

I Salumi italiani DOP e IGP protagonisti di un'alimentazione sana e gustosa

Presentato a Milano l'aggiornamento 2017 dello studio sui valori nutrizionali dei salumi italiani tutelati

L'aggiornamento 2017 della ricerca condotta da CREA e SSICA, che si è concentrata su 6 nuovi salumi a denominazione tutelata, ha confermato i trend già registrati nello studio 2011: i Salumi italiani sono alimenti

L'analisi sulla composizione nutrizionale dei salumi ha confermato la linea di tendenza in atto: i significativi avanzamenti nelle tecniche di allevamento, nella trasformazione e conservazione delle carni hanno avuto un impatto

Anche una categoria in forte crescita come quella degli **sportivi** può guardare ai salumi italiani come a un alimento che contribuisca a far **recuperare**, facilmente e in modo naturale, i nutrienti persi con l'**attività fisica**.



Il significativo e progressivo miglioramento delle caratteristiche nutrizionali dei Salumi italiani viene rilevato anche da autorevoli esperti della comunità scientifica.

Luca Piretta, noto medico specialista in Scienza della Nutrizione Umana presso l'Università Campus Biomedica di Roma, evidenzia: "Per quanto riguarda i salumi è necessario sottolineare come negli ultimi trent'anni la

che – a seguito del continuo miglioramento delle tecniche di allevamento, dei processi di trasformazione e conservazione – consentono un apporto nutrizionale equilibrato anche grazie alla loro varietà e versatilità di consumo, in abbinamento ad esempio a frutta e verdura. Gusto, tradizione, convivialità, controlli e qualità certificata, ma non solo: costante riduzione nel contenuto di grassi, sale e dei nitrati/nitriti abbinata a un apporto di vitamine e sali minerali preziosi per la salute.

I **Salumi italiani tutelati (DOP e IGP)** sono alimenti che, grazie a un continuo miglioramento nutrizionale, si prestano a rispondere in maniera adeguata alla crescente attenzione dei consumatori per prodotti agroalimentari di qualità, con un forte legame con il territorio e in linea con regimi alimentari nutrizionalmente corretti ed equilibrati. Ad evidenziare la continua evoluzione del comparto della salumeria italiana, la presentazione avvenuta lo scorso 21 aprile, a Milano, dell'**aggiornamento 2017** relativo alla **Ricerca sui Salumi tutelati** che, già nel 2011, aveva rilevato sensibili miglioramenti nutrizionali dei prodotti. Promossa dall'Istituto Salumi Italiani Tutelati (ISIT) e realizzata dal Centro Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (CREA) e dalla Stazione Sperimentale per l'Industria delle Conserve Alimentari (SSICA), questa edizione dello studio si è focalizzata in particolare su 6 nuovi Salumi DOP, fornendo una visione del comparto ancora più completa: Coppa Piacentina, Pancetta Piacentina, Salame Piacentino, Salame Brianza, Salame di Varzi e Prosciutto Toscano.

rilevante per il **miglioramento delle caratteristiche nutrizionali dei prodotti finali**.

"Obiettivo della ricerca è fornire ai consumatori corrette informazioni di carattere scientifico, al di là dei condizionamenti che scaturiscono da opinioni di tendenza che trovano spazio presso la pubblica opinione. Dallo studio emerge con grande chiarezza come il consumo equilibrato dei salumi sia fondamentale in un corretto schema di educazione alimentare", ha sottolineato Lorenzo Beretta, Presidente ISIT.

Salumi italiani DOP e IGP: un alimento di consumo "trasversale"

Partendo dal presupposto che i salumi sono di per sé un alimento "gratificante" per il palato e particolarmente apprezzato, è evidente come facilmente incontrino il gusto di tutte le fasce di consumatori.

Se a questo si aggiunge anche il costante miglioramento delle caratteristiche nutrizionali, si comprende come possano essere inseriti in una dieta varia ed equilibrata, ad esempio di **bambini e adolescenti** per soddisfarne l'alto fabbisogno di **energia e nutrienti** (proteine nobili, sali minerali e vitamine).

Gli **anziani**, invece, attraverso una scelta mirata dei salumi possono assumere alimenti con un **apporto calorico controllato** che, tuttavia, assicurano **nutrienti** e possono supportare la funzione plastica - fornita in particolare da proteine, calcio e ferro - necessaria per costruire, sostituire e riparare tessuti e strutture corporee.

composizione nutrizionale di questi prodotti sia andata modificandosi notevolmente in termini di sicurezza e di qualità. In particolare, i grassi sono diminuiti notevolmente e la presenza dei grassi saturi ha lasciato in parte il posto a quelli insaturi, ottimizzandone pertanto la qualità compositiva complessiva. Inoltre, la quantità di sale nei salumi si è ridotta in alcuni prodotti anche fino alla metà".

Significativo anche l'apporto di vitamine fornite dai salumi italiani DOP e IGP. I valori rilevati nel 2017 confermano il trend positivo già evidenziato nel 2011 da cui è possibile identificare i salumi come una categoria di prodotti con un contenuto significativo di diverse vitamine e sali minerali necessari per l'organismo.

Dall'analisi dei 6 salumi DOP emerge che il contenuto di vitamine del gruppo B è particolarmente presente.

Nello specifico, la carne suina risulta essere la principale fonte di vitamina B1.

Il gusto della tradizione

Il miglioramento nutrizionale dei Salumi DOP e IGP è una tendenza ormai consolidata che contribuisce a valorizzare ulteriormente queste eccellenze, simbolo della tradizione gastronomica italiana famosa e apprezzata in tutto il mondo.

Inimitabili rappresentanti del loro territorio, i Salumi italiani tutelati sono ambasciatori del gusto e della convivialità che fa del nostro Paese un punto di riferimento internazionale del "buon vivere".