

Dichiarazione obbligatoria degli allergeni per articoli preimballati

In base all' OID, art. 10 e Allegato 6, sul prodotto devono essere dichiarati i seguenti ingredienti e i prodotti da essi derivati:

Termine generico	Tipologie specifiche	Alternative non allergeniche
Uova	Albume, tuorlo, uova, pasta	–
Arachidi	Olio di arachidi, burro di arachidi	–
Pesci	Salsa Worcester (con alici)	–
Cereali contenenti glutine	Grano, segale, orzo, farro, spelta, Kamut	Amaranto, grano saraceno, gomma di guar, miglio, seme di carruba, mais, quinoa, riso
Frutta a guscio (noci)	Nocciole, noci di acagiù, noci di Pekan-, noci del Parà, noci di Macadamia-, mandorle, pistacchi	Piselli secchi in alternativa ai pistacchi, macinati più fini; noce di cocco
Crostacei	Crevettes, aragoste, gamberetti, div. gamberi	–
Lupini	Famiglia delle leguminose paragonabili alla soia	–
Latte, proteine del latte, latte magro in polvere	Lattosio, div. Formaggi: Appenzeller, Tilsiter, Raclette, Brie, Jogurt, ricotta (quark), panna, burro	Formaggi duri (ad es. Sbrinz, Emmentaler, Formaggio dell'alpe); il processo di maturazione elimina completamente il lattosio
Sedano	Brodo di verdure, miscele di spezie	–
Senape	Salse, marinate, preparati a base di spezie, semi di senape	–
Sesamo	Olio di senape, condimento a base di sesamo, marinate	–
Soia	Tofu, condimento a base di soia	–
Solfiti	vino, frutta essiccata, (E220- E228)	–
Molluschi	conchiglie, lumache, polipo, riccio di mare	–

Lista degli ingredienti

- Miscela di spezie (con sedano): Allergene dichiarato in forma scritta, in **grassetto**, corsivo e sottolineato
- Oppure segnalato in lettere MAIUSCOLE.
- Se, durante la produzione di un alimento, esiste la possibilità di contaminazione con un allergene la cui dichiarazione è obbligatoria, sulla confezione del prodotto è obbligatorio menzionare ad esempio: «Può contenere tracce di arachidi.»
- Occorre menzionare anche gli ingredienti che non vengono aggiunti intenzionalmente, bensì sono finiti in un altro alimento involontariamente, nella misura in cui il loro tenore supera o potrebbe superare le seguenti quantità:
 - a) Nel caso dei solfiti: 10 mg SO₂ per kg / litro di alimento pronto per il consumo.
 - b) Per i cereali contenenti glutine: 200 mg di glutine per kg / litro di alimento pronto per il consumo.
 - c) Per gli olii e i grassi vegetali con olio di arachidi completamente raffinato: 10 g di olio di arachidi per kg / litro di alimento pronto per il consumo.
 - d) Nel caso del lattosio: 1 g per kg / litro di alimento pronto per il consumo.
 - e) Nei casi restanti: 1 g per kg / litro di alimento pronto per il consumo.

Art. 11 cpv.5 a-e OID

Occorre sempre indicare la tipologia esatta, ad es.:

- Insalata di patate con brodo vegetale: -> (con sedano)
- Salsa Worcester: -> (con alici)

Dichiarazione per la vendita sfusa

In linea di massima vige il principio dell'indicazione scritta. Esiste tuttavia la possibilità di apporre un'indicazione sulla superficie di vendita, del tipo. «Potete rivolgere le domande inerenti agli allergeni al personale di vendita.» Ciò implica che il personale deve avere a disposizione le informazioni del caso.

Differenza tra allergia, intolleranza e incompatibilità

Nel caso di un'allergia alimentare, vi è un'ipersensibilità alle sostanze estranee al corpo. Il consumo ripetuto di determinati alimenti o dei loro ingredienti porta ad una reazione antigene-anticorpo. Ciò significa che una vera allergia alimentare si basa su meccanismi immunologici.

Nelle intolleranze alimentari (intolleranze), le cosiddette «pseudo-allergie», spesso il quadro clinico assomiglia a quello di vere e proprie allergie alimentari. Tuttavia, esse non hanno origine immunologica, cioè il corpo non produce anticorpi.

Se si tratta di un'intolleranza, una persona risponde negativamente a un ingrediente. Per digerire ad esempio il lattosio, questo dev'essere scomposto nell'intestino tenue dall'enzima lattasi, che si trova nella mucosa. Se la lattasi è in gran parte o completamente assente, il lattosio non può essere digerito ed entra nell'intestino crasso. Questo causa diarrea, flatulenza, espulsione di gas e sensazione di pienezza.

Dichiarazione dei valori nutritivi

Principi in base all'OID, Art. 21

La dichiarazione dei valori nutritivi è obbligatoria. Fanno eccezione gli alimenti ai sensi dell'Allegato 9, la cui dichiarazione è facoltativa.

Eccezioni in base all'OID, Allegato 9

- Alimenti prodotti artigianalmente che il produttore consegna ai consumatori o ad aziende alimentari locali le quali, a loro volta, li consegnano ai consumatori.
- Alimenti non lavorati, ad es. carne fresca confezionata, composti da un'unica classe di ingredienti, ad es. Carne secca dei Grigioni.
- Tutto ciò che viene venduto sfuso.

Indicazioni necessarie in base all'IOD, Art. 22

- Valore energetico e tenore di grassi, acidi grassi saturi, carboidrati, zucchero, proteine e sale. (BIG 7)
- È inoltre ammessa anche la sola indicazione dei valori di energia, del tenore di grassi, carboidrati, proteine e sale. (BIG 4)

Esempio di dichiarazione dei valori nutritivi

Nella dichiarazione dei valori nutritivi occorre impiegare «Kilojoule» (kJ) e «Kilocalorie» (kcal) per i valori di energia; la dichiarazione dei valori nutritivi può anche essere espressa in forma di frase. Le rispettive indicazioni devono apparire nell'ordine seguente:

Energie	kJ/kcal	energia
Fett	g	grassi
davon:		di cui:
- gesättigte Fettsäuren	g	- grassi saturi
- einfach ungesättigte Fettsäuren	g	- grassi insaturi
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g	- grassi polinsaturi
Kohlenhydrate	g	carboidrati
davon:		di cui:
- Zucker	g	- zucchero
- mehrwertige Alkohole	g	- polialcoli
- Stärke	g	- amido
Ballaststoffe	g	fibre alimentari
Eiweiss	g	proteine
Salz	g	sale
BIG 5 (BIG 4+Salz)		
BIG 7		

All'indirizzo naehrwertdaten.ch dell'USAV potete trovare i valori di riferimento dei singoli alimenti.