

Nutrizione responsabile: l'esperienza Granarolo

Myriam Finocchiaro

Nuovi prodotti lattiero-caseari destinati a specifiche fasce di popolazione, attività *educational* su una sana alimentazione e positivi stili di vita, progetti di auto sviluppo nel Terzo mondo.

L'economia nutrizionale - lo studio dell'interazione tra sistemi economici, stato nutrizionale delle popolazioni, sicurezza alimentare e sostenibilità ambientale - è oggi probabilmente la scienza più importante per la sopravvivenza del genere umano.

Le stime dicono che nel 2050 ci saranno, se i trend attuali proseguiranno, circa 9,5 miliardi di abitanti sulla Terra.

Ciò pone sfide enormi:

- alla produzione agricola, che deve puntare su rapide innovazioni sul piano della tecnologia e della sostenibilità,
- al necessario progressivo miglioramento del commercio mondiale, al fine di compensare surplus produttivi di alcune aree (Ocse, Est Europeo, Sud America) con i deficit di altre (Asia, Africa);
- alla necessità di cambiare comportamenti di consumo e stili di vita.

Numerose ricerche mettono in chiaro che, seguendo la traiettoria attuale di crescita della popolazione e dei consumi, il futuro non sarà sostenibile. Occorre pertanto una *governance* diversa tra il livello di accesso alla nutrizione nelle diverse aree del mondo e i modelli di produzione agricola, di intercambio commerciale e di consumo attuali.

Le molte incertezze legate all'andamento dei prezzi delle materie prime, dell'energia, dei cambiamenti climatici ecc. assegnano alla scienza e alla tecnologia compiti importanti in queste sfide future. Ma soprattutto dipenderà dalla responsabilità delle politiche internazionali se i Paesi "ricchi" potranno ridurre l'incidenza delle patologie derivanti dall'obesità e quelli "poveri" avere una dieta con maggiori proteine per poter sopravvivere.

Nei Paesi ricchi, errori alimentari e cattive abitudini di vita sono alla base di un dato allarmante: 1 bambino su 10 è in sovrappeso, una percentuale che negli Stati Uniti sale addirittura al 25 per cento. In Europa, ogni anno sono circa 400mila i bimbi alle prese con i chili in eccesso.

L'obesità pediatrica è allarmante in quanto evidenze scientifiche riconoscono all'obesità pre-adolescenziale e adolescenziale una forte capacità predittiva dello stato di obesità in età adulta.

In Italia i risultati di un'indagine promossa dal ministero della Salute indicano che a 9 anni il 23,9% dei bambini è in soprappeso e il 13,6% è obeso.

Abitudini alimentari scorrette e assenza di attività fisica rappresentano i fattori di rischio più importanti per lo sviluppo di malattie non trasmissibili.

Le cattive abitudini alimentari colpiscono prevalentemente persone a basso reddito e bassa scolarità, in Italia prevalentemente al Sud. Un'indagine di *Save The Children* conferma una più elevata prevalenza di obesità nelle regioni del Sud (16% a Napoli) rispetto al Nord (6,9% a Lodi).

A far da contraltare al mondo dei giovani c'è il crescente numero di anziani. Su questa fascia di popolazione la malnutrizione, in eccesso e in difetto, è causa di gravi malattie degenerative. La malnutrizione per difetto interessa il 5% degli anziani in città e colpisce tra il 20% e il 60% degli ospiti in strutture. È denutrito fino a un paziente su due (dal 30 al 50%) di quelli che approdano in ospedale per un ricovero (Società italiana di nutrizione artificiale e metabolismo). La percentuale di anziani obesi in Italia è cresciuta nell'ultimo decennio, raggiungendo circa il 13%, con un picco del 42,7% negli anziani con età compresa tra 65 e 74 anni (dati Istituto auxologico italiano 2010).

Le cattive abitudini alimentari nei giovani e negli anziani sono spesso connesse al drammatico abuso di alcol e di fumo. Nel 2009, secondo i dati Istat, la percentuale dei fumatori è salita al 23% (era 22,2% nel 2008) dopo 5 anni di valori stabili intorno al 22 per cento. L'incremento ha riguardato allo stesso modo sia i maschi sia le femmine (nel 2009: maschi 29,5%, femmine 17%; nel 2008: maschi 28,6%, femmine 16,3%). Per quanto riguarda l'alcolismo, alcune stime indicano che ha raggiunto in Italia nel 2010 per costi sociali la cifra record del 3,5% del Pil. Nel nostro Paese ci sono un milione e mezzo di alcolisti, ma appena 100mila attualmente sono in trattamento terapeutico.

Granarolo ha recentemente annunciato di voler contribuire fattivamente ad affrontare questi enormi problemi impegnandosi su tre macro aree.

L'innovazione nella formula del latte e dei suoi derivati

Da sempre impegnata sul fronte della ricerca e sviluppo (basti ricordare che è stata la prima azienda italiana a lanciare sul mercato l'Alta Qualità) Granarolo, forte della sua filiera di 1.000 allevatori tutti italiani che ogni giorno forniscono materia prima da lavorare, ha deciso di offrire ai consumatori prodotti diversi in relazione alle evoluzioni degli stili di vita e delle diete, sempre nel totale rispetto della materia prima latte. Molti sono i progetti svolti in collaborazione con importanti università per creare formule innovative e prodotti bilanciati in termini nutrizionali e rivolti a fasce specifiche della popolazione (bambini 1-3 anni, giovani preadolescenti, future mamme, anziani, stranieri, persone intol-

leranti al lattosio). Ognuno di questi target ha fabbisogni diversi in relazione all'età, alle tradizioni, ai problemi legati alla salute.

Tra le innovazioni di prodotto più recenti e significative è doveroso citare il primo latte Yomo, un latte per la colazione in formato da litro a marchio Yomo, caratterizzato dalla presenza di un miliardo di cellule probiotiche per tazza. La caratteristica principale di questo latte, adatto a chi ha bisogno di qualche difesa in più, è la quantità significativa di fermenti probiotici sulla cui efficacia sono stati effettuati più di 400 studi scientifici e la stabilità del prodotto per quasi 30 giorni a temperatura refrigerata.

Ancora a conferma dell'intenzione di rivolgersi ai giovani con proposte alternative alle merende supercaloriche proposte dalla Tv è stato creato Yomino, yogurt 100% naturale della famiglia Yomo, studiato per fornire un alimento sano per la merenda dei bambini. Una confezione *squeezable* con tappo anti-soffocamento soddisfa l'esigenza di consumo del bambino molto piccolo. La caratteristica della linea Yomo, entro cui si inserisce anche questo prodotto specifico per bambini, è l'assenza di aromi, addensanti, coloranti (le formulazioni prevedono l'esclusivo impiego di latte, zucchero, fermenti selezionati e frutta congelata), che rendono il prodotto finito complesso e frutto di una ricerca.

A breve arriverà sul mercato anche un latte fermentato, per rispondere alle esigenze di una popolazione musulmana in crescita (si stima siano 5 milioni i mediorientali presenti nel nostro Paese) che ha in quel prodotto un riferimento dettato dalla tradizione. E si stanno elaborando prodotti con formule specifiche per donne in delicati passaggi della vita (per esempio, gravidanza) e anziani. Tutti gli studi sui nuovi prodotti vengono fatti con importanti istituti di ricerca medica.

All'interno del Gruppo Granarolo opera il Centro sperimentale del latte, società fondata nel 1948, cuore nevralgico della ricerca sui fermenti lattici in ambito lattiero-caseario, agro-zootecnico e farmaceutico. Le attività svolte da Csl sono un importante supporto allo sviluppo di nuovi prodotti per molte aziende, in diversi settori merceologici.

La promozione di scelte alimentari più consapevoli e stili di vita più positivi

Naturalmente, data la vocazione del Gruppo al costante miglioramento degli aspetti nutrizionali dei prodotti e la sua penetrazione sul mercato, non manca un impegno diretto dell'azienda a promuovere positivi stili di vita, in ambito alimentare e non solo. Granarolo è, infatti, protagonista di numerose iniziative educative in ambito sportivo, scolastico e culturale, avendo recentemente divulgato una collana dedicata alla sana alimentazione patrocinata dal ministero della Salute. Le guide, ispirate ai dettami dell'Inran (Istituto nazionale di ricerca per gli alimenti e la nutrizione), validate da medici accreditati e dal ministero della Salute, sono scaricabili gratuitamente. Tre i titoli già in circolazione:

- *Educhiamoci a mangiare sano. “Guida all'alimentazione equilibrata di bambini e ragazzi dai 3 ai 15 anni”*. Questo opuscolo è stato pensato per i genitori e dedicato ai bambini. Il bambino, infatti, tende a imitare le abitudini alimentari dei genitori, abitudini che lo accompagneranno poi per tutta la vita. Essere, dunque, consapevoli di che cosa serve ai nostri figli per crescere sani è il primo passo per comprendere se le nostre abitudini alimentari sono corrette ed eventualmente cercare di modificarle. L'impostazione del testo è tale da dare informazioni sui principali nutrienti, sulla loro composizione e sulle necessità proprie del soggetto in età evolutiva. Oltre a considerare l'apporto di calorie utili per l'accrescimento e per le attività quotidiane, vengono date indicazioni pratiche sui cibi e sulle quantità ottimali di assunzione in modo da fornire un'alimentazione varia, non monotona e che si modelli secondo i principi indicati dai pediatri e dai nutrizionisti. Fondamentale appare la raccomandazione di consultare il pediatra di famiglia, che darà le linee che i genitori e i propri figli devono seguire.
- *Mangiare sano per vivere meglio. “Guida all'alimentazione corretta dai 65 anni in poi”*. Negli anni della terza e quarta età, lo stile di vita può avere ricadute immediate sullo stato di salute. L'alimentazione corretta, insieme a un'attività fisica adeguata all'età, sono gli strumenti principali a nostra disposizione per favorire il benessere psicofisico e rallentare i naturali processi di invecchiamento. Questo opuscolo è dunque dedicato a chi desidera conoscere meglio i principi fondamentali di una corretta alimentazione, per proteggere la propria salute e mantenere alta la qualità di vita anche dopo i 65 anni.
- *Sport e cibo sano: una combinazione vincente. “Guida alla corretta alimentazione per chi pratica sport”*. Questo opuscolo è rivolto a tutti coloro che praticano sport a livello dilettantistico, dai bambini agli anziani. Contiene informazioni sulle sostanze necessarie al benessere dell'organismo e su come impostare un'alimentazione corretta, alcune regole essenziali per l'alimentazione degli sportivi e, infine, delle raccomandazioni specifiche per i bambini e gli adolescenti, per gli anziani e per chi pratica sport, regolarmente o saltuariamente, a livello agonistico. Per chi pratica regolarmente un'attività sportiva, un regime alimentare corretto consente di trarre il massimo vantaggio dall'esercizio fisico, in termini sia di prestazione sia di benessere psicofisico.

Il sostegno a progetti di autosviluppo in Paesi del Terzo mondo

Si chiama *Kiwanda Cha Maziwa*, che nella lingua locale significa “La fabbrica del latte”. È il frutto di un progetto di cooperazione internazionale per l'auto-sviluppo promosso da Cefa onlus con il contributo di Granarolo. La piccola latteria-caseificio realizzata nel cuore di Njombe, una regione arretratissima della Tanzania, è il cuore pulsante di un progetto più vasto e ambizioso - denominato

*Africa milk project*¹ - che punta a sviluppare una vera e propria filiera del latte, capace di valorizzare il lavoro di 400 piccoli allevatori (hanno 2, 3, 4 vacche ciascuno quando sono fortunati), migliorando al tempo stesso l'alimentazione della popolazione locale.

La *Kiwanda Cha Maziwa* produce, infatti, latte fresco di ottima qualità, integro e sicuro, che viene distribuito sul territorio, e formaggi (provoloni e mozzarelle in particolare). E questo non è poco, se si pensa che prima dell'arrivo della latteria si consumavano solo latte crudo, venduto in strada e pericoloso per la salute perché veicolo di gravi malattie, o latte in polvere, proveniente principalmente dal vicino Kenya e divenuto fonte di gravi pericoli per la salute perché spesso diluito con acqua sporca. È bene dire che in quella regione le generali condizioni alimentari e sociali spesso non garantiscono la sopravvivenza, soprattutto dei bambini, gli ultimi ad accedere alla tavola quando si mangia.

Per tutelare i piccoli, che tanto bisogno hanno del calcio per crescere, è stato lanciato lo *School feeding milk programme*, che prevede la distribuzione di latte pastorizzato a 26mila alunni della scuola primaria una volta la settimana, la vendita di latte alle famiglie a un prezzo calmierato e la parallela opera di sensibilizzazione sui problemi derivanti da un consumo di latte crudo o in polvere diluito con acqua non potabile, con le difficoltà che possono nascere dal fatto che la maggior parte dei genitori di questi bambini è analfabeta.

Africa milk project nel 2010 ha vinto l'*Ethic award* come miglior progetto di sviluppo sostenibile rivolto ai Paesi del Sud del mondo.

¹ Per approfondimenti www.africamilkproject.org