

# AiC



Associazione  
Italiana  
Celiachia

# 35

anni

1979-2014

6° CONVEGNO NAZIONALE AIC E 4° WORKSHOP FC

## Nutrizione come terapia della celiachia e della dermatite erpetiforme



con il patrocinio di



3 Novembre 2017 Genova Grand Hotel Savoia

## Studio AIC sulla qualità degli alimenti senza glutine

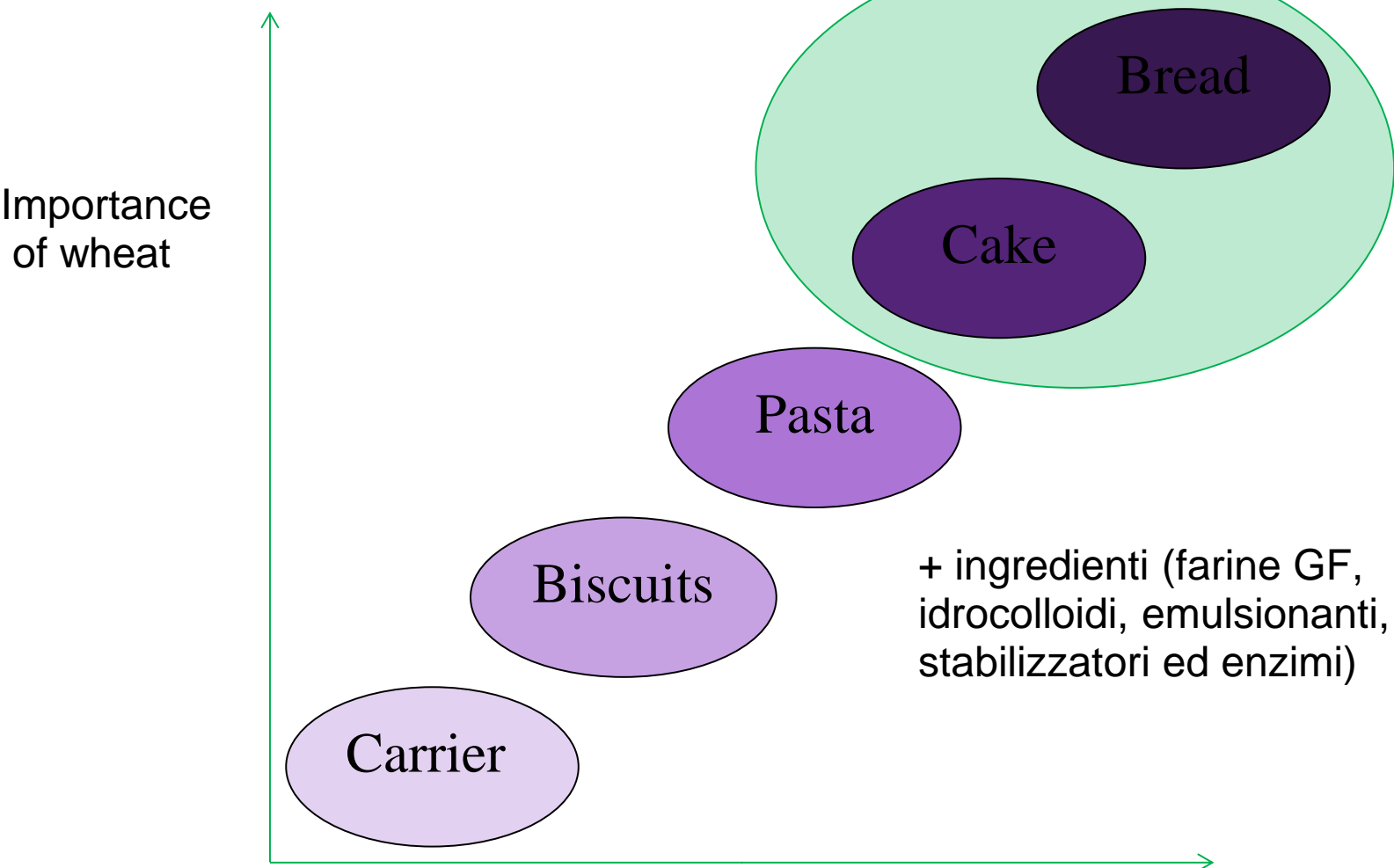
Susanna Neuhold

Responsabile Nazionale Area Food Associazione Italiana  
Celiachia

AOECS Board member

**OBIETTIVO:** Comparazione di **valori nutrizionali** dei prodotti sostitutivi senza glutine con gli alimenti tradizionali, per individuare eventuali differenze quantitative, **sul mercato italiano.**

Differenze nei processi produttivi, negli ingredienti utilizzati, ma soprattutto nei modelli di consumo della popolazione generale limitano la trasferibilità dei risultati di altri studi analoghi al mercato italiano.



## Categorie di alimenti considerati

- PANE
- SOSTITUTI DEL PANE: CRACKERS E GRISSINI
- PASTA SECCA
- BISCOTTI
- FETTE BISCOTTATE
- MERENDINE
- MIX FARINE PER PANE

*Secondo la classificazione degli alimenti stabilita dal Consiglio per la Ricerca in agricoltura e l'analisi dell'Economia Agraria, ex INRAN Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione*

- PANE: classico, integrale (formati differenti, compreso con semi, con cereali, con esplicita presenza di fibre) (incluso pane surgelato, NO pane per toast, tramezzini, aromatizzato, condito)
- SOSTITUTI DEL PANE: CRACKERS E GRISSINI (solo classici salati e non salati in superficie, NO aromatizzati o simili intesi come snack)
- PASTA SECCA: classica, integrale
- BISCOTTI: secchi, frollini, integrali
- FETTE BISCOTTATE: classiche, integrali
- MERENDINE: *con marmellata* (con farcitura di frutta), *farcite di latte* (con farcitura latte, cioccolato, gianduia...), *tipo brioche* (croissant e simili, panini dolci, brioches tipo pasta sfoglia, anche ripieni), *tipo pan di spagna* (merendine tipo muffin classici o con gocce di cioccolato, plumcake), *tipo pasta frolla* (crostatine con varie farciture) -> 5 tipologie individuate, tabelle di composizione degli alimenti dell'INRAN, Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione
- MIX FARINE PER PANE: classico, integrale (solo per la categoria senza glutine)

Non sono stati inseriti nell'analisi i prodotti «senza zucchero/senza zuccheri aggiunti», «a basso/ridotto contenuto di sodio/iposodici»

## Prodotti SG

Dr. Schär, Plada (Biaglut), Giuliani, Molino di Ferro, NT Food (ex Nuova Terra)

Aziende che coprono più del 50% del mercato del senza glutine (*Fonte: dati Nielsen 2013*)

Per ogni azienda sono stati analizzati tutti i prodotti appartenenti alle categorie prese in considerazione (pane, pasta, biscotti...)

## Prodotti CG

Per ogni categoria di alimenti si sono selezionate le principali aziende leader (*Fonte: dati "Arkios Italy" del 2013 sul settore alimentare*)

- Pane: Mulino Bianco, Grissin Bon, Grissitalia, Roberto, Coop
- Crackers e grissini: Barilla (Mulino Bianco, Pavesi), Grissin Bon, Grissitalia, Roberto, Coop
- Pasta secca: Barilla, De Cecco, Coop
- Biscotti: Mondelez (Saiwa, Vitasnella), Barilla (Mulino Bianco, Pavesi), Colussi, Misura, Galbusera, Coop
- Fette biscottate: Barilla (Mulino Bianco), Pan Monviso, Coop
- Merendine: Barilla (Mulino Bianco), Bauli (Bauli, Motta), Ferrero, Coop

Quasi **600** prodotti in totale

	N°	Biscotti	Fette biscottate	Merendine	Pane	Pasta	Sostituti del pane	Mix di farine
<b>CG</b>	<b>349</b>	81	14	68	42	108	36	-
<b>SG</b>	<b>235</b>	44	4	30	40	96	14	7

**Valori nutrizionali** analizzati per tipologia di prodotto:

- **Energia**
- **Proteine**
- **Grassi totali**
- **Grassi saturi**
- **Carboidrati totali**
- **Zuccheri semplici**
- **Fibra**
- **Sale**

## Analisi statistica

Condotta tramite software SPSS. In entrambi i gruppi, per ciascuna categoria merceologica, sono state calcolate le *medie* dei valori per ogni componente nutrizionale ed è stato eseguito un *test-t* per campioni indipendenti per lo studio delle variabili quantitative.

# ALCUNI RISULTATI...



# Risultati (1)

## Energia (kcal)

	Biscotti	Fette biscottate	Merendine	Pane	Pasta	Sostituti del pane
CG	457,68	398,93	405,59	273,57	354,68	420,73
SG	464,75	407,00	405,43	252,03	355,77	435,50
P- value	n.s.	n.s.	n.s.	<0,001	0,05	n.s.

Valori medi riferiti a 100 g di prodotto

**CG**: con glutine, **SG**: senza glutine

P- values indicati in corsivo laddove significativi ( $P < 0,05$  e  $P < 0,001$ )

## Risultati (2)

### Grassi totali (g)

	Biscotti	Fette biscottate	Merendine	Pane	Pasta	Sostituti del pane
CG	16,34	6,34	18,25	4,77	1,59	10,67
SG	17,42	8,78	19,16	5,66	1,65	12,55
P- value	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.

Valori medi riferiti a 100 g di prodotto.

P- values indicati in corsivo laddove significativi ( $P < 0,05$  e  $P < 0,001$ )

**CG**: con glutine, **SG**: senza glutine

# Risultati (3)

## Zuccheri semplici (g)

	Biscotti	Fette biscottate	Merendine	Pane	Pasta	Sostituti del pane
CG	22,09	8,35	28,15	5,94	3,33	2,57
SG	22,90	5,35	25,53	3,42	1,04	3,49
P- value	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	<0,001	n.s.

Valori medi riferiti a 100 g di prodotto.

P- values indicati in corsivo laddove significativi ( $P < 0,05$  e  $P < 0,001$ )

**CG**: con glutine, **SG**: senza glutine

- lo studio ha rilevato alcune differenze, non sempre a discapito degli alimenti per celiaci
- in alcuni nutrienti la variabilità è maggiore
- i profili nutrizionali in linea generale possono considerarsi sovrapponibili

- I prodotti per celiaci non fanno dimagrire, non sono più salutari
- i prodotti per celiaci non fanno male, non sono più grassi o più calorici degli analoghi convenzionali



I risultati dello studio recentemente pubblicato su JHND in definitiva **non si discostano** da quelli rilevati dallo studio AIC.

Lo studio di Fry et al. ha comparato la composizione nutrizionale degli alimenti senza glutine e con glutine sul mercato UK, senza trovare risultati generalizzabili a tutte le categorie alimentari o a tutti i nutrienti analizzati (“a key finding of the present study was the lack of a pattern in the comparison of the overall nutritional quality”).

Il valore dello studio è nella **numerosità** e **rappresentatività** del campione analizzato.

Troppo spesso assistiamo a dichiarazioni sui media, «studi comparativi» che prendono in considerazione due/tre/dieci prodotti sul mercato.



**Valori nutrizionali comparabili agli analoghi convenzionali che confermano gli studi più recenti sulla salute generale dei pazienti celiaci:**

- *Gastroenterology* (2013) pubblica studio sull'incidenza nei pazienti con celiachia di sindrome metabolica e diabete mellito di II tipo (entrambe patologie cronico-degenerative legate ad una scorretta alimentazione), che è **più bassa rispetto ai soggetti non celiaci e alla popolazione generale** (Celiac Center, Department of Medicine, Division of Gastroenterology, Beth Israel Deaconess Medical Center, Boston, Massachusetts);
- *Nutrition, Metabolism & Cardiovascular Diseases* (2011) riporta che **i bambini celiaci sovrappeso ed obesi in GFD sono significativamente meno dei sovrappeso e obeso tra i controlli**, cioè tra il campione non celiaco (Zuccotti, Milano).



*Take home message:*

- ✓ **No alla demonizzazione generalizzata** degli alimenti specificamente formulati per celiaci, comparabili agli analoghi convenzionali di produzione industriale
- ✓ **Sì alla scelta consapevole, attraverso la lettura delle etichette**
- ✓ **Sì alle fonti di carboidrati naturalmente senza glutine**
- ✓ **Sì all'individuazione di specifici protocolli di miglioramento (con l'industria e il Governo), come per gli analoghi convenzionali**

# Sì all'EDUCAZIONE ALIMENTARE e all'informazione



Cornicelli Miriam (1), Saba Michela (2),  
Machello Nicoletta (3), Silano Marco (4)

1 Italian Coeliac Association

2 School of dietetic Sciences, University of Genova

3 Dietetics and Clinical Nutrition Unit, IRCCS Azienda  
Ospedaliera Universitaria San Martino-IST

4 Unit of Human Nutrition and Health, Department of Food  
Safety, Nutrition and Veterinary Public Health, Istituto  
Superiore di Sanità

**Grazie!**