 50 g spinaci
Isoflavoni	40 mg circa	60 g di soia, 200 g latte di soia
Licopene	5-15 mg	200 g di pomodoro fresco, 80 g di sugo di pomodoro
Acido folico	200 mcg	30 g cereali, 150 g spinaci, 50 g fegato, 80 g legumi
Fibre	25-30 g	80 g crusca, 125 g fave, 160 g fagioli, 200 g pasta/pane integrale



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:

risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

ALIMENTI FUNZIONALI

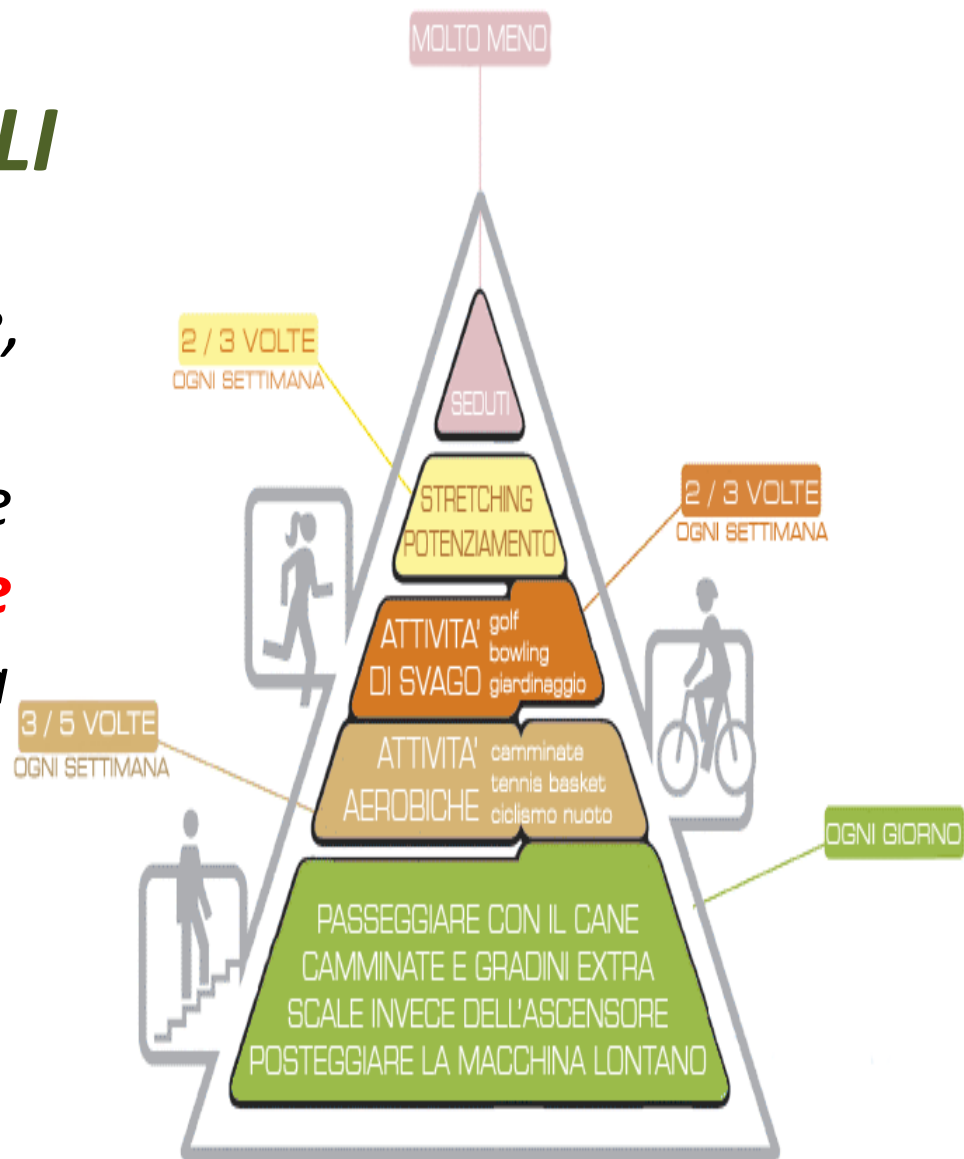
A *disposizione del consumatore* esiste già un *ampia scelta* di alimenti, ma la ricerca tende sempre più a *identificare* sostanze alimentari che possiedano la *capacità* di *ridurre o ritardare* l'insorgenza di patologie quali le malattie cardiovascolari, il cancro, e l'osteoporosi



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

ALIMENTI FUNZIONALI

L'uso dell'Alimento Funzionale, anche se in grado di dare un contributo concreto alla salute non può prescindere da uno stile di vita sano accompagnato da attività fisica costante



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:

risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

ALIMENTI FUNZIONALI

Occorre **tutelare** i consumatori da **affermazioni** fuorvianti e a volte false, sugli alimenti funzionali, affinché si **concretizzino** i reali effetti benefici sulla salute



Tutela del consumatore



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:

risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

FOSHU

In *Giappone* nel “91 è stato definito il concetto di “*Food for Specified Health Use*” (FOSHU)

Gli *alimenti classificati* devono essere *approvati* dal Ministero della Salute e da quello del Welfare



LEGISLAZIONE

*In **Europa** non esiste una **legislazione** univoca, ma uniformemente si cerca di evitare qualunque messaggio che faccia riferimento alla riduzione del rischio di malattia*



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

HEALTH CLAIMS

Negli **USA** dal 1993 sono stati ammessi su alcuni alimenti i “**claims**” relativi alla “**riduzione del rischio di malattia**”



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

FUFOSE

In seguito al crescente interesse per gli Alimenti Funzionali l'Unione Europea ha creato il FUFOSE (Functional Food Science in Europe), con l'obiettivo di stabilire e sviluppare un approccio scientifico a sostegno dello sviluppo dei prodotti alimentari con effetti benefici



Il progetto ha preso in esame sei aree scientifiche e salutistiche:

crescita sviluppo e differenziazione cellulare

metabolismo basale

difese dai composti ossidanti

alimenti funzionali e *sistema* cardiovascolare

fisiologia e *funzionalità* gastrointestinale

effetti degli alimenti sul comportamento e sul profilo psicologico

British Journal of Nutrition 80(1)-1998



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:

risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

Occorre però *sottolineare* che gli
Alimenti sono e devono restare
Alimenti



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

HEALTH CLAIMS

*L'Unione Europea definisce **due** tipi di raccomandazioni riferendosi agli Alimenti Funzionali (health claims)*

European Commission Community Research, vol.1-2-3 (2000)



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

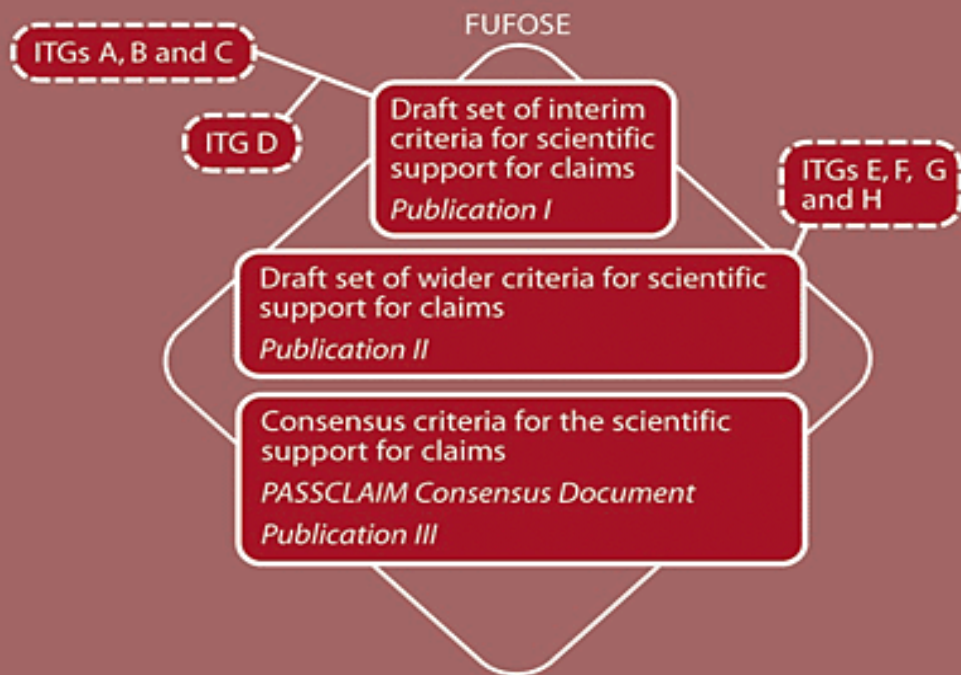
HEALTH CLAIMS

*Alimenti legati al **miglioramento** di una
funzione biologica*

*Alimenti legati alla **diminuzione** del
rischio di malattia*



Figure 2: Schematic representation of the project



PASSCLAIM

Process for the Assessment of Scientific Support for Claims on Foods

AAVV. 2010. Functional Foods. Report.....of European Commission.



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

PASSCLAIM

*Lo scopo del **PASSCLAIM** è stabilire criteri comuni per la **valutazione** della fondatezza scientifica degli **Health Claims***



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

Nel **consumo** di Alimenti con effetti benefici, bisogna tenere presente:

il valore dietetico

la quantità e la frequenza d'uso

la possibile interazione con altri costituenti alimentari e/o **farmaci**

l'impatto sul metabolismo i

rischi di allergia



INTEGRATORI

*Tra prodotti vegetali ed integratori in Italia nel 1999 sono stati spesi **150 milioni di euro***

Ass. Produttori Farmaci da banco. Bruxelles 2000



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

INTEGRATORI



*Queste sostanze possono essere **utili**
per compensare **carenze** nutrizionali
per coadiuvare alcuni **processi fisiologici***



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

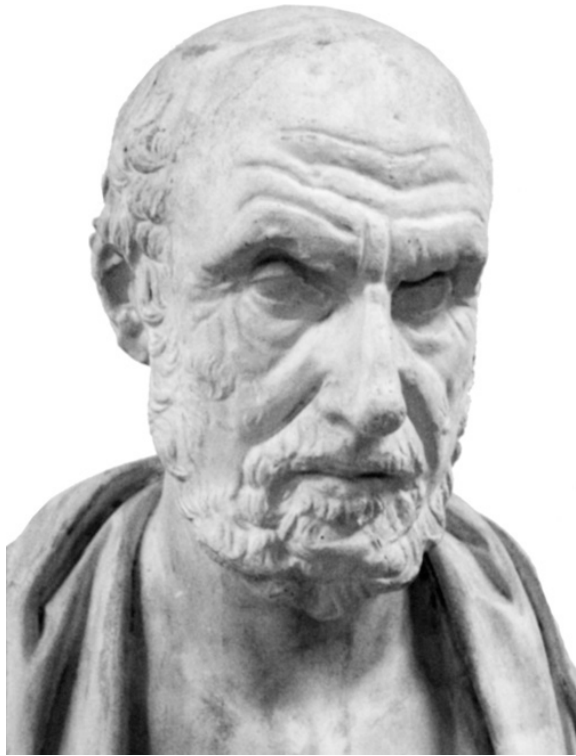
GLI INTEGRATORI

NON SONO MEDICINALI

Sono privi di finalità terapeutiche



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute



*“ che l’alimento sia la tua medicina
e la tua medicina sia il tuo alimento,
ma gli alimenti possono diventare
anche veleno”*

(Ippocrate)



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute

Mappa di Frascati



GRAZIE PER L'ATTENZIONE



Nutraceutici, Alimenti Funzionali e Integratori:
risorsa e strumento della Medicina per accrescere nel paziente la consapevolezza dei fattori di salute