

11 settembre 2003 0:00

## ALIMENTI E PUBBLICITA'

Roma, 11.09.2003. C'e' lo yogurt che mantiene giovani, l'acqua che pulisce, la cioccolata contro lo stress, il cereale che regola, ecc. Pur di vendere si propongono cibi o bevande dalle virtu' salutari, accentuandone l'aspetto sanitario. E' evidente che bere acqua fa bene, innanzitutto perche' ne abbiamo bisogno per la nostra alimentazione e perche' l'acqua aiuta ad eliminare, attraverso i reni, le scorie azotate. Quest'azione la compie qualsiasi acqua potabile, che non ha proprieta' taumaturgiche ma svolge una funzione del tutto naturale. La cioccolata contiene teobromina e caffeina, due stimolanti per il nostro organismo, flavonoidi che svolgono un'azione antiossidante, magnesio che migliora la trasmissione degli impulsi nervosi, ma apporta piu' di 500 calorie per etto! I cereali contengono fibra che aiuta il nostro intestino? Certamente, ma la fibra puo' essere assunta anche con frutta e verdura, che in proporzione a taluni prodotti confezionati ha un costo notevolmente inferiore. Insomma la pubblicita' gioca su alcuni effetti naturali per esaltarne le caratteristiche salutari. Noi pensiamo che una alimentazione equilibrata e un po' di movimento abbiano piu' effetto di tanti prodotti salutisti in commercio. Apprendiamo con soddisfazione la notizia che una commissione, promossa dal Consiglio dei ministri della Ue, valuterà la trasparenza delle etichette dei prodotti alimentari, con particolare attenzione a quelli definiti salutistici. Certo e' che ce ne mettono di tempo per decidere l'istituzione di una semplice commissione di valutazione ma, parafrasando il titolo di una famosa trasmissione televisiva, non e' mai troppo tardi!

Primo Mastrantoni, segretario Aduc