

Nel mercato degli integratori, che da diversi anni a questa parte è in costante crescita, stanno svolgendo un ruolo di spicco i prodotti per il sistema immunitario. C'è solo l'imbarazzo della scelta tra i principi disponibili: tra cui 10 minerali e vitamine per cui EFSA (l'Autorità europea per la sicurezza degli alimenti) ha approvato il claim "contribuisce al mantenimento della funzione immunitaria". Si tratta, nel caso sia dei nutrienti e sia degli estratti vegetali o dei principi non nutritivi, di prodotti che – è bene ricordarlo - non possono comunque vantare effetti terapeutici e nemmeno preventivi, e non possono sostituirsi in alcun modo ai farmaci specifici.

Nel frattempo, tuttavia, la ricerca non si ferma e continua ad accumulare evidenze. È il caso dello zinco e del suo potenziale effetto a livello delle vie aeree, oggetto di una recente metanalisi sulla quale è incentrato il Tema pubblicato su

questo numero di AP&B.

Confusione nell'opinione pubblica sta generando anche la relazione tra consumo elevato di alimenti ultraprocesati e salute, che emerge da numerose recenti osservazioni epidemiologiche. Si tratta, è importante sottolinearlo, di una relazione di tipo associativo, che viene tuttavia a volte trattata come fosse causale. Ma che cosa si intende per ultraprocesazione? E quali sono (se ci sono) i fattori tipici delle produzioni alimentari che potrebbero giustificare l'associazione descritta in letteratura? Intende fare chiarezza sull'argomento l'Intervista di Cecilia Ranza a un esperto del settore, il professor Vincenzo Fogliano, direttore del dipartimento di Food Quality & Design dell'Università di Wageningen.

Buona lettura!

Franca Marangoni
Direttore Scientifico AP&B