ALIMENTAZIONE, SALUTE E AMBIENTE: TRA PRESENTE E FUTURO

Gli scarti alimentari, come i residui di lavorazione del pomodoro e quelli della nocciola, rappresentano una risorsa per la riformulazione di nuovi prodotti

I dati EUROSTAT 2024 mostrano che nell'Unione Europea **vengono sprecati ogni anno quasi 59 milioni di tonnellate di cibo**, pari al 14% del cibo totale prodotto. Gran parte di questo (19%) è dovuta alle materie prime scartate dalle industrie agroalimentari come bucce, semi e pellicole, escluse a causa di problemi di lavorazione o limitata accettazione da parte dei consumatori. Tuttavia, queste matrici sono ricche di composti altamente nutrizionali, come fibre ed antiossidanti, spesso in quantità superiori a quelle del prodotto che prosegue la filiera commerciale.

Questo tema sarà trattato nel simposio dal titolo "*Alimentazione, salute e ambiente: tra presente e futuro",* che si svolgerà nella prima giornata del **45° Congresso Nazionale della Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU)**, a Salerno dal 28 al 30 maggio 2025.

La **riformulazione alimentare** è una recente strategia che viene applicata per migliorare il profilo nutrizionale di alimenti industriali e l'utilizzo di queste matrici di scarto come ingredienti potrebbe avere il duplice scopo di diminuire lo spreco alimentare e migliorare la dieta dei consumatori, aumentando l'apporto dei nutrienti critici come le fibre.
In questo contesto, presso il Laboratorio di Nutrizione dell'Università degli Studi della Tuscia (UniTUS) si stanno studiando due matrici di scarto che registrano alti quantitativi di spreco ogni anno, ovvero i **residui di lavorazione del pomodoro** (bucce e semi) e quelli della **nocciola** (pellicola esterna).
Entrambe queste matrici ad oggi vengono gettate nei campi come fertilizzanti, utilizzate nell'alimentazione animale, o smaltite come rifiuti organici. Tuttavia, tali matrici sono ricche di fibre, sostanze antiossidanti ed acidi grassi insaturi.

"In particolare, gli studi effettuati hanno dimostrato che la sostituzione del 10% di farina raffinata con polvere ottenuta da pellicole di nocciola in un biscotto frollino determina un aumento significativo degli acidi grassi monoinsaturi, oltre ad una riduzione degli acidi grassi saturi, potendo sostituire il burro della ricetta con i grassi naturalmente presenti nella pellicola di nocciola", afferma la Dott.ssa Lara Costantini, DEB - Dipartimento di Scienze Ecologiche e Biologiche UniTUS e membro del Gruppo SINU Giovani. *"Inoltre, la capacità antiossidante risulta aumentata di cinque volte rispetto ad un biscotto frollino classico".*

Infine, l'inclusione della pellicola di nocciola determina un aumento significativo del contenuto di fibre superiore al 6% e consente, quindi, al biscotto sperimentale di essere etichettato come "ricco di fibre" secondo la normativa europea, mostrando, inoltre, una significativa attività prebiotica in una coltura in vitro di *L. rhamnosus*.
È anche da considerare che le analisi sensoriali effettuate sia su consumatori, che su un panel di esperti, ha evidenziato punteggi positivi per l'inclusione del 10% di pellicola di nocciola in tutti i prodotti riformulati, riuscendo anche a migliorare significativamente il punteggio di un prodotto da forno a base di farina di lenticchie al 100%, grazie alla sua specifica composizione in composti volatili.
Dati incoraggianti, sebbene preliminari, sono stati ottenuti anche per il residuo di lavorazione del pomodoro San Marzano, trovando valori di fibre di circa il 40% superiori rispetto alla polvere di pomodoro che si riscontra in commercio ed ottenuta da pomodoro intero. Inoltre, le polveri sperimentali ottenute dal residuo

di lavorazione del pomodoro mostrano dati significativamente maggiori di capacità antiossidante grazie al loro contenuto ricco di composti fenolici.
Tutti questi dati indicano nel loro insieme che la pellicola della nocciola e il residuo di lavorazione del pomodoro potrebbero essere degli ingredienti preziosi per aumentare le caratteristiche nutrizionali, antiossidanti e sensoriali degli alimenti convenzionali nell'ottica dell'economia circolare.

"La sana alimentazione riveste oggi un ruolo cruciale per il nostro benessere e per la sostenibilità del pianeta", afferma la Prof.ssa Anna Tagliabue, Presidente SINU. *"Una corretta conoscenza nutrizionale può orientare le abitudini alimentari verso scelte più consapevoli, ad esempio riducendo gli sprechi e trasformando gli scarti alimentari in nuove risorse. Il nostro Congresso Nazionale rappresenta, in tal senso, una piattaforma essenziale per lo scambio scientifico e culturale, mirando a influenzare positivamente il futuro della nutrizione umana e quindi della salute pubblica".*

La Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU) è una società scientifica senza scopo di lucro che riunisce gli studiosi e gli esperti di tutti gli ambiti legati al mondo della nutrizione. Si impegna nella ricerca scientifica, nell'aggiornamento professionale, nell'informazione in campo alimentare e nutrizionale, con particolare attenzione alla promozione della sana alimentazione ed educazione alimentare e all'applicazione dei principi della nutrizione nelle diverse fasi della vita e per la prevenzione delle malattie a genesi nutrizionale. È presente sul territorio con 9 Sezioni regionali e comprende diversi Gruppi di Lavoro, tra i quali i Giovani SINU, nato nel 2017 con lo scopo di rispondere alle esigenze di formazione e ricerca dei giovani Soci.

UFFICIO STAMPA **SINU Società Italiana di Nutrizione Umana**
BRANDMAKER
Marinella Proto Pisani cell.3397566685 - Valentina Casertano cell.3391534498
press@brandmaker.it - www.sinu.it