



**OLEARIO**

DOVE L'ITALIA LASCIA IL SEGNO

Schede Didattiche

# LA QUALITÀ DELL'OLIO ATTRAVERSO L'ETICHETTA



RETERURALE  
NAZIONALE  
20142020

mipaaf  
ministero delle politiche  
agricole alimentari e forestali



Progetto realizzato con il contributo FEASR (Fondo europeo per l'agricoltura e lo sviluppo rurale)  
nell'ambito delle attività previste dal programma Rete Rurale Nazionale 2014-2020 (Scheda 2.1 - CREA - Eccellenze Rurali).

# LA QUALITÀ DELL'OLIO ATTRAVERSO L'ETICHETTA

L'etichetta alimentare è l'unico strumento utile in mano al consumatore, assume un ruolo strategico per compiere scelte alimentari e acquisti consapevoli. Saper leggere un'etichetta rappresenta un diritto ma anche un dovere, vista l'enorme quantità di prodotti alimentari, anche simili, offerti dalla grande distribuzione e, soprattutto, vista l'importanza che gli acquisti alimentari rivestono sulla salute e sul benessere della persona. Ma è possibile valutare la qualità di un olio attraverso la lettura attenta della sua etichetta? Impariamo a capire come si fa.

Testi a cura di  
Gabriella Lo Feudo  
CREA Centro di ricerca  
Olivicoltura, Frutticoltura  
e Agrumicoltura

Per orientare e sviluppare l'attenzione dei consumatori verso scelte di acquisto consapevoli, oltre che per favorire la libera circolazione delle merci, l'Unione Europea ha emanato una serie di regolamenti, l'ultimo dei quali è il Reg. UE n.1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori a cui hanno fatto seguito regolamenti specifici in ordine all'origine del prodotto.

La regolamentazione europea ha rivoluzionato l'approccio nei confronti delle etichette e della informazione, armonizzando norme già presenti e ponendo al centro dell'attenzione la tutela del consumatore, della sua salute e del suo benessere. È stato inoltre rafforzato il ruolo etico e inclusivo dell'etichetta, e non solo informativo, introducendo la possibilità di rendere le informazioni accessibili ai portatori di menomazioni visive.

Favorire l'accessibilità alle informazioni è ciò che ha sperimentato il Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria (CREA), con il suo Centro di Ricerca in Olivicoltura, Frutticoltura e Agrumicoltura sede di Rende (CREA-OFA), in collaborazione con l'Unione Italiana dei Ciechi e degli Ipovedenti sezione di Cosenza e una start up innovativa nel campo delle moderne tecnologie, e un'azienda agricola del territorio. È stata elaborata un'etichetta "accessibile" (<https://www.etichettanarrante.it>) con la quale, grazie al linguaggio braille e alle moderne tecnologie, è possibile consentire a chi è affetto da disabilità visiva, il libero accesso ed un'agevole fruizione delle informazioni sulla composizione e sulle proprietà dell'olio d'oliva, alimento principe della dieta mediterranea.

## L'etichetta alimentare

L'etichetta costituisce la carta d'identità di un prodotto alimentare. Coinvolge tutti gli alimenti preimballati destinati al consumatore finale compresi quelli forniti per la ristorazione collettiva. Serve a garantire un elevato livello di protezione ai consumatori ma non deve attribuire all'alimento proprietà atte a prevenire, curare o guarire malattie, e tanto meno deve accennare a proprietà farmacologiche a meno di autorizzazioni specifiche da parte degli organi preposti (EFSA- Autorità europea per la sicurezza alimentare, Ministero della Salute).

Le principali finalità dell'etichettatura alimentare sono:

- ✓ fornire una corretta informazione sulle caratteristiche del prodotto;
- ✓ non indurre in inganno il consumatore su caratteristiche e/o proprietà che il prodotto non possiede;
- ✓ valutare correttamente il rapporto tra la qualità del prodotto e il prezzo di vendita;
- ✓ garantire la correttezza delle operazioni commerciali nonché la libera circolazione dei prodotti alimentari sui mercati comunitari e internazionali;
- ✓ favorire una maggiore consapevolezza sulle caratteristiche nutrizionali del prodotto.

Il produttore è obbligato per legge a rispettare la veridicità delle informazioni apposte, per cui più indicazioni riporta l'etichetta di un alimento più attenzione dovrebbe esserci da parte del produttore nei confronti del consumatore.

L'etichetta dei prodotti confezionati, per una intrinseca valenza pedagogica oltre che informativa, non deve in alcun modo indurre il consumatore a compiere scelte non idonee e pertanto deve essere:

- ✓ **chiara**, ovvero tutte le informazioni devono risultare facilmente comprensibili;
- ✓ **leggibile**, per cui devono essere utilizzati caratteri di dimensioni tali da poter essere letti senza troppa difficoltà;
- ✓ **indelebile**, pertanto gli operatori devono garantire che le informazioni riportate in etichetta, siano leggibili per tutta la vita commerciale del prodotto.

Le informazioni apposte in un'etichetta si distinguono in obbligatorie e facoltative o volontarie. Senza le prime l'alimento non può essere commercializzato, mentre le informazioni facoltative, previste sempre dalle norme vigenti, possono essere apposte, per scelta del produttore/commercializzatore che ne risponde direttamente in merito alla veridicità.

Ogni etichetta alimentare deve presentare le informazioni che consentano al consumatore di apprezzare subito le caratteristiche dell'alimento e nello stesso tempo deve permettere, nel più breve tempo possibile, di risalire all'operatore responsabile con il cui nome o ragione sociale sono veicolate le informazioni apposte.

Le informazioni obbligatorie sono situate tra il fronte e il retro delle etichette e sono determinanti per la vendita di un alimento. Denominazione di vendita, quantità netta o volume ed eventuale grado alcolico devono essere apposti nel campo visivo principale.

Altre indicazioni importanti da valutare in etichetta sono le modalità di conservazione e di uso dell'alimento acquistato e la data di scadenza o il tempo di preferibile consumo. La data di scadenza è un termine perentorio che viene inserito in etichetta per indicare alimenti facilmente deperibili che non devono essere consumati dopo il limite temporale

indicato. Tra le informazioni obbligatorie è importante segnalare la lista degli ingredienti dove, in ordine decrescente, sono indicate tutte le sostanze e i prodotti utilizzati per la produzione dell'alimento e dove figurano, attraverso un carattere chiaramente distinto dagli altri, gli ingredienti che potrebbero provocare allergia. Fondamentale è il ruolo dell'etichetta nutrizionale, che rappresenta un valido strumento per permettere al consumatore di apprendere informazioni utili per le corrette abitudini alimentari, sul valore energetico e sul contenuto in nutrienti quali proteine, grassi, carboidrati, sale, fibre, vitamine e sali minerali rapportati per 100 g o 100 ml presenti nel prodotto confezionato.

Altra importante informazione da cercare in etichetta è l'origine. Conoscere l'origine di un alimento vuol dire avere consapevolezza delle materie prime utilizzate, delle modalità di coltivazione o di allevamento, dell'uso dei mangimi e dei concimi, ovvero della sostenibilità dell'agricoltura di provenienza del prodotto alimentare che si acquista e si consuma.

L'Italia con la sua enorme biodiversità alimentare è uno scrigno di tesori del gusto e dei sapori e pertanto è giusto che il consumatore sia messo nella condizione di potere operare una scelta attenta e oculata.

## L'etichetta nell'olio extravergine di Oliva

Leggere le etichette alimentari diventa ancora più importante se si tratta di prodotti di largo consumo che si contraddistinguono per essere anche altamente nutraceutici per cui la scelta diventa ancor più importante e preziosa. L'olio extra vergine di oliva è uno degli alimenti più normati nel panorama alimentare europeo sia per favorirne la commercializzazione e la qualità e sia per evitarne le contraffazioni.

Il concetto di qualità ha varie declinazioni; qualità è la certezza dell'origine di un prodotto, il legame con il territorio attraverso le D.O.P. e le I.G.P., l'etica delle produzioni attraverso l'applicazione di agricoltura biologica o mediante una certificazione di commercio equo e solidale o di quant'altro sia indicativo di sostenibilità e rispetto delle persone e dell'ambiente. Questa variegata offerta consente, davanti ad uno scaffale, di scegliere in base al concetto più confacente alla sensibilità dell'acquirente.

Ma se il prodotto non possiede marchi di qualità o altre specifiche indicazioni, il consumatore, nonostante sia consapevole che l'olio extra vergine di oliva sia un prodotto di pregio, come riuscirà ad orientarsi verso scelte qualitativamente elevate?

Tra le indicazioni obbligatorie degli oli extra vergine e vergine di oliva la denominazione di vendita, la designazione dell'origine (Reg.UE n. 29/2012) e la quantità, devono essere raggruppati nel campo visivo principale con i caratteri e il formato leggibili, indelebili e chiari che devono essere conformi a quanto disposto dal Reg. UE n. 1169/2011 (<https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:304:0018:0063:it:PDF>).

Oltre all'indicazione dell'origine che finalmente si può leggere in etichetta con immediatezza per capire se si tratta di miscele di oli comunitari e/o extra comunitari oppure se si tratta di olio 100% italiano, l'etichetta deve obbligatoriamente contenere le informazioni sulle modalità di conservazione degli oli (al riparo da fonti di calore e di luce). (Reg. UE n. 1335/2013 – <https://www.politicheagricole.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/2883>)

Per quanto riguarda le informazioni facoltative, accanto alle indicazioni relative alle caratteristiche organolettiche ovvero alla percezione del fruttato, dell'amaro e del piccante potrebbero essere inseriti parametri importanti per la classificazione merceologica dell'olio alcuni dei quali indicativi di assenza di frodi. Questi parametri sono l'acidità, i perossidi, le cere e le costanti spettrofotometriche e devono, eventualmente il produttore decida di apporli, essere inseriti insieme nello stesso campo visivo. Altra informazione aggiuntiva è quella relativa alla campagna di raccolta delle olive. Tale informazione può, però, figurare solo quando il 100% delle olive provenga dallo stesso raccolto. L'indicazione dell'anno di raccolta potrebbe rivelarsi molto utile per il consumatore per valutare l'effettivo TMC (tempo di preferibile consumo) attribuito all'olio dal produttore al momento dell'imbottigliamento.

Da un punto di vista merceologico, in base all'acidità espressa in acido oleico gli oli si classificano nel modo seguente:

**Olio extra vergine di oliva** – Olio di categoria superiore ottenuto direttamente dalle olive e unicamente mediante procedimenti meccanici; l'acidità libera, espressa in acido oleico non deve essere superiore allo 0,8%

**Olio di oliva vergine** – Olio ottenuto direttamente dalle olive e unicamente mediante procedimenti meccanici; l'acidità libera, espressa in acido oleico non superiore al 2%

**Olio di oliva** – Olio composto da oli di oliva raffinati e da oli di oliva vergini, pertanto, la dicitura sarà – olio contenente oli di oliva che hanno subito un processo di raffinazione e oli ottenuti direttamente dalle olive; l'acidità libera non sarà superiore al 2 %

**Olio di sansa e di olive** – Olio contenente esclusivamente oli provenienti dal trattamento della sansa di oliva e oli ottenuti direttamente dalle olive; l'acidità non sarà superiore all'1%.

**Olio lampante** – olio non commestibile – un tempo usato per le lampade votive. Tutti gli oli ottenuti tramite i processi fisici che hanno un'acidità libera superiore al 2% e/o un gusto imperfetto, vengono definiti oli di oliva vergini lampanti.

## L'etichetta nutrizionale

L'etichetta nutrizionale è obbligatoria dal 16 dicembre 2016 e comprende un insieme di informazioni che consentono al consumatore di avere contezza di quante calorie e nutrienti siano presenti in 100 g di uno specifico alimento e costituisce un supporto importante in quanto serve a fornire un valido contributo nell'alimentazione giornaliera. Le informazioni obbligatorie su 100 g (o 100 ml) di prodotto sono rappresentate dalla quantità di energia, dalla quantità degli acidi grassi totali e di quelli saturi, dalla quantità dei carboidrati e degli zuccheri, dalla quantità di proteine e dal sale. Le informazioni facoltative sono rappresentate dai valori degli acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi, dell'amido, delle fibre, dei sali minerali e delle vitamine.

Nel caso dell'etichetta nutrizionale dell'olio extra vergine di oliva i parametri importanti da verificare sono, ovviamente, quelli relativi ai valori degli acidi grassi totali e saturi per quanto attiene alle informazioni obbligatorie e degli acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi nonché delle vitamine per quanto attiene alle informazioni aggiuntive.

Il regolamento UE n. 1169/2011 prevede che i valori dichiarati rappresentino la media, a seconda dei casi, dell'analisi dell'alimento effettuata dal produttore, del calcolo effettuato a partire dai valori medi noti o effettivi relativi agli ingredienti utilizzati, del calcolo effettuato a partire da dati generalmente stabiliti e accettati, della banca dati di cui per esperienza dispone il produttore. Spesso però, si nota una "standardizzazione" dell'informazione anche per contenere i costi.

Infatti, sebbene la percentuale di acido oleico (acido grasso monoinsaturo che conferisce all'olio extravergine di oliva proprietà ineguagliabili per la prevenzione di molte patologie cardiovascolari e dismetaboliche nonché punto di fumo sufficiente per frittura) rappresenti nelle varie cultivar valori compresi tra 56% e 84%, i valori che riscontriamo in etichetta evidenziano sempre un dato medio e si aggirano tutti, o quasi, tra il 66% e il 69%. La caratteristica peculiare delle nostre cultivar di olivo (che evidenziano la diversificazione varietale espressione dei nostri territori) è rappresentata proprio dalla diversità di composizione e quindi anche dalla diversa quantità di acidi grassi presenti che, inseriti nella dichiarazione nutrizionale, sebbene debbano informare il consumatore in merito all'energia e alle quantità ingerite su 100 g di prodotto potrebbero anche, seppur indirettamente, rendere evidente le peculiarità intrinseche delle nostre produzioni e di conseguenza esaltare anche l'aspetto nutraceutico dell'alimento stesso.

L'etichetta nutrizionale dell'olio potrebbe indicare anche la presenza di vitamina E. Tale indicazione potrebbe essere apposta qualora il valore riscontrato superi il 15% della razione giornaliera di vitamina E prevista nei LARN, come prescritto nell'allegato XV del Reg. UE n. 1169/2011.

## Claims e altre informazioni che conferiscono un valore aggiunto all'alimento olio EVO

Sulle etichette di alcuni alimenti, alcune volte, troviamo inserite informazioni atte a promuovere e ad esaltare un aspetto peculiare perché di alto valore salutistico o nutrizionale. Queste informazioni regolamentate da norme comunitarie si chiamano claims che non devono essere fuorvianti e devono essere comprensibili al consumatore attraverso un messaggio chiaro e non ambiguo.

L'olio, senza dubbio l'elemento/alimento principale della "Dieta Mediterranea", ottimo per il suo gusto e la sua alta digeribilità, è ricco oltre che di grassi di origine vegetale anche di tocoferoli, steroli e fenoli che contribuiscono a conferirgli le caratteristiche di alimento nutraceutico (utili per neutralizzare i radicali liberi e funzionare come "scavenger/spazzini"). Le caratteristiche di prevenzione delle malattie cardiovascolari insite nell'olio extra vergine è possibile veicolarle attraverso uno specifico claim il cui messaggio **è il seguente:**

*"Polifenoli nell'olio extra vergine di oliva. I polifenoli dell'olio di oliva contribuiscono alla protezione dei lipidi ematici dallo stress ossidativo dell'olio di oliva".*

Tale indicazione deve essere necessariamente accompagnata dalla seguente informazione:

l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 20 g di olio d'oliva.

Il Claim può essere utilizzato solo per quell'olio extra vergine di oliva che contenga almeno 5 mg di idrossitirosolo e suoi derivati. Inserire tale informazione non è semplice in quanto richiede che tutta la filiera produttiva sia oggetto di attenzione, non solo per la scelta delle cultivar più adatte ma anche per l'impegno enorme dei produttori in tutte le pratiche agronomiche e di post-raccolta che dovranno essere orientate verso questa direzione. Riuscire ad applicare il claim, però, potrebbe conferire un elevato valore aggiunto al prodotto che potrebbe essere venduto anche nei presidi farmaceutici e parafarmaceutici.

**Si rimanda all'e-book per una trattazione dettagliata dell'argomento.**

<https://oleario.crea.gov.it/e-book/>