CAMERA DEI DEPUTATI N. **2089**

PROPOSTA DI LEGGE

d'iniziativa della deputata ZANELLA

Disposizioni per la promozione della dieta mediterranea e divieto di pubblicità dei prodotti alimentari ultra-processati

Presentata il 14 ottobre 2024

Onorevoli Colleghi e Colleghe ! – Coniato nel 1951 da Michael F. Jacobson, il termine « *junk food* » (cibo spazzatura) viene utilizzato per indicare gli alimenti inutili o dannosi per il nostro organismo, caratterizzati da uno scarso valore nutrizionale – perché poveri di proteine, fibre e vitamine – e da un alto contenuto calorico, in quanto ricchi di zuccheri semplici, grassi e sale.

In particolare, i cibi spazzatura hanno un'eccessiva concentrazione di grassi, specialmente di grassi idrogenati, ossia quei lipidi che subiscono un processo di idrogenazione (indurimento) per passare dallo stato liquido a quello solido o semisolido e adattarsi così alle necessità dell'industria alimentare. Questo processo può portare alla formazione dei cosiddetti acidi grassi *trans*, i quali favoriscono l'aumento del colesterolo cattivo che si deposita nelle arterie. Sono cibi pieni di additivi alimentari (come aromi, coloranti e conservanti), sostanze artificiali prodotte in laboratori chimici e utilizzate nell'industria alimentare per colorare, dolcificare e conservare i cibi, e che a volte possono risultare dannose per l'organismo.

Basterebbero queste premesse per rendere i cibi spazzatura poco raccomandabili e per disincentivarne il consumo, se non fosse che le campagne pubblicitarie sui principali *media* li dipingono invece come desiderabili agli occhi di bambini e bambine e ragazzi e ragazze, che ne divengono così i principali consumatori, con ripercussioni, anche gravi, sulla loro crescita, nutrizione e salute (si pensi ad esempio al dilagante aumento dei casi di sovrappeso e obesità nella popolazione pediatrica).

Oggi è proprio l'introito di queste calorie, vuote ma altamente « palatabili », la causa primaria dell'eccesso ponderale e dell'obesità, che spesso portano a malattie croniche quali diabete, malattie cardiache, malattie degenerative, tumori.

D'altra parte sappiamo benissimo che questi cibi spazzatura sono in grado di agire in tempi rapidi sulla produzione di serotonina, ormone del benessere e della rilassatezza, e non solo quelli che contengono zuccheri semplici e complessi, ma anche quelli ricchi di sale e grassi saturi (come le confezioni di patatine).

L'inganno che si nasconde dietro il cibo spazzatura sta nel fatto che questi alimenti contengono pochissime proteine; ciò ci induce a consumare di più per raggiungere il fabbisogno giornaliero delle stesse. Il cibo spazzatura ha un basso potere saziante perché è povero di fibre e ricco di grassi e zuccheri che vengono assorbiti rapidamente dall'organismo e che lo portano a richiederne sempre di più. Per questo motivo, il rischio è quello di ingerirne grosse quantità e sentire di non averne mai abbastanza.

È un argomento sempre molto discusso che ri-esplode con cadenza ciclica. Quanto fa male il « cibo spazzatura » ? Quanto è dannoso per la salute dei bambini ? Chi è a favore e chi è contro espone puntualmente le proprie teorie e i propri dati, ma, alla fine, finché la questione non verrà risolta una volta per tutte (e potrebbe volerci del tempo), cosa conviene fare ?

Sono in genere alimenti con un elevato quantitativo di sale, zuccheri, grassi, conservanti e amidi e poveri di fibre e vitamine; il che significa che non sono equilibrati e bilanciati. Consumati una volta ogni tanto non sono pericolosi, ma se mangiare questo tipo di cibi diventa un'abitudine (dal *fast food*, agli *snack*, agli alimenti preconfezionati), allora possono insorgere diversi problemi.

Partendo da queste premesse, è chiaro, per la natura stessa di questi alimenti, perché i bambini ne siano tanto attratti e perché sia così difficile tenerli lontani da essi. I bambini sono portati a sperimentare, a provare cose diverse da quelle che mangiano a casa, e il cibo spazzatura è sicuramente qualcosa di « esotico », almeno fino a una certa età. Ci sono poi molti altri fattori che condizionano un bambino nel voler mangiare questo tipo di cibo: sono in genere cibi molto belli da vedere, appariscenti e colorati (spesso però perché imbottiti di conservanti); sono una variante rispetto ai pasti consumati a casa.

Bisogna considerare la pressione non indifferente del *marketing* delle grandi catene, che punta ai bambini perché sono affascinati da questo tipo di alimenti e hanno un minor autocontrollo. In quest'ottica la Gran Bretagna, per esempio, ha vietato la pubblicità di *junk food* durante i programmi per bambini e sulle piattaforme mobili a loro dedicate già dal 2017, e l'Organizzazione mondiale della sanità spinge perché altri Stati seguano il suo esempio.

Consumare regolarmente cibo spazzatura aumenta esponenzialmente il rischio di obesità. L'obesità infantile non è, come vuole la leggenda, un problema che si risolve crescendo. Secondo l'Istituto superiore di sanità, quasi il 70 per cento dei bambini e delle bambine obesi in età scolare diventa obeso da adulto. Mangiare frequentemente questo tipo di alimenti rischia di diventare uno stile di vita sbagliato e pericoloso.

Oltre ai comuni cibi da *fast food*, come patatine fritte, *hamburger*, dolci, caramelle e merendine industriali, rientrano nella categoria dei *junk food* tutti gli alimenti confezionati, molto dolci o molto salati e che sono composti prevalentemente da zuccheri, conservanti e coloranti.

Oltre agli ormai ben noti effetti sul peso e sulla forma fisica, è opportuno sottolineare che l'assunzione di importanti quantità di questi alimenti, a discapito di una dieta sana ed equilibrata, può portare a patologie cardiovascolari molto serie, allo sviluppo del diabete e, nei casi più gravi, del cancro.

Il cibo spazzatura non provoca solo problemi sulla salute dell'organismo, ma anche su quella mentale. Appaiono addirittura devastanti gli effetti psicologici provocati dalla dipendenza dal *junk food*, che a volte viene paragonata a quella causata da sostanze stupefacenti.

Scientificamente, infatti, è stato dimostrato che le sostanze grasse e zuccherine presenti in questi alimenti stimolano la produzione di dopamina, che si traduce in

un senso di appagamento e felicità nel momento in cui li ingeriamo.

Una volta terminato l'effetto, che avviene in tempi relativamente brevi, il senso di euforia lascia posto a un senso di sposatezza, perdita di energia e irritabilità.

In pratica, si sono creati dei *link* che spingono il cervello a chiedere cibo – anche quando il corpo è sazio – solo per scatenare il meccanismo della gratificazione, proprio come accade alle persone con dipendenza da droga, alcol e fumo.

Il cibo industriale è dunque « progettato a tavolino » per essere appetitoso e desiderabile, ma non per saziare: più ne mangi, più ne vorresti. Sale, zucchero e aromi sono perfettamente dosati per allietare il palato, non a caso si parla di ingegneria alimentare.

Uno studio scientifico ha dimostrato che il 68 per cento degli alimenti rivolti ai bambini è da considerarsi *junk food* perché pieno di zuccheri e grassi e scarso in fibre e sostanze nutritive.

Il risultato è che un bambino su tre è in sovrappeso o tendente all'obesità e rischia di sviluppare diabete e disturbi cardiovascolari già in tenera età.

Smettere di mangiare *junk food* è difficile, ma non impossibile.

Secondo un recente studio la maggior parte dei bambini dei Paesi industrializzati ricava due terzi delle calorie che ingerisce da cibo industriale, con pesanti conseguenze sulla salute.

Uno studio italiano conferma i rischi legati al consumo eccessivo di alimenti ultraprocessati, soprattutto per l'apparato cardiovascolare.

Evitarli, tra gli scaffali dei supermercati, è sempre più difficile. Il loro eccessivo consumo era già stato correlato a un aumento della mortalità per cause cardiovascolari attraverso due studi pubblicati sul *British Medical Journal*. Ipotesi ora suffragata da un nuovo lavoro italiano, condotto dai ricercatori dell'istituto di ricovero e cura a carattere scientifico Istituto neurologico mediterraneo – Neuromed di Pozzilli (Isernia) e apparso sulle colonne dell'*American Journal of Clinical Nutrition*. Questa ricerca fotografa l'impatto della dieta su oltre 22.000 adulti italiani (dai 35 anni in su) arruolati nello studio.

Potendo contare sulle informazioni relative alle abitudini alimentari di queste persone, raccolte per otto anni, epidemiologi e nutrizionisti hanno posto in relazione il consumo di alimenti ultra-processati con il rischio di morte per tutte le cause. E, nello specifico, per problemi di natura vascolare. I risultati hanno confermato l'impatto negativo che questa tipologia di prodotti può avere sulla salute, con incrementi del rischio di morte rispettivamente del 26 e del 58 per cento rilevati tra coloro che seguivano una dieta rappresentata per un sesto da questi prodotti rispetto agli adulti che invece ne facevano consumo sporadico (con alimenti ultratrasformati corrispondenti a meno del 6 per cento della dieta).

Secondo la classificazione « Nova », che prevede la suddivisione degli alimenti in base ai « processi fisici, chimici e biologici che li interessano una volta separati dalla natura e prima di essere consumati o utilizzati nella preparazione dei piatti », esistono quattro categorie di alimenti: quelli non trasformati, gli ingredienti culinari, gli alimenti trasformati e quelli ultratrasformati (che prevedono anche l'aggiunta di additivi con funzione stabilizzante e conservante). Di questa quest'ultima categoria fanno parte *energy drinks*, bibite zuccherate e gassate, succhi di frutta, dolciumi, piatti preconfezionati, *hamburger* e *hotdog*, patatine fritte e *chips*. La loro diffusione è cresciuta con la necessità di avere prodotti pronti da mangiare.

In Francia già dal 2007 sono vietate le pubblicità di cibo negli orari rivolti ai minori, in Gran Bretagna dal 2008, in Spagna dal 2005; in Olanda, Svezia, Danimarca e Norvegia sono vietate le pubblicità di alimenti per tutte le trasmissioni rivolte ai minori di dodici anni; in Svezia è vietato l'utilizzo nella pubblicità di cartoni animati.

Tutto questo mentre la dieta mediterranea, riconosciuta dal 2010 come patrimonio culturale immateriale dell'umanità dall'UNESCO, è un modello nutrizionale ispirato agli stili alimentari tradizionali dei Paesi che si affacciano sul Mar Mediterra-

neo. Scienziati di tutto il mondo hanno iniziato a studiarla fin dagli anni '50 del secolo scorso e ancora oggi rimane tra le diete che, associate a stili di vita corretti, risultano influire positivamente sulla nostra salute.

Il primo studio osservazionale sulla dieta mediterranea, diventato famoso come « studio dei sette Paesi », fu condotto dal biologo e fisiologo statunitense Ancel Keys; in esso vennero messe a confronto le diete adottate dagli abitanti di Stati Uniti, Italia, Finlandia, Grecia, Jugoslavia, Paesi Bassi e Giappone per verificarne benefici e punti critici in termini di salute cardiovascolare. I risultati dello studio non lasciavano molti dubbi: più ci si scostava dagli schemi mediterranei, maggiore era l'incidenza di malattie cardiovascolari.

Lo stile alimentare individuato da tale studio, e da molte ricerche che l'hanno seguito, si basa sul consumo prevalente di alimenti di origine vegetale come cereali e derivati (pasta e pane integrali), legumi, frutta, verdura e olio extravergine di oliva; e su un consumo moderato di prodotti di origine animale, favorendo il pesce rispetto alle carni e limitando il più possibile gli alimenti processati.

La presente proposta di legge disciplina il divieto di pubblicizzare gli alimenti ultraprocessati e incarica il Ministro della salute, di concerto con il Ministro dell'agricoltura, della sovranità alimentare e delle foreste, a definire con proprio decreto le caratteristiche della dieta mediterranea.

PROPOSTA DI LEGGE

—

Art. 1.

(Oggetto e finalità)

1. La Repubblica, in attuazione dell'articolo 32 della Costituzione e nel rispetto delle disposizioni in materia di sicurezza alimentare recate dal regolamento (CE) n. 178/2002 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 28 gennaio 2002, promuove, sostiene e favorisce il consumo di alimenti sicuri e genuini, in particolare di quelli che fanno parte della dieta mediterranea, riconosciuta come patrimonio culturale immateriale dall'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'educazione, la scienza e la cultura ai sensi della Convenzione per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale, adottata a Parigi il 17 ottobre 2003, ratificata e resa esecutiva ai sensi della legge 27 settembre 2007, n. 167, in quanto modello di sviluppo culturale e sociale fondato su un insieme di competenze, conoscenze, pratiche e tradizioni tramandate di generazione in generazione, nonché quale regime nutrizionale riconosciuto dalla comunità scientifica per i suoi benefici effetti sulla salute.

2. La presente legge persegue le seguenti finalità:

a) promuovere stili di vita sani, basati sui princìpi della dieta mediterranea come modello di corretta alimentazione, ai fini della prevenzione delle malattie legate alla nutrizione;

b) favorire la diffusione dell'impiego dei prodotti e delle specialità della dieta mediterranea nei sistemi di ristorazione collettiva e in particolare nelle mense scolastiche.

Art. 2.

(Definizione)

1. Ai fini della presente legge, per « dieta mediterranea » si intende l'insieme delle pratiche tradizionali, delle conoscenze e delle

competenze connesse all'alimentazione tradizionale dei Paesi che si affacciano sul Mare Mediterraneo, comprese le attività concernenti le colture, la raccolta, la pesca, la conservazione, la trasformazione, la preparazione e il consumo di cibo, caratterizzate da un modello nutrizionale rimasto costante nel tempo, tramandato di generazione in generazione, che costituisce un senso di appartenenza e di continuità per le popolazioni coinvolte.

Art. 3.

(Divieto di pubblicità dei prodotti alimentari ultra-processati)

1. Ai fini del rafforzamento della tutela dei minori di sedici anni e per un più efficace contrasto dei disturbi alimentare, è vietata qualsiasi forma di pubblicità, anche indiretta, relativa ai prodotti alimentari ultra-processati, effettuata con qualsiasi modalità e mediante qualunque mezzo di diffusione, comprese le manifestazioni sportive, culturali o artistiche, le trasmissioni televisive e radiofoniche, la stampa quotidiana e periodica, le pubblicazioni in genere, le affissioni e i canali informatici, digitali e telematici, compresi i *social media*.

2. L'inosservanza del divieto di cui al comma 1 comporta, a carico del committente nonché del proprietario del mezzo di diffusione o del canale informatico, digitale o telematico o dell'organizzatore della manifestazione, l'applicazione della sanzione amministrativa del pagamento di una somma pari al 20 per cento del valore della sponsorizzazione o della pubblicità e in ogni caso non inferiore, per ogni violazione, a 50.000 euro.

3. L'autorità competente alla contestazione e all'irrogazione delle sanzioni di cui al presente articolo è l'Autorità per le garanzie nelle comunicazioni, che vi provvede ai sensi della legge 24 novembre 1981, n. 689.

4. I proventi delle sanzioni di cui al comma 2, compresi quelli derivanti dal pagamento in misura ridotta ai sensi dell'articolo 16 della legge 24 novembre 1981, n. 689, sono versati ad apposito capitolo dell'entrata del bilancio dello Stato per essere destinati al

fondo di cui all'articolo 58 del decreto-legge 22 giugno 2012, n. 83, convertito, con modificazioni, dalla legge 7 agosto 2012, n. 134.

5. Ai contratti di pubblicità in corso di esecuzione alla data di entrata in vigore della presente legge resta applicabile, fino alla loro scadenza e comunque per non oltre un anno, la normativa vigente anteriormente alla medesima data di entrata in vigore.

Art. 4.

(Disposizioni attuative)

1. Entro tre mesi dalla data di entrata in vigore della presente legge, con decreto del Ministro della salute, di concerto con il Ministro dell'agricoltura, della sovranità alimentare e delle foreste, sono definite le caratteristiche della dieta mediterranea, ai fini della presente legge e nel rispetto di quanto previsto dall'articolo 2, e sono individuati interventi diretti a promuovere e a sostenere, nel rispetto delle competenze delle regioni e degli enti locali, la diffusione della medesima dieta e delle relative attività economiche, ambientali, sociali e culturali, anche attraverso misure tese a valorizzare il patrimonio storico-culturale a essa connesso, nonché a promuovere la diffusione dell'impiego dei prodotti e delle specialità della dieta mediterranea nei sistemi di ristorazione collettiva, in particolare nelle mense scolastiche

2. Le regioni, le province autonome di Trento e di Bolzano e gli enti locali possono prevedere interventi per lo sviluppo di iniziative culturali ed enogastronomiche e predisporre misure volte a sostenere lo sviluppo di filiere enogastronomiche dedicate alla commercializzazione dei prodotti tipici che caratterizzano la dieta mediterranea.

3. Entro quattro mesi dalla data di entrata in vigore della presente legge, con decreto del Ministro della salute, di concerto con il Ministro dell'agricoltura, della sovranità alimentare e delle foreste, sono definite le caratteristiche dei prodotti alimentari ultra-processati, ai fini dell'applicazione del divieto di cui all'articolo 3.



19PDL0111100