

FOOD ALLERGY ALERT

Nuovo sistema
di segnalazione degli
allergeni all'interno
degli alimenti

progetto di
Monica Caneva

Tesi di bachelor
in Comunicazione Visiva
di Monica Caneva

Relatrice Alessandra Dal Ben
Correlatrice Fulvia Lepori

SUPSI
Scuola universitaria
professionale della
Svizzera italiana

A.A. 2013-2014

FOOD ALLERGY ALERT

Nuovo sistema
di segnalazione degli
allergeni all'interno
degli alimenti

progetto di
Monica Caneva

- 06 Abstract
- 07 Scelta del tema

- Obiettivi**
- 08 Domanda di ricerca
- 08 Ipotesi di ricerca
- 08 Applicazioni di progetto
- 08 Target
- 09 Metodo di lavoro
- 10 Mappa mentale

- Area scientifica**
- 16 Cos'è un'allergia alimentare?
- 18 Cos'è un'intolleranza alimentare?
- 20 Numeri in Svizzera

- Enti e associazioni**
- 22 Chi si occupa di allergie e intolleranze
- 30 A sostegno dei consumatori
- 32 Istituzioni Federali

- Etichette alimentari**
- 36 Che cos'è un'etichetta alimentare?
- 38 Normative

- Packaging**
- 42 Informazioni all'interno del packaging
- 44 Cos'è un packaging?
- 45 Esempi di packaging

- Segnaletica**
- 50 Nella grande distribuzione
- 55 Nei punti di ristoro
- 60 Nei marchi consigliati

- Colori come strumento segnaletico**
- 64 Colori e comunicazione
- 66 Colori e informazione

- Pittografia**
- 68 I primi pittogrammi
- 70 Isotype
- 72 Otl Aicher e le Olimpiadi
- 74 Pittogrammi negli spazi pubblici
- 78 Pittogrammi per i prodotti specializzati

- Opinioni**
- 82 Dialogo con i diretti interessati
- 85 Dialogo con uno specialista del settore

- 88 Conclusioni

- 92 Sviluppo progetto

- Ricerca visiva**
- 96 Pittogrammi per li allergeni
- 98 Etichette
- 100 Stili di pittogrammi

- Segnalazione**
- 104 Silhouette
- 105 Stilizzazione
- 106 Macro dettagli

- Re-design**
- 114 Semaforo
- 115 Acceso/Spento
- 116 Scala
- 117 Definitivo
- 118 Prove dimensioni
- 120 Prove griglia
- 122 Griglie
- 124 Prove colore
- 126 Leggibilità
- 128 Tipografia

- Fustelle**
- 132 Layout misure grandi
- 134 Layout misure medie
- 140 Layout misure piccole
- 142 Applicazioni su prodotti reali

- Naming**
- 146 Mappa mentale
- 147 Schizzi
- 149 Prima proposta
- 153 Definitivo

- Sito web**
- 156 Schizzi
- 158 Mappa funzionamento
- 160 Caratteristiche sito
- 162 Griglia
- 164 Schermate definitive

Giornata nazionale allergie

- 188 Manifesto
- 192 Stand supermercati
- 196 Opuscolo
- 199 Sviluppi futuri

Statistiche

- 202 01.1 Informazioni allergologo
- 204 01.2 Informazioni membro USAV
- 205 01.3 Informazioni USTAT
- 206 01.4 Informazioni Aha! Centro
Allergia Svizzera
- 207 01.5 VI° Rapporto
sull'alimentazione svizzera.
Capitolo 3.8
Intolleranze alimentari

Normative

- 214 02.1 Regolamento Unione Europea
N.1169/2011 Art.21
- 217 02.2 Ordinanza del DFI sulla caratterizzazione e la pubblicità delle derrate alimentari (OCDerr)
Sezione 4 - Art.8

Interviste

- 222 03.1 Analisi intervista dottore
- 224 03.2 Analisi intervista pazienti

Piano di lavoro

- 230 Piano di lavoro

- 234 Bibliografia

- 235 Sitografia

- 239 Ringraziamenti

Introduzione

Abstract

Le etichette dei prodotti alimentari sono uno strumento fondamentale per capire quali alimenti sono presenti all'interno di un prodotto soprattutto per gli individui che soffrono di allergie e intolleranze alimentari, infatti queste servono anche a capire se è presente o meno un allergene all'interno di un prodotto alimentare.

La comunicazione all'interno delle etichette e degli imballaggi alimentari molte volte non risulta chiara e facilmente fruibile dal consumatore. Spesso ritroviamo testi molto piccoli o posizionati in punti in cui la lettura risulta difficile. All'interno del territorio svizzero è facile riscontrare questa difficoltà, perché gli ingredienti vengono riportati nelle tre lingue nazionali, e lo spazio in cui scriverle è molto ridotto.

Soffrendo di intolleranze alimentari spesso riscontro difficoltà nella lettura di queste etichette ed essendo un problema legato alla comunicazione ho deciso di sviluppare la mia tesi di bachelor trattando questa tematica.

Nella prima fase di ricerca mi sono concentrata su una parte più teorica, andando a capire cosa sono queste due problematiche, allergie e intolleranze, quanto sono diffuse, quali sono gli allergeni che devono essere segnalati obbligatoriamente e le leggi che interessano la comunicazione di questi all'interno degli imballaggi.

Successivamente ho condotto una ricerca documentando fotograficamente come avviene la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti venduti in Svizzera.

Prima di procedere con la parte progettuale ho sottoposto un questionario a diverse persone allergiche e intolleranti per capire quali sono le maggiori difficoltà che riscontrano a livello comunicativo nella lettura delle etichette. Parallelamente ho intervistato uno specialista medico del campo che mi ha illustrato queste due problematiche dal lato medico e delle difficoltà riscontrate dai propri pazienti nella lettura delle etichette. Da questi dialoghi emerge la necessità di maggior chiarezza comunicativa per poter comprendere al meglio le informazioni riportate sulle etichette.

Da questo percorso nasce il progetto, Food Allergy Alert, il quale fornisce una soluzione grafica rivolta sia a consumatori che a progettisti. Attraverso questa è possibile individuare in modo più semplice tutte le informazioni che possono interessare la salute del consumatore e in particolar modo per chi soffre di allergie e intolleranze è stato pensato un sistema visivo e più immediato rispetto alla comunicazione verbale.

Scelta del tema

Sempre più persone negli ultimi anni soffrono di allergie o intolleranze alimentari.

La scelta di affrontare questo tema come possibile tesi di laurea nasce da un problema personale, soffro infatti da qualche anno di disturbi legati ad intolleranze alimentari. Come soggetto intollerante penso che ci siano problemi a livello comunicativo all'interno della segnalazione degli allergeni nelle etichette dei prodotti alimentari e visto che la comunicazione è il mio campo di studio ho trovato appropriato unire questi due argomenti.

Non sempre gli allergeni che danno maggiori problemi, come ad esempio il lattosio, sono indicati in maniera chiara e diretta. Il mio studio, riguardante questo problema, è concentrato in Svizzera in quanto le etichette dei prodotti devono essere riportate nelle tre lingue parlate all'interno del Paese. Per ragioni di spazio spesso ritroviamo i testi scritti con caratteri molto piccoli che risultano difficili alla lettura o addirittura una delle lingue viene eliminata rendendo incomprensibile la lettura a chi non conosce le altre lingue. Per questi motivi ho deciso di creare un linguaggio non verbale che indichi quali allergeni sono presenti all'interno dei prodotti. Il mio progetto non si è fermato solamente alla segnalazione degli allergeni, ma da una riflessione nata durante la fase di ricerca, ho deciso di dedicarmi anche al re-design dei packaging, in modo da riuscire a fornire a chi si occupa della loro progettazione uno strumento che gli aiuti a inserire le informazioni che riguardano la salute del consumatore in modo chiaro e maggiormente fruibile.

Obiettivi

Domanda di ricerca

La presenza degli allergeni è comunicata in modo adeguato a coloro che soffrono di allergie e/o di intolleranze alimentari?

Ipotesi di ricerca

Le etichette dei prodotti alimentari sono uno strumento fondamentale per capire quali alimenti sono presenti all'interno di un prodotto soprattutto per gli individui che soffrono di allergie e intolleranze. Spesso la lettura di queste etichette non è subito immediata, soprattutto nei prodotti venduti in Svizzera dove è necessario comunicare gli ingredienti in tre lingue diverse e lo spazio per le informazioni è ridotto quindi la lettura risulta più complicata. Il mio scopo è quello di rendere le etichette più fruibili attraverso un linguaggio non verbale.

Applicazioni di progetto

Grazie ai risultati ottenuti dalle interviste sottoposte ai diretti interessati ho avuto la conferma che in Svizzera ci sono problemi a livello comunicativo per chi soffre di queste problematiche.

Il progetto generato dalla mia ricerca è stato quello di offrire delle soluzioni grafiche, a consumatori e a progettisti, per rendere il più chiaro possibile l'individuazione delle informazioni sugli ingredienti degli alimenti, cercando di utilizzare un codice visivo iconico, slegato dalla comunicazione verbale.

Target

All'interno di questo progetto troviamo due target differenti.

Il primo sono tutte le persone che soffrono di allergie e intolleranze alimentari, che quindi devono prestare molta attenzione a ciò che mangiano e ai quali si vuole facilitare la lettura delle etichette alimentari. Nel secondo gruppo ritroviamo i progettisti che si occupano della progettazione grafica degli imballaggi alimentari, ai quali si vogliono fornire delle linee guida per strutturare in maniera più chiara le informazioni all'interno dei packaging.

Oltre a questi due target principali ho tenuto conto di un fattore molto importante, ovvero quello del marketing, cioè di come le varie aziende dei prodotti vogliono posizionarsi sul mercato e distinguersi dalla concorrenza, per questo motivo ho deciso che le modifiche che voglio apportare ai prodotti verranno applicate al retro della confezione in modo tale da non interferire con l'immagine che l'azienda vuole trasmettere.

Metodo di lavoro

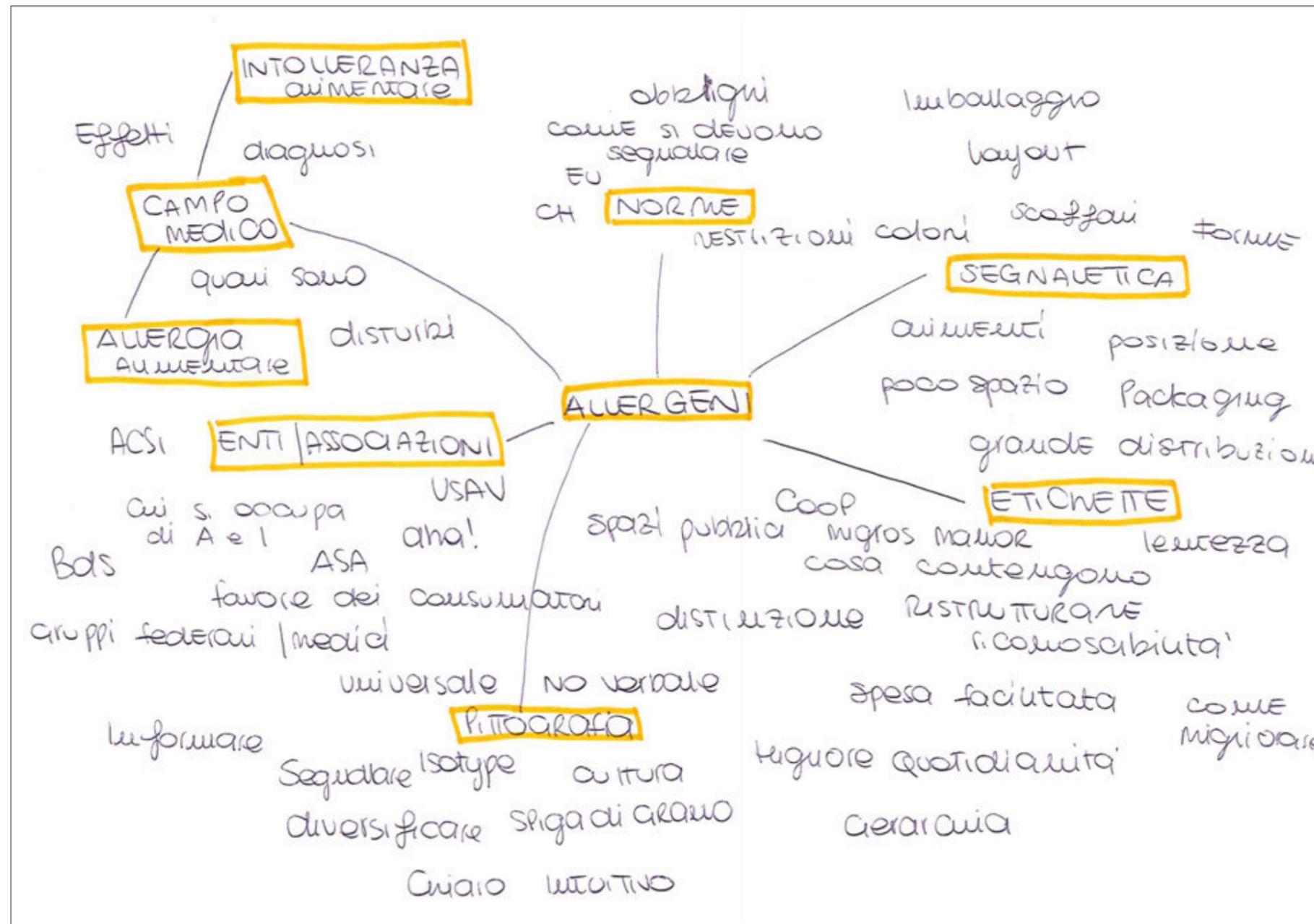
Il mio lavoro si divide in due parti la fase di ricerca e quella di progetto.

Per la fase di ricerca ho voluto dedicare una prima parte, non troppo vasta in quanto non si tratta di una tesi di medicina, alla definizione scientifica di queste due problematiche, ricavando informazioni da bibliografie, sitografie e dal dialogo con dottori, enti ed associazioni che si occupano di queste problematiche.

Successivamente mi sono concentrata sulla segnalazione degli allergeni, reperendo materiale sia cartaceo che web, soprattutto per quanto riguarda la parte delle normative e delle informazioni che vanno inserite all'interno dei packaging alimentari. Per la parte di analisi di quello che esiste già sul mercato svizzero sono andata direttamente nei supermercati a reperire le informazioni che mi servivano e le ho documentate attraverso fotografie. L'ultima parte di ricerca è quella che mi è stata più utile per l'avanzamento del mio progetto, in fatti ho ricavato preziosissimi spunti grazie al dialogo con specialisti del settore ma soprattutto con la somministrazione del questionario on-line ai diretti interessati. Oltre a queste parti di analisi ho deciso una parte di ricerca più storica dedicata alla pittografia, per capire come devono essere realizzati dei pittogrammi ben funzionali.

Lo sviluppo del progetto è avvenuto soprattutto grazie alle riflessioni e gli input ricavati dalla ricerca sia dalle parti teoriche che quelle di analisi e confronto che ho avuto con esperti del campo e soggetti che soffrono di questa problematica.

Mappa mentale



Per la fase di ricerca ho steso una mappa mentale, in maniera tale da identificare i campi da trattare durante questa parte. I campi individuati sono principalmente sei, ai quali si aggiunge una parte di confronto con i diretti interessati e gli specialisti del settore.

- Campo medico
- Enti e associazioni
- Etichette
- Segnaletica
- Normativa
- Pittografia

Ricerca

Area scientifica

Che cos'è un'allergia alimentare?

Bisogna distinguere l'allergia alimentare dall'intolleranza a determinati alimenti che non è scatenata da meccanismi immunologici. L'allergia può essere diagnosticata in maniera scientifica da un allergologo, tramite appositi test, mentre l'intolleranza viene diagnosticata tramite test, ma alcuni di questi non sono riconosciuti dalla medicina tradizionale, infatti vengono adoperati soprattutto da specialisti di medicina naturale e farmacisti.

Si parla di allergia alimentare quando si verifica una reazione di intolleranza basata su un meccanismo immunologico specifico. Il sistema immunitario, delle persone allergiche, va a creare anticorpi (immunoglobine, IgE) contro sostanze che in realtà sarebbero innocue.

Ci sono diversi fattori che possono far scatenare l'allergia in un individuo come la predisposizione genetica, l'ambiente in cui viviamo, la vegetazione che ci circonda e le abitudini alimentari. Ad esempio troviamo una maggior incidenza di allergie al sedano in Svizzera rispetto che in Nordamerica dov'è più diffusa l'allergia agli arachidi. Chi soffre d'allergia, anche non alimentare, spesso può riscontrare delle reazioni crociate con gli alimenti. Le reazioni crociate avvengono quando la struttura dell'allergene inalato è simile a quella dell'allergene alimentare. Molto spesso chi in primavera si ritrova a soffrire di raffreddore da fieno può riscontrare problemi, come ad esempio torpidi alla bocca o orticaria, quando mangia una mela o delle noci. Le allergie agli alimenti negli ultimi anni sono in aumento anche perché so-

no sempre di più le persone che soffrono di allergie al polline, secondo alcune stime in Svizzera il 20 e il 70 per cento di chi è allergico ai pollini soffre anche di disturbi legati alle reazioni crociate con gli alimenti, fortunatamente la maggior parte degli allergici sente solamente un leggero disturbo alla bocca.

I principali alimenti che causano il maggior numero di allergie, sono i cosiddetti allergeni, i quali devono essere segnalati all'interno delle etichette alimentari e sono: cereali contenenti glutine, latte e derivati, uova e derivati, pesce e derivati, crostacei e derivati, soia e derivati, frutta a guscio e derivati, semi di sesamo e derivati, sedano e derivati, senape e derivati, arachidi e derivati, anidride solforosa e solfiti in concentrazione superiori a 10mg/kg o 10 mg/l espressi SO₂, lupini e derivati, molluschi e derivati. I maggiori sintomi che si riscontrano mangiando alimenti derivano soprattutto da reazioni crociate con l'allergia ai pollini e vengono definiti come "sindrome allergica orale", cioè quelle reazioni che avvengono a chi soffre di allergia ai pollini di betulla che mangiando mele, kiwi e altri frutti a granella o a nocciolo, come ciliegie o pesche, avvertono spesso prurito, senso d'intorpidimento in bocca o in gola oppure gonfiore delle labbra, dell'interno delle guance o dell'ugola. Fortunatamente tutti questi sintomi risultano fastidiosi, ma non sono pericolosi nella maggior parte dei casi. Chi soffre d'allergia può soffrire spesso di altri disturbi come tosse, naso che cola, starnuti, pruriti, orticaria, cram-

pi addominali, diarrea, nausea, vomito, gonfiore, coliche e altri che possono presentarsi a seconda dei casi in maniera più accentuata o meno. Bisogna prestare particolare attenzione quando i fastidi alla bocca si manifestano accompagnati da altri sintomi generali come orticaria, attacchi d'asma o addirittura il collasso. I sintomi più gravi che si possono riscontrare, avvengono quando una persona ha problemi con allergeni che resistono alla digestione i quali possono provocare sintomi che influenzano l'intero corpo o la circolazione. Ad esempio nel caso di allergia al pesce o agli arachidi bisogna fare molta attenzione perché è possibile arrivare alla morte.

Quando si sospetta di soffrire d'allergia è opportuno contattare un allergologo il quale attraverso un esame del sangue e un test cutaneo chiamato Prick Test. Il Prick Test per le allergie alimentari avviene con l'ausilio di aghi monouso, alcuni di questi aghi contengono alcune gocce di allergene purificato, mentre altri sterili vengono prima sporcati con l'alimento, che il paziente si è portato da casa, infatti per le allergie alimentari il paziente viene invitato a comprare diversi tipi di frutta e verdura per poi portarli presso lo studio dell'allergologo e vedere a cos'è allergico. Una volta "sporcati" questi aghi l'allergologo punge il paziente in modo da far penetrare l'allergene attraverso la pelle, solitamente viene testata la zona degli avambracci. Dopo di che bisogna aspettare una mezz'oretta per vedere la reazione cutanea ai singoli allergeni, in caso di reazione positiva il paziente presenterà in corrispondenza della zona te-

stata come una puntura di zanzara contornata da un eritema.

Una volta scoperte le sostanze a cui si è allergici la cura più efficace è quella di eliminare l'alimento dalla propria dieta, molte volte per le verdure o la frutta basta mangiarle cotte che l'effetto dell'allergia svanisce. Tuttavia nell'ultimo periodo alcuni dottori nel caso di allergie meno gravi come quelle alla frutta e alla verdura consigliano un approccio che prevede l'assunzione degli allergeni in modo da non peggiorare l'allergia e nei casi migliori riuscire ad acquistare una tolleranza dell'allergene.

Che cos'è un'intolleranza alimentare?

L'intolleranza alimentare colpisce il metabolismo e non il sistema immunitario, è un'infiammazione che avviene soprattutto a livello intestinale, provocata da macromolecole alimentari non completamente digerite, che sono riuscite ad attraversare la mucosa intestinale. Queste molecole vengono identificate dall'intestino come sostanze estranee. In risposta a queste sostanze viene generata un'infiammazione, che con il passare dei giorni può tradursi in diversi sintomi, come stanchezza cronica, mal di testa ricorrente, disturbi intestinali...

La mucosa intestinale dovrebbe funzionare da filtro in modo da far passare le sostanze nutrienti ed escludere quelle dannose. Per un corretto funzionamento la mucosa dovrebbe essere ricoperta dalla flora fisiologica benefica protettiva. Purtroppo un'alimentazione scorretta, l'abuso di farmaci e gli agenti inquinanti determinano la formazione di microrganismi che causano il progressivo logoramento della mucosa, facendola diventare da barriera filtrante a un "colabrodo", lasciando passare di tutto, in questo modo si manifestano le intolleranze alimentari.

Ci sono diverse opinioni sulle intolleranze alimentari. Molti allergologi pensano che queste siano dovute ad una patologia legata solo alle IgE e riconoscono come tali solamente quella legata al glutine, al lattosio, all'istamina e al fruttosio, mentre altri studi come quello condotto da Thomas Werfel e un altro condotto da Hugh Sampson, uno dei massimi esponenti in materia di allergie a livello mondiale, hanno af-

fermato che esistono allergie immediate dovute all'Immunoglobuline di tipo E e allergie ritardate (le intolleranze) dovute al consumo di alimenti, che per colpa della presenza di linfociti (particolari globuli bianchi) che si attivano e reagiscono causando sintomi simili a quelli delle allergie alimentari.

Si può essere intolleranti a quasi tutti i tipi di alimenti. Essendo una reazione lenta l'intolleranza si manifesta dopo diverse ore o giorni di assunzione della sostanza alimentare verso la quale si ha una reattività. Nel nostro organismo è presente un livello di soglia che ci serve per sopportare le sostanze che introduciamo in esso, una volta che viene consumata troppo una determinata sostanza rischiamo di sorpassare questo livello e incentiviamo la comparsa dei sintomi clinici. Le intolleranze riconosciute clinicamente, come scritto in precedenza, sono soprattutto quella al lattosio, che è il principale zucchero del latte e si riscontra in individui che presentano segni clinici dovuti a carenza enzimatica di lattasi e quella al glutine che è maggiormente conosciuta come celiachia, ma viene comunque indicata come intolleranza al glutine.

La celiachia è un caso particolare, e al quale bisogna prestare moltissima attenzione. Si manifesta in maniera autoimmune ed è dovuta alla carenza dell'enzima in grado di digerire il glutine, per questo viene definita come intolleranza. Se si manifesta in prima età si rischia di soffrire di disturbi della crescita e della digestione, mentre in età adulta si soffre di anemia o osteoporosi.

si. La celiachia viene diagnosticata tramite uno speciale esame del sangue. Le persone che rispondono in maniera positiva a questo problema devono seguire una dieta completamente priva di glutine, in maniera da ripristinare la normalità all'interno dell'intestino, riportare a valori normali gli anticorpi anti transglutaminasi (Enzimi coinvolti nel metabolismo della componente proteica del glutine dai quali deriva un processo infiammatorio che porta alla distruzione dell'epitelio che riveste l'interno dell'intestino) e liberarsi completamente dei sintomi. Seguendo una dieta libera il celiaco si espone a una maggior probabilità di sviluppare linfomi intestinali o altre neoplasie.

Gli unici test riconosciuti scientificamente sono il test per diagnosticare l'intolleranza al lattosio e la celiachia. Per la maggior parte delle altre intolleranze ad alimenti esistono dei test che non sono riconosciuti scientificamente. Questi test vengono utilizzati principalmente all'interno delle farmacie o presso studi e cliniche private. Quelli utilizzati maggiormente sono:

- *Dria* un test messo a punto dall'Associazione di Ricerca Intolleranze Alimentari italiana, vengono somministrati estratti degli allergeni per via sottolinguale e viene misurata la perdita della forza muscolare del paziente.

- *Biorisonanza*, viene effettuata soprattutto da omeopati e naturisti. È basata sul fatto che l'organismo umano, in presenza di una sostanza alla quale è intollerante, sviluppi delle onde

elettromagnetiche che possono essere buone o cattive, la misurazione di queste onde fornirebbe la cura dell'intolleranza.

- *Alcat* prevede la misurazione, con una tecnica strumentale la forma e il diametro dei globuli bianchi.

- *Recalleprogram*, viene usato un approccio innovativo, attraverso un finger test, cioè un piccolo prelievo dal polpastrello, può essere costruito un profilo personale alimentare, ma a differenza degli altri test non vengono analizzati tutti i singoli alimenti, ma sono stati individuati, da un gruppo apposito di medici, sei grandi gruppi di riferimento:

- frumento, Glutine e cereali correlati;
- latte e tutti i prodotti lattiero caseari;
- prodotti lievitati e fermentati;
- prodotti ad alto contenuto di sale;
- nichel e prodotti con grassi idrogenati o assimilabili;
- salicilati naturali.

Una volta ricevuti i risultati da questi test non convenzionali solitamente viene prescritta una dieta, su misura per il paziente, che prevede un periodo di completa astinenza dagli alimenti a cui si risulta intollerante, della durata di circa quattro settimane, mentre nelle successive settimane si provvede a reintrodurre gradualmente gli alimenti a cui si è risultati intolleranti per ripristinare la tolleranza.

I numeri in Svizzera

Ufficialmente non esiste nessuna statistica che rappresenti in modo ufficiale i numeri delle persone affette da allergia o intolleranza alimentare. Ma parlando con specialisti e consultando siti e scritti riguardanti il tema sono riuscita a raccogliere alcuni dati anche se non ufficiali¹.

Solitamente le allergie alimentari colpiscono soprattutto i bambini durante la prima infanzia, più o meno il 5-8%, mentre la percentuale di adulti è intorno al 4%.

I bambini sono maggiormente allergici a latte vaccino e uova, queste allergie si sviluppano soprattutto nei primi due anni di vita e tendono a scomparire con lo sviluppo del sistema immuni-

tario e digestivo in età scolastica. Durante un sondaggio telefonico, condotto nel 2003, fra un gruppo di genitori con figli di età fra 0 e 17 anni, è risultato che il 3,1% soffre di allergie alimentari. Di questi il 34,8 % al latte, 26,1 % alla frutta, 21,7 % alle uova, 17,4 % al pesce, 13 % a verdura, frutta a guscio, frutti di mare e grano e infine 8,7 % a carne e legumi. Gli adulti sono maggiormente allergici a mele, nocciole, noci, kiwi, sedano e carote. Questo soprattutto per reazioni crociate con l'allergia ai pollini. Per quanto riguarda la celiachia si stima che in Svizzera ne sia affetta l'1% della popolazione, mentre per l'intolleranza al lattosio la percentuale si alza fino al 30%.

Enti e associazioni

Chi si occupa di allergie e intolleranze



ALLERGIEZENTRUM SCHWEIZ
CENTRE D'ALLERGIE SUISSE
CENTRO ALLERGIE SVIZZERA

Aha! Centro Allergie Svizzera nasce nel 2005 ed è una fondazione no profit attiva a livello nazionale come centro di competenza nel campo delle allergie, il suo lavoro si concentra soprattutto sulle reazioni delle vie respiratorie, del sistema digerente e della pelle agli stimoli ambientali. È un punto di riferimento in tutta la Svizzera, è infatti contattato sia da chi soffre di problematiche legate all'allergia, sia da specialisti medici e non del settore. Il loro scopo è quello di migliorare la salute e la quotidianità delle persone affette da allergie.

All'interno del loro sito il paziente può trovare pagine dedicate a questa problematica, che spiegano i diversi tipi di allergia, come diagnosticarle e quali test esistono e tutte le novità che riguardano il tema, come ad esempio l'apertura di nuove strutture o l'avvio di nuove ricerche. È presente un'area dedicata alla consulenza dove si possono trovare tutti gli specialisti riconosciuti dall'associazione presenti nei vari cantoni, in più è attiva una infoline che è possibile contattare sia telefonicamente che attraverso mail alla quale il paziente può porre tutti i dubbi e le domande inerenti al loro specifico caso, anche se essi specificano che la loro consulenza non può sostituire quella di un medico e che in qualsiasi caso per una consulenza medica sia meglio contattare uno specialista. Sono stati redatti diversi opuscoli che il paziente può scaricare gratuitamente dal sito, non solo informativi sulle allergie ma sono presenti diversi per i produttori alimentari e come dovrebbero segnalare la presenza di allergeni all'interno degli alimenti.

In collaborazione con il centro *Meteo Svizzera* e la *Società Svizzera di Aerobiologia*, Aha! ha sviluppato tre app per smartphone:

- *Pollini-News*: grazie a quest'app l'utente può essere sempre aggiornato sulle previsioni polliniche per la Svizzera e in più fornisce consigli per la gestione della pollinosi, come ad esempio come alleviare i disturbi.
- *Asthma-Info*: quest'app permette di scoprire all'utente quant'è controllata la sua asma, grazie ad una statistica che controlla l'andamento e di tenerla sotto controllo grazie ad un diario dove è possibile segnare sintomi e abitudini del paziente da inoltrare poi al medico.
- *E-symptoms*: è un diario elettronico, che aiuta le persone che soffrono d'allergia a osservare, quantificare e documentare i propri sintomi annotando le abitudini giornaliere, i farmaci assunti e altri sintomi rilevanti. C'è la possibilità d'inserire fotografie della pelle, ad esempio in caso di neurodermite. I dati vengono riportati sotto forma di grafici e in caso di necessità possono essere inviati al medico curante. In più all'interno dell'applicazione c'è un'area dedicata alle informazioni e ai consigli per chi soffre d'allergia.

Sempre in collaborazione con l'ufficio federale di meteorologia e climatologia *Meteo Svizzera* è stato sviluppato un sito www.pollenundallergie.ch, questo portale permette a qualsi-

asi persona di consultare le previsioni dei pollini su tutto il territorio svizzero. Grazie a una newsletter ogni singolo paziente può registrarsi e indicando la sua città di riferimento, potrà ricevere ogni mercoledì una mail contenente i dati delle concentrazioni di pollini delle 14 specie più diffuse a livello di allergie e un testo con la previsione del trasporto di pollino fino al fine settimana. Ogni anno verso fine marzo si tiene la *Giornata Internazionale delle Allergie*, l'ultima si è svolta il 27 marzo 2014. Quest'evento viene realizzato in collaborazione con l'ufficio federale della sanità pubblica UFSP, Promozione Salute Svizzera, Società Svizzera per l'Allergia e Immunologia SSAI e diversi sponsor tra cui Coop vitality, Novartis, Service Allergie Suisse, Kleenex, Amavita e Menarini.

La giornata delle allergie, si trova alla sua sesta edizione e consiste nella proiezione, su schermo gigante presso dodici stazioni ferroviarie della Svizzera - Basilea, Bellinzona, Berna, Ginevra, Losanna, Lucerna, San Gallo, Zugo, Zurigo stazione centrale, Zurigo Stadelhofen, Zurigo Enge e Winterthur - di immagini che rappresentano le principali fonti di allergie. In alcune di queste stazioni vengono distribuiti anche degli opuscoli informativi riguardanti il tema. Tutto questo per cogliere l'attenzione di migliaia di pendolari e indurli ad informarsi di più, in quanto chi è ben informato può migliorare la sua qualità di vita attraverso la consulenza di specialisti e l'adozione di provvedimenti adeguati.



Service Allergie Suisse SA è un'agenzia indipendente che si occupa di testare e certificare i prodotti che rispondono alle esigenze delle persone che soffrono di allergie e intolleranze. Questi prodotti certificati sono riconoscibili attraverso il Label Allergia Svizzero, che viene applicato all'interno dei loro packaging. Il Label nasce da una collaborazione con *Aha! Centro Allergie Svizzera* e viene lanciato nel 2006. È possibile trovarlo su migliaia di tipi di prodotti all'interno di supermercati o negozi specializzati. È un marchio registrato presso l'Istituto Federale della Proprietà Intellettuale (IPI) ed è protetto in tutto il mondo.

Per poter essere riconosciuti con marchio di qualità, i prodotti devono subire un determinato processo di certificazione a cui prendono parte tre istanze indipendenti. Prima avviene una valutazione da parte di una commissione tecnica, che si accerta che i prodotti sono certificabili e soddisfano i requisiti, richiesti dai regolamenti. Superata questa fase interviene una commissione specialista nel campo medico, che stabilisce se è fornito un valore assunto. Per ultimo interviene un ufficio di certificazione indipendente accreditato il quale garantisce il rispetto dei requisiti. La certificazione avviene sempre sul luogo di produzione. Una volta accertato che un prodotto soddisfa tutti i requisiti essi ricevono il Label Allergia Svizzero, ma comunque vengono sottoposti ad altri controlli in maniera regolare, questo per garantire l'efficacia dei prodotti ai consumatori.

A partire dal 2014 il Service Allergie Suisse ha ricevuto la certificazione ISO e

soddisfa i requisiti della norma SGQ ISO 9001, che è la certificazione più riconosciuta a livello internazionale per migliorare la gestione della qualità nelle aziende. All'interno del sito è possibile consultare una banca dati dove sono inseriti tutti i prodotti che hanno ottenuto il Label, in più viene offerta la possibilità di abbonarsi ad una newsletter attraverso la quale si possono ricevere tutte le notizie riguardanti i nuovi prodotti che ricevono la certificazione. Mentre nella homepage è possibile consultare tutte le news riguardanti le allergie e intolleranze, come ad esempio l'entrata in vigore della nuova Ordinanza del DFI sulla caratterizzazione e la pubblicità delle derrate alimentari.



Tavola riassuntiva che rappresenta tutte le declinazioni dei loghi delle associazioni presentate nelle pagine precedenti. Dalla collaborazione fra Centro Allergie Svizzera e Service Allergie Suisse nasce il Label Allergie Svizzero che viene applicato sui prodotti adatti a chi deve seguire un regime alimentare particolare e viene rilasciato dopo una serie di controlli dal Service Allergie Suisse. Sempre dalla loro collaborazione ma con il patrocinio dell'Ufficio Federale della sanità pubblica (UFS) e della Promozione Salute Svizzera e grazie alla sponsorizzazione di aziende come Amavita, Novartis, Kleenex, Menarini e Coop Vitality, ogni marzo viene organizzata la Giornata Nazionale Allergie durante la quale all'interno delle principali stazioni ferroviarie della Federazione vengono fatte passare delle immagini sulle allergie per sensibilizzare la popolazione, in alcune di queste stazioni vengono distribuiti degli opuscoli informativi.



Patrocinio



Sponsor





Questo gruppo nasce nel 1980 per volontà dei genitori di celiaci che erano preoccupati che riguardo questa problematica si sapeva ben poco, in particolare si volevano capire le cause, i sintomi e non sempre era chiara la terapia a cui ci si doveva sottoporre. Diventa Associazione a partire dal 21 febbraio 1981, con l'appoggio dell'Ordine dei Medici del Cantone Ticino e dei Pediatri della Svizzera italiana.

Oggi l'associazione si occupa di fornire informazioni sulla celiachia proponendo anche consulenze dietetiche e culinarie, organizza corsi di cucina, offre sostegno sia a livello pratico che a livello morale, informa e monitora i ristoratori, sensibilizza i media e crea contatti con l'industria alimentare. Vengono organizzate anche assemblee e giornate.

Nel 2006 il Progetto Ristorazione, che è un'idea di creare una serie di esercizi pubblici idonei alla cucina celiachia, cioè che riuscissero a preparare pietanze senza rischi di contaminazione per le persone affette da questo disturbo, ha avuto una svolta decisiva. Tramite GastroTicino tutti i ristoratori e gli albergatori del Ticino sono stati invitati dall'Associazione ad un corso offerto di "Cucina senza glutine", in modo tale da fornire le informazioni necessarie per poter preparare pietanze evitando contaminazioni involontarie. Dal 2009 al 2012 i corsi sono stati organizzati da GastroTicino, e dal 2013 sono tornati ad essere gestiti dall'Associazione che si impegna di riproporli ogni anno, introducendo un'importante novità ovvero i corsi verranno svolti all'interno degli esercizi dei ristoratori.

A sostegno dei consumatori



ACSI è un'associazione senza scopo di lucro, operativa a partire dal 1974. Il suo obiettivo principale è quello di difendere ed educare i consumatori. È stata riconosciuta dalla Confederazione in quanto svolge un ottimo lavoro di tutela ed informazione per il consumatore. Si occupa di tutto ciò che riguarda i consumatori, offrendo consulenze e consigli attraverso una linea telefonica, grazie alla quale è possibile fornire segnalazioni su problematiche legate al consumo.

L'associazione pubblica un periodico d'informazione, *BdS La Borsa della Spesa*, che viene distribuito dal 1975 tramite abbonamento. All'interno di esso pubblicano articoli per raggiungere determinati obiettivi:

- informare in modo rigorosamente indipendente;
- denunciare abusi e scorrettezze del mercato;
- formare al consumo consapevole e rispettoso della natura e degli esseriumani;
- promuovere uno sviluppo equo sostenibile;
- migliorare la qualità della vita.

In collaborazione con WWF e la Protezione Svizzera degli Animali, ha redatto un opuscolo che contiene i migliori marchi alimentari, in quanto garantiscono una produzione bio coerente, la tutela dell'ecosistema, allevamenti che rispettano gli animali, condizioni di lavoro eque, utilizzo limitato di additivi, divieto di utilizzo di organismi geneticamente modificati e controlli annuali da istanze indipendenti.

In alcuni dei loro articoli è stata trattata la tematica della non chiara segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti alimentari, in quanto è una tema che riguarda diversi consumatori.

La Società Svizzera di Nutrizione, la quale si è prefissata i seguenti obiettivi:

- Informare la popolazione su tutte le questioni relative ad un'alimentazione sana con i provvedimenti attuali, garantiti scientificamente ed equilibrati dell'informazione, dell'educazione e della formazione alimentare.
- Promuovere lo scambio delle esperienze e la collaborazione tra le persone e le organizzazioni attive nel settore dell'alimentazione, sia sul piano scientifico che pratico.
- La promozione della ricerca scientifica nel settore dell'alimentazione come anche lo scambio di informazioni sui nuovi progetti e risultati della ricerca.
- Molto spesso fornisce ai consumatori materiali come opuscoli, poster, libri e Cd-rom riguardanti la nutrizione.

Nella primavera 2010 ha redatto un opuscolo di undici pagine intitolato *Imballaggi delle derrate alimentari - Quali informazioni si trovano?* all'interno di esso troviamo un capitolo dedicato alle informazioni destinate alle persone allergiche.

Uno degli obiettivi di questa società è quello di migliorare l'informazione destinata ai consumatori all'interno delle etichette alimentari, ai fini di fornire ad essi la possibilità di adottare un'alimentazione sana ed equilibrata. Per questo motivo è partito il progetto consumatori, che vuole arrivare a far chiarezza nelle dichiarazioni dell'etichette. Da questo progetto si è rilevato che i consumatori pensano che le informazioni riguardanti gli alimenti possano essere presentate in maniera più chiara attraverso una presentazione uniforme delle informazioni nutrizionali sugli imballaggi e da un collocamento strategico dei prodotti sani nei negozi. Anche se queste considerazioni non riguardano specificamente le informazioni degli allergeni penso che possano comunque valere anche per esse.

Consiglio federale e dell'Ufficio federale della sicurezza Alimentare e di Veterinaria - USAV



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Il Consiglio federale e dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) ha come obiettivo principale quella di incentivare la salute e il benessere dell'uomo attraverso la sicurezza alimentare e una sana alimentazione attraverso derrate alimentari sicure. Sostiene progetti e ricerche inerenti al loro campo di attività.

All'interno di USAV troviamo la Divisione Derrate Alimentari e Nutrizione, la quale ha il compito di concedere autorizzazioni e vigilare sull'esecuzione per proteggere al meglio la popolazione svizzera da frodi o pericoli legati alle derrate alimentari. La divisione a sua volta è divisa in quattro sezioni specializzate, le quali hanno determinati compiti che vengono ben spiegati all'interno del loro sito e sono riportati qui di seguito:

- Il settore Nutrizione:

dirige l'elaborazione e l'attuazione della Strategia nutrizionale svizzera, promuovendo in questo modo una nutrizione sana con derrate alimentari sicure; è responsabile di progetti e misure volti a favorire un'alimentazione sana e a migliorare la situazione nutrizionale in Svizzera;
coordina le attività di partner esterni nell'ambito dell'alimentazione;
è responsabile del settore degli alimenti speciali, ad es. alimenti per un'alimentazione mirante al controllo del peso, alimenti per lattanti, alimenti di proseguimento e alimenti dietetici a fini medici speciali.

- Il settore Accesso al mercato:

è responsabile dell'elaborazione delle domande in base al principio Cassis de Dijon e delle autorizzazioni per l'ammissione di nuove derrate alimentari, nuovi additivi e nuove indicazioni sulla salute (o health claims) riportate sulle derrate alimentari;

riceve notifiche per quanto riguarda il diritto in materia di derrate alimentari; è responsabile dell'elaborazione e dello sviluppo delle disposizioni giuridiche e degli aiuti all'esecuzione concernenti gli oggetti d'uso e le derrate alimentari negli ambiti caratterizzazione, health claims, additivi, aromi, nuove tecnologie e OGM;
centro d'informazione per richiedenti e questioni legate all'esecuzione.

- Il settore igiene delle derrate alimentari:

è responsabile dell'aggiornamento di disposizioni e del contenuto tecnico delle ordinanze nell'ambito dell'igiene delle derrate alimentari e delle sostanze estranee e dei componenti in esse contenuti;
è responsabile in materia di acqua potabile;
elabora e sviluppa ulteriormente, in materia di igiene delle derrate alimentari, integratori alimentari, ecc.

- Il settore Sorveglianza alimentare:

vigila sull'esecuzione del diritto in materia di derrate alimentari e la coordina; si occupa dei sistemi di allarme rapido (RASFF, ICSMS, Infosan) e si assicura che la divisione sia pronta ad affrontare situazioni di crisi;

Commissione Federale per l'Alimentazione COFA

nell'ambito del Piano di controllo nazionale della Confederazione, è responsabile della parte relativa alla sicurezza alimentare;

organizza e coordina, al confine con l'estero o sul territorio nazionale, programmi di sorveglianza su tematiche specifiche per derrate alimentari di origine animale e vegetale; è responsabile del flusso dei dati e della valutazione dei risultati delle analisi condotte.

La Commissione Federale per l'Alimentazione (COFA) è una commissione extraparlamentare che può fornire consulenza. Elabora presso l'USAV pareri e rapporti sull'alimentazione e dell'influenza di essa sulla salute dell'uomo. Fanno parte della commissione dottori dell'alimentazione, studiosi di scienze alimentari e nutrizionali, personale dell'industria alimentare, autorità d'esecuzione cantonali e delle organizzazioni dei consumatori.

Nel 2012 hanno elaborato un rapporto sull'alimentazione in Svizzera, che fornisce un resoconto della situazione nutrizionale della Svizzera, all'interno di esso è possibile trovare un capitolo dedicato alle allergie e intolleranze alimentari².

Etichette alimentari

Cos'è un'etichetta alimentare?

Etichetta [e-ti-chét-ta] s.f.

Cartellino che si applica a contenitori, merci, oggetti di ogni tipo per indicare contenuto, qualità, prezzo, collocazione etc etc.³

Le etichette alimentari nascono con l'avvento dei cibi in scatola, intorno al 1900. Le prime etichette erano delle semplici strisce di carta che riportavano uno slogan o il nome del prodotto o del produttore.

A partire dagli anni '50, soprattutto in Germania, Francia e Inghilterra, iniziano ad apparire all'interno delle etichette informazioni come gli ingredienti, la scadenza che veniva già riportata e qualche descrizione generale, la pubblicità possedeva più della metà dello spazio rispetto a quello destinato alle informazioni. Nel 1980 lo spazio pubblicitario e quello informativo era quasi alla pari, in quanto con l'evolversi della società c'era la necessità di aggiungere ulteriori informazioni per i consumatori. Ai giorni nostri invece, troviamo le informazioni che occupano più di metà spazio e la pubblicità ridotta a meno della metà del packaging, in quanto le informazioni da inserire sono sempre più numerose.

L'etichetta dei prodotti alimentari si può definire come una carta d'identità, infatti su essa viene riportato indicazioni, marchi di fabbrica o di commercio, immagini o simboli che si riferiscono al prodotto alimentare. Può figurare direttamente sull'imballaggio del prodotto oppure essere applicata in maniera adesiva successivamente.

All'interno delle etichette alimen-

tari devono essere riportate delle informazioni obbligatorie⁴, che sono:

- la denominazione di vendita;
- l'elenco degli ingredienti in ordine di quantità decrescente;
- gli additivi impiegati;
- la quantità del prodotto;
- la data di scadenza;
- il nome, la ragione sociale,
- il marchio depositato della ditta produttrice o confezionatrice;
- la sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento;
- il titolo alcolmetrico Volumico effettivo, solo per bevande alcoliche;
- lotto di appartenenza;
- le modalità di conservazione;
- il luogo di origine o di provenienza.

Altre informazioni possono essere riportate solo a determinate condizioni, come ad esempio:

- *"ricco di... "*:

l'indicazione è ammessa se il tenore della sostanza indicata raggiunge almeno il 50 per cento del contenuto, tranne nel caso di proteine (bastano 13 grammi), fibre (bastano 7 grammi ogni 100 grammi di prodotto), vitamine (più del 30 per cento della dose giornaliera raccomandata);

- *"povero di... "*:

se la riduzione del tenore della sostanza è di almeno il 50 per cento, tranne nei casi di calorie (è sufficiente un valore di meno di 40 calorie per 100 grammi di prodotto), grassi (meno del 3 per cento);

- *“senza... ”* oppure *“privo di... ”*:
se l'elemento è quantitativamente troppo scarso per avere un significato nutrizionale, con eccezione per i grassi (solo se inferiori allo 0,15 per cento) o per gli zuccheri (solo se inferiori allo 0,5 per cento);
- *“senza aggiunta di... ”*:
se l'elemento indicato non è affatto aggiunto e non è contenuto tra gli ingredienti del prodotto;
- *“a ridotto tenore di... ”*, *“arricchito di... ”*:
se la riduzione o l'accrescimento dell'elemento è almeno del 25 per cento.

Di seguito invece sono riportati delle informazioni⁴ che vengono inserite facoltativamente all'interno dell'etichetta del prodotto:

- l'etichetta nutrizionale;
- i marchi;
- i simboli metrologici;
- i simboli a carattere ambientale;
- la certificazione del sistema di assicurazione di qualità;
- il codice a barre;
- diciture aggiuntive.

Le etichette servono al produttore per trasmettere tutte le informazioni che vuole comunicare al consumatore. Se si verificano casi di irregolarità nell'etichettatura alimentare si possono segnalare a diverse associazioni che tutelano il consumatore o ad autorità competenti, in quanto essa rappresenta un diritto d'acquisto del consumatore. Per questo il produttore deve assicurar-

si che le etichette riportate sui suoi prodotti rispettino i requisiti delle normative in vigore. Anche se l'informazione è uno degli argomenti fondamentali per la tutela del consumatore, spesso è proprio l'etichetta che non descrive ma nasconde il prodotto, infatti essa è nata, cresciuta e sviluppata per esigenze di marketing e si adatta alla “legge” delle pubblicità visto che ogni prodotto deve distinguersi dagli altri prodotti simili che si trovano sul mercato.

Normative svizzere ed europee

Nel 2009 l'Unione Europea, sotto consiglio della FDA (Food and Drugs Administration) e della FSA (Food Standards Agency) agenzie statunitense e britannica, ha composto un gruppo di ricerca chiamato Flabel.

I ricercatori di Flabel dal 2008 al 2011 si sono occupati di stabilire quale ruolo avessero le etichette alimentari e di capire quali benefici si possono riscontrare con una comunicazione efficace e corretta delle informazioni nutrizionali ai consumatori.

Nel novembre 2011 è stato pubblicato sulla Gazzetta Ufficiale dell'Unione europea il Regolamento 1169/2011⁵, relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori.

I principali obiettivi sono:

- La modernizzazione delle norme sull'etichettatura dei prodotti alimentari per garantire la libera circolazione degli alimenti all'interno dell'Unione Europea.

- Informare correttamente il consumatore in modo che possa compiere le sue scelte alimentari in maniera consapevole e sicura.

Questa norma non riguarda solamente gli alimenti preconfezionati ma interessa anche quelli preparati dalla ristorazione, da artigiani e pure quelli acquistati on-line.

Le prime novità riguardano le modalità di presentazione delle informazioni, il regolamento ammette per le indicazioni obbligatorie l'utilizzo di pittogrammi o simboli in aggiunta o eventualmente in sostituzione di parole e numeri, a patto che la simbologia garantisca lo stesso livello d'informazioni al consu-

matore. Sono state delineate anche delle linee guida per garantire la leggibilità: i caratteri non devono avere dimensioni inferiori a 1,2 mm, devono essere poste in un punto evidente della confezione in modo che non risultino nascoste. Con queste indicazioni si vuole ridurre il problema della scarsa leggibilità, che spesso viene segnalata dai consumatori, per questo da aggiungere alle regole di leggibilità viene proposta da anni alla Commissione l'emanazione di norme specifiche per la leggibilità che interessino lo spessore dei caratteri, il colore, la spaziatura sia tra le lettere che tra le righe, il contrasto fra scritta e sfondo.

Per quanto riguarda gli allergeni c'è l'obbligo, che interessa pure gli alimenti sfusi, di comunicare la presenza di essi all'interno del prodotto. Nei prodotti preconfezionati, nell'elenco degli ingredienti, il nome dell'allergene dev'essere ripetuto per ogni ingrediente o coadiuvante tecnologico che lo contiene. Gli allergeni devono distinguersi dagli altri ingredienti attraverso l'utilizzo di espandenti grafici come un carattere diverso per dimensioni, stile o colore dello sfondo.

La novità più importante introdotta è quella dell'obbligo d'inserire la dichiarazione nutrizionale in etichetta sancita dall'articolo 30 del nuovo regolamento.

Entrata in vigore a metà dicembre 2011, la norma europea verrà applicata a partire dal 13 dicembre 2014, per molte delle sue prescrizioni. L'etichettatura nutrizionale sarà obbligatoria non prima del 13 dicembre 2016.

Nel territorio svizzero a partire dal primo gennaio 2014 è entrata in vigore la nuo-

5 Vedi allegato pag. 97

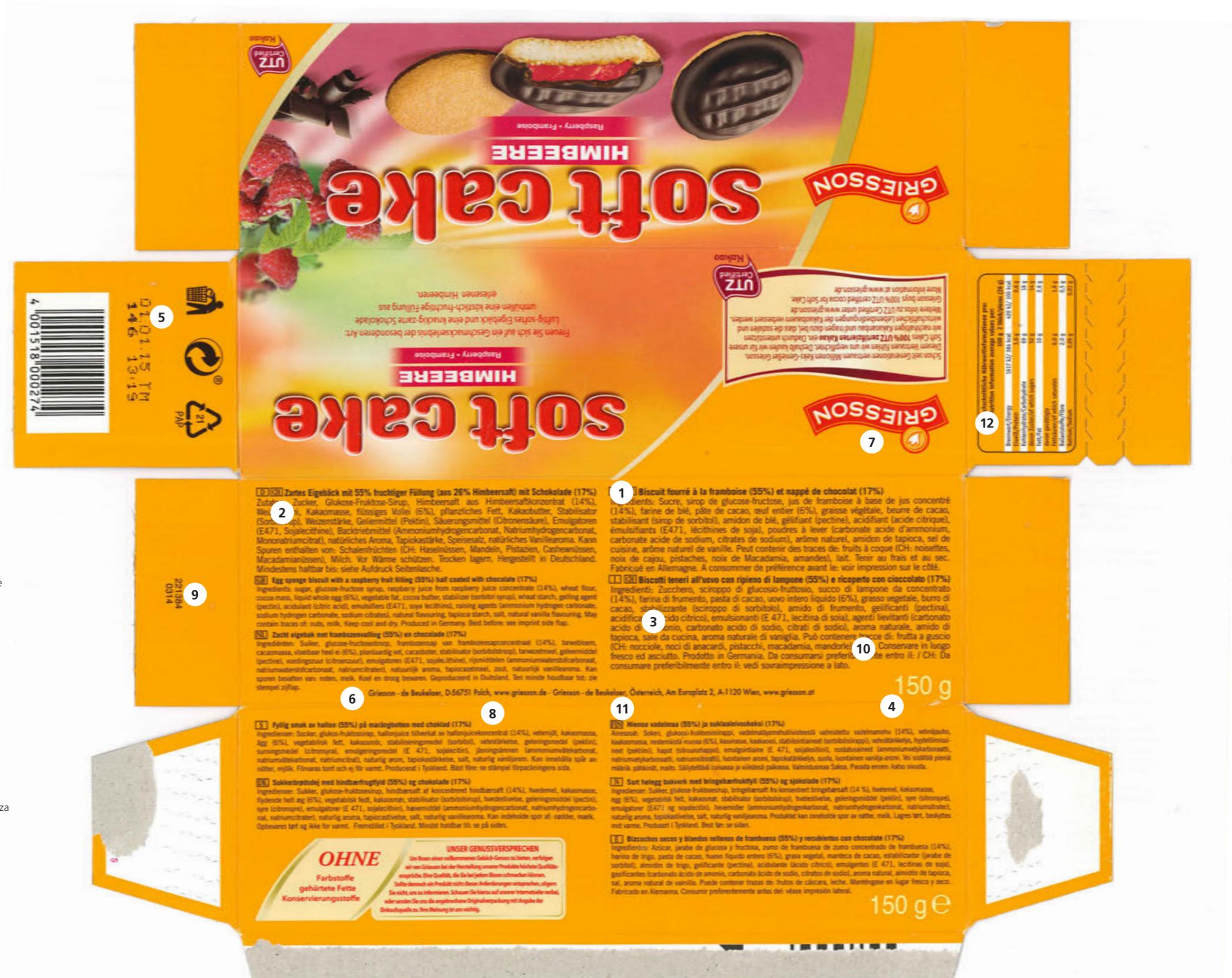
6 Vedi allegato pag. 100

va Ordinanza del Dipartimento federale dell'interno (DFI) sulla caratterizzazione e la pubblicità delle derrate alimentari (OCDerr)⁶.

Per quanto riguarda gli allergeni la nuova ordinanza prevede che ognuno di essi dev'essere ben visibile e dichiarato esplicitamente rispetto al resto degli ingredienti, attraverso il carattere, lo stile, il colore dello sfondo o altri accorgimenti adeguati. Per quanto riguarda la dicitura "Può contenere tracce di..." ai sensi dell'art. cpvv. 3-6 OCDerr resta obbligatoria in Svizzera, in modo da non provocare equivoci o doppi sensi.

Packaging

Informazioni all'interno dei packaging



- 1 La denominazione di vendita
- 2 L'elenco degli ingredienti in ordine di quantità decrescente
- 3 Gli additivi impiegati
- 4 La quantità del prodotto
- 5 La data di scadenza
- 6 Il nome, la ragione sociale
- 7 Il marchio depositato della ditta produttrice o confezionatrice
- 8 La sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento
- 9 Lotto di appartenenza
- 10 Le modalità di conservazione
- 11 Il luogo di origine o di provenienza
- 12 Tabella nutrizionale

Cos'è un packaging?

Lo scopo principale di un packaging è quello di preservare il prodotto, per questo esistono tre principali tipologie d'imballaggi: la prima è quella che è a diretto contatto col prodotto, la seconda è un ulteriore rivestimento esterno e l'ultima è quella utilizzata per il trasporto della merce. Anche se è possibile trovare alcune aziende che utilizzano particolari materiali innovativi per poter rendere il loro imballaggio più sostenibile e più speciale agli occhi del consumatore, all'interno dei negozi di alimentari la maggior parte degli imballaggi è costituita da materiali standard, che sono idonei alla conservazione degli alimenti. Fra i principali troviamo⁷:

- Materiali Plastici
- Materiale metallico
- Vetro
- Materiali ceramici
- Carta e cartone
- Contenitori brick

Per quanto riguarda le dimensioni del packaging sul mercato è possibile trovare le più svariate forme e grandezze, naturalmente queste variano a seconda della grandezza del prodotto contenuto e da come l'azienda produttrice vuole mostrarsi sul mercato. Non esistono dei formati prestabiliti, anche se per alcune tipologie di prodotti ritroviamo dei formati standardizzati e utilizzati da più aziende, come ad esempio i cartoni del latte che hanno tutti più o meno la stessa forma e grandezza oppure per i prodotti contenuti all'interno dei barattoli di latta.

Nelle pagine seguente vengono riportati alcuni esempi di buon packgagin.

Esempi di packaging

IKEA® FOOD

Il design del packaging di Ikea è stato curato da StockholmDesign Lab. Le confezioni dei prodotti si presentano molto semplici e pulite, poco testo e immagini grandi e ben chiare per permettere al consumatore internazionale, che non sa

lo svedese di capire cosa c'è all'interno di quel prodotto. Sul retro delle scatole è possibile trovare la lista di tutti gli ingredienti scritta in diverse lingue del mondo. Gli allergeni non vengono differenziati rispetto agli altri ingredienti.



Esempi prodotti Ikea

Waitrose

La catena di negozi Waitrose® fornisce diversi tipi di prodotti, tutti con packaging semplici e chiari. I suoi imballaggi sono caratterizzati da la scelta cromatica

ricercata e dall'utilizzo delle immagini di forte impatto, in quasi tutti l'uso del font è limitato.



Esempi prodotti Witerose

Waitrose
LOVE life
you count...

La linea Waitrose "Love Life Counts" offre una vasta gamma di pietanze pensate per controllare la dieta tramite le calorie, infatti quest'ultime vengono riportate in maniera chiara sul fronte del-

la confezione. Lo stile di questo packaging è molto giovane e fresco, il font non occupa molto spazio ed è sempre accompagnato da un'immagine di forte impatto.



Esempi prodotti Waitrose Love Life you counts



È un nuovo marchio di prodotti liberi da alcuni allergeni quali latte, noci e glutine. L'obiettivo di questo marchio è quello di rendere più divertente il modo di consumare prodotti senza allergeni, infatti il packaging è molto colorato e

giovane per invogliare il consumatore a consumare il pasto, infatti molte volte la grafica dei packaging destinati ad esempio ai celiaci ricordano le scatole dei medicinali.



Esempio di prodotti Illumi



Dettaglio packaging

Segnaletica

Nella grande distribuzione

MIGROS

Migros all'interno dei suoi supermercati ha adottato, a partire dal 2008, il Label Allergia Svizzero da applicare sulle confezioni dei suoi prodotti che soddisfano le esigenze di persone allergiche o intolleranti. Ad oggi si possono contare più di 70 prodotti, alimentari e non, che Migros ha studiato appositamente per soddisfare le esigenze di queste persone affette da questi problemi. Come indicazione oltre al Label di Aha! troviamo dei

cerchi vistati che in base al colore indicano quali allergeni non sono contenuti nel prodotto, questi elementi segnaletici sono sempre accompagnati da una banda di colore giallo che aiuta a distinguerli dal resto dei prodotti.

Mentre negli altri prodotti a marchio Migros gli allergeni vengono indicati all'interno della lista degli ingredienti ma non vengono trattati in maniera differente.



Panoramica prodotti Migros fronte



Panoramica prodotti Migros retro



Dettaglio etichetta ingredienti Migros



Dettaglio etichetta ingredienti Migros



Sistema di segnalazione dell'assenza di determinati allergeni all'interno dei prodotti Migros



Coop, anche se non ha adottato a livello alimentare il Label Allergia Svizzero, all'interno dei suoi supermercati offre alcune gamme di prodotti studiate per chi soffre di questi disturbi, come Freefrom e Schär.

Coop ha sviluppato un sistema di etichettatura che permette un riconoscimento rapido degli allergeni contenuti in un prodotto. Il sistema prevede il colore azzurro per i prodotti senza lattosio, il colore arancione per quelli senza glutine e giallo per tutti gli altri tipi d'intolleranza.

In più tutti questi specifici prodotti sono contrassegnati dal logo e le targhette Coop Freefrom, non solo quelli distribuiti da Coop ma anche quelli di Schär ai quali viene applicato un adesivo Freefrom.

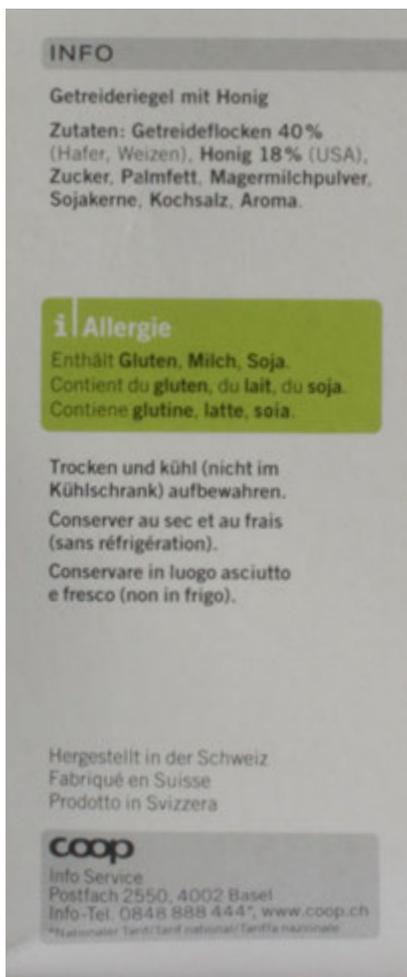
Tutti i prodotti sotto il marchio Coop sono forniti di un'apposita targhetta, riportata sulle confezioni, di colore verde, all'interno della quale vengono riportati tutti gli ingredienti allergeni.



Panoramica prodotti Coop fronte



Panoramica prodotti Coop retro



Dettaglio etichetta ingredienti Coop



Dettaglio etichetta ingredienti Coop



Sistema di segnalazione dell'assenza di determinati allergeni all'interno dei prodotti FreeFrom Coop

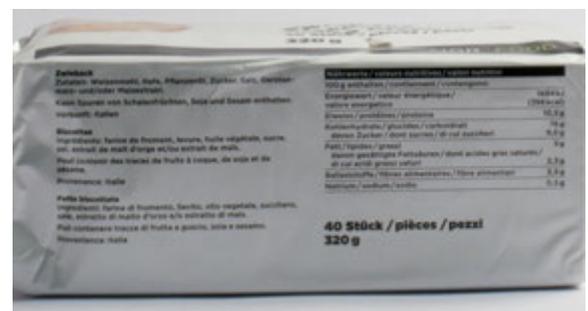
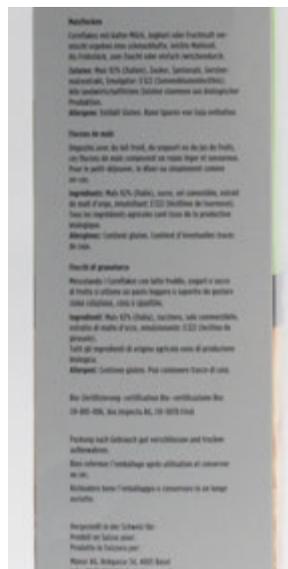
MANOR 

Manor food a differenza di Migros e Coop non possiede una linea di prodotti marchiati Manor studiati appositamente per persone che soffrono di questi disturbi. All'interno dei suoi supermercati però è possibile trovare prodotti privi d'allergeni distribuiti da altre aziende, per rendere più facile il riconoscimento di questi prodotti sono utilizzate delle targhette che vengono applicate ai vari

scaffali che ne facilitano l'individuazione. Mentre per la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti a marchio Manor, in alcuni vengono inclusi all'interno dell'elenco degli ingredienti senza differenziazioni rispetto agli altri, mentre in altri vengono riportati alla fine del paragrafo degli ingredienti in una sezione denominata "Allergeni".



Panoramica prodotti Manor fronte



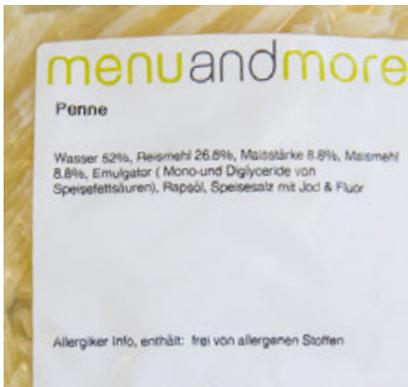
Esempio della disposizione delle informazioni in un prodotto Manor

Nei punti ristoro

menuandmore

La Menu and More AG è specializzata nella preparazione e consegna di pasti sani e variati da consegnare nelle scuole, asili, aziende e persone anziane in Svizzera. Grazie alla sua particolare attenzione verso le persone che soffrono di aller-

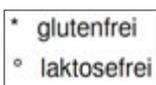
gie e intolleranze è riuscita a guadagnarsi il Label Allergia Svizzero. Attraverso un sistema di segnalazione riesce a informare i propri clienti se sono presenti all'interno del menù prodotti contenenti glutine o lattosio.



Dettaglio etichetta prodotti



Prodotti imballati da Menu and More



Simbologia utilizzata per segnalare l'assenza di glutine o lattosio all'interno dei menù

menuandmore <small>Küche in Bewegung</small>		Institution:	KundenNr.:	TeilNr.:	Visum:	
Woche 25: Menüplan und Bestellformular					20. Juni bis 24. Juni 2014	
Bitte halten Sie genügend Platz im Kühlschrank frei. Besten Dank.						
Tages Menü		Vegetarisches Menü	Tageshit	Suppe/Pastaglausch/Dessert		
Fr 20.06.	<ul style="list-style-type: none"> + 1712 Käsefleisch (K) + 1720 Joghurtfleisch + 1730 Capersalat + 1730 Bratet mit Mandeln 	<ul style="list-style-type: none"> + 1742 Rindfleisch + 1750 Apfelsauce + 1760 Zucchini 	<ul style="list-style-type: none"> + 1770 Vegi Frühlingssalat 2 Stk + 1772 Salat-Soufflé + 1780 Bio-Parmentier (Plus Parmentier) + 1790 Guacamole 	<ul style="list-style-type: none"> + 1800 Orzofrische + 1810 Cappuccino + 1820 Tiramisu + 1840 Berliner 		
Weitere Nährwertinformationen zu unseren Produkten finden Sie in unserem Webshop.						
<p>Legende: glutenfrei laktosefrei vegetarisch käsefrei kartoffel Nährwertangaben Bio Klimaneutral Fairtrade Allergiker Info</p> <p>Menu and More AG Sihgasse 34D 8005 Zürich Tel. 044 448 26 20 Fax 044 448 26 10 www.menuandmore.ch</p> <p style="text-align: right;">Gedruckt auf Papier aus 100% Recyclingpapier.</p>						

Esempio di menù giornaliero

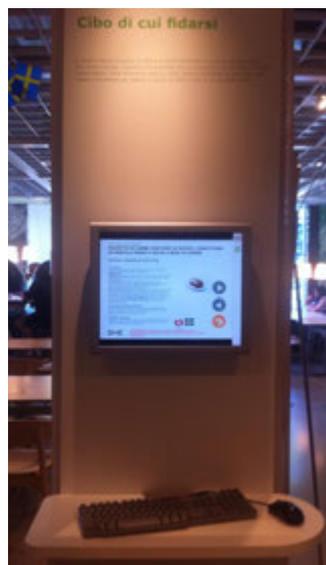
IKEA® FOOD

All'interno del punto ristoro Ikea è possibile trovare prodotti idonei all'alimentazione per intolleranti e allergici appena si accede alla mensa. Questi prodotti sono contrassegnati dal Label Aha! e distribuiti da Maison Gourmet. In più nella zona ristoro è possibile accedere ad

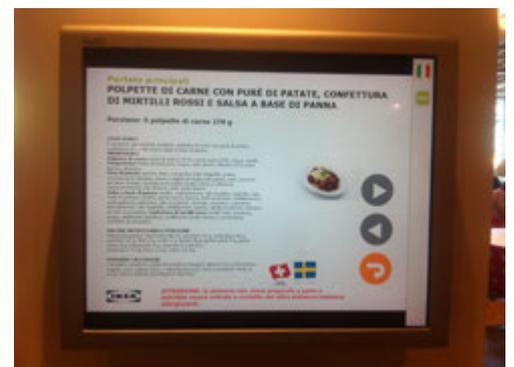
un computer all'interno del quale si possono consultare tutti i pasti consumabili presso il loro ristorante, per ogni pasto è presente una descrizione di tutti gli alimenti e degli allergeni presenti all'interno di questo.



Mensa Ikea, i prodotti per allergici si trovano all'inizio del percorso



Totem con monitor, attraverso il quale è possibile consultare gli ingredienti utilizzati all'interno delle pietanze Ikea.



Monitor nel dettaglio le ultime tre righe sono destinate alla segnalazione degli allergeni



La mensa scolastica Restò Ristoranti Scolastici, di cui una sede si trova presso la SUPSI di Trevano, offre menù giornalieri per gli studenti. In materia di allergie e intolleranze, non esistono menù studiati appositamente per chi soffre di queste problematiche. Esposta accanto al bar e nella bacheca della mensa tro-

viamo una dichiarazione da parte della direzione che indica tutti i tipi di allergeni che potrebbero essere presenti all'interno dei piatti da loro proposti e invita i diretti interessati ad informare il responsabile della cucina, in modo da riuscire a preparare un piatto adatto alle esigenze del cliente allergico o intollerante.



Bacheca contenente le informazioni sugli allergeni



Mensa SUPSI Trevano



Dettaglio della dichiarazione sugli allergeni



Migros Restaurant presta particolare attenzione a questa problematica, in quanto per un soggetto allergico o intollerante uscire a mangiare può essere difficoltoso. Così gli esercizi gastronomici di Migros propongono dei prodotti idonei al regime alimentare di queste persone.

Da diversi anni sono disponibili prodotti come salse per il condimento senza lattosio e glutine, latte senza lattosio e a partire dal 28 aprile 2014 sta testando in diverse filiali dei menù prodotti da Maison Gourmet e panini per allergici contrassegnati dal Label Allergia Svizzera.



Esempio di Migros Restaurant



Prodotti per allergici che è possibile trovare nei ristoranti Migros



A partire da giugno del 2008 Coop ha introdotto in 46 ristoranti del proprio gruppo una linea di prodotti adatti a persone allergiche e intolleranti, distribuiti dal marchio DS. I diretti interessati hanno la possibilità di scegliere fra tre differenti piatti di pasta priva di glutine, che vie-

ne vendita in confezioni pre imballate da scaldare all'interno di un microonde presente nel punto ristoro. In questa maniera il cliente è sicuro che il proprio prodotto non sia stato contaminato con alcun tipo di allergene.



Esempio di Coop Restaurant



Prodotti per allergici che è possibile trovare nei ristoranti Coop

Nei marchi consigliati

L'Associazione Consumatori della Svizzera Italiana in collaborazione con WWF sezione Ticino hanno elaborato un opuscolo per guidare il consumatore all'acquisto di prodotti affidabili, che seguono norme di produzione rispettose verso l'ambiente e verso la forza lavoro che produce questi prodotti. Dopo aver analizzato diversi marchi di produzioni bio è stato elaborato questo opuscolo che classifi-

ca i marchi presi in esame attraverso tre diverse classificazioni (Molto raccomandato, Raccomandato e Meglio che nessun logo). Partendo da questa classificazione ho deciso di prendere in analisi tutte le aziende riportate all'interno dell'opuscolo, che si occupano anche della realizzazione degli imballaggi e di vedere come questi trattano la segnalazione degli allergeni all'interno dei propri prodotti.





Bio natur plus sui suoi imballaggi dedica un paragrafo agli allergeni contenuti nel prodotto. Trovo che sia un modo efficace in quanto avendo un loro spazio gli allergeni vengono facilmente individuati.

Fiocchi di granoturco

Mescolando i Cornflakes con latte freddo, yogurt o succo di frutta si ottiene un pasto leggero e saporito da gustare come colazione, cena o spuntino.

Ingredienti: Mais 92% (Italia), zucchero, sale commestibile, estratto di malto d'orzo, emulsionante: E322 (lecitina di girasole).

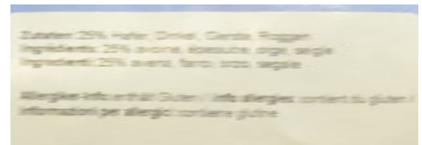
Tutti gli ingredienti di origine agricola sono di produzione biologica.

Allergeni: Contiene glutine. Può contenere tracce di soia.

Dettaglio ingredienti Bio natur plus



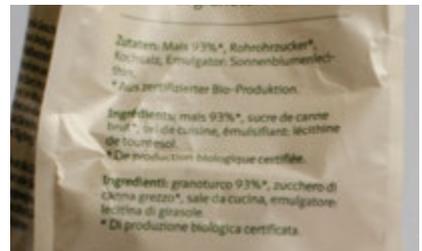
Demeter come Bio Natur plus all'interno delle sue confezioni riserva un paragrafo dedicato alle informazioni degli al-



Dettaglio ingredienti Demeter



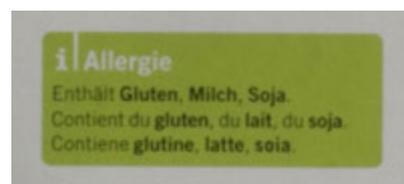
Migros bio, all'interno della lista degli ingredienti non differenzia in alcuna maniera gli allergeni, anche se l'assenza di alcuni di questi viene segnalata sul fronte delle confezioni con la stessa metodologia che usa per gli altri prodotti e col Label Allergia Svizzero.



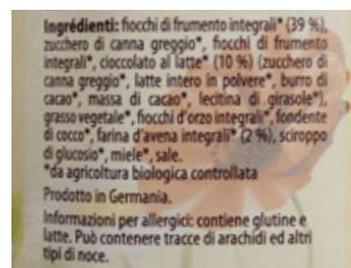
Dettaglio ingredienti Migros

naturaplan

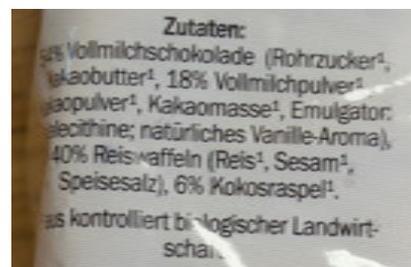
Naturaplan fa parte di Coop ed utilizza il sistema più efficace, da me analizzato, per la segnalazione degli allergeni, infatti questi vengono inseriti all'interno di un riquadro verde che attira subito l'attenzione del consumatore.



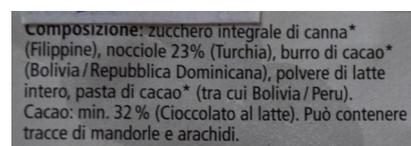
Demeter, come alcuni casi precedenti, all'interno delle sue confezioni riserva un paragrafo dedicato alle informazioni degli allergeni.



Biotrend non utilizza nessun sistema particolare per segnalare gli allergeni, questi vengono scritti nella lista degli ingredienti senza nessuna differenziazione rispetto agli altri, in più la lista viene riportata solamente in lingua tedesca, tralasciando le altre due lingue nazionali.



Claro riporta gli allergeni all'interno della lista ingredienti trattandoli come tutti gli altri, senza utilizzare alcuna differenziazione.



Colori come strumento segnaletico

Colori e comunicazione

Grazie ai colori che ci circondano possiamo percepire delle determinate informazioni, infatti si può capire in che stagione ci troviamo osservando le tonalità dei fiori e delle foglie, oppure capire se un fungo è commestibile o meno dal colore del suo manto e così molte altre indicazioni. L'uomo durante la sua evoluzione da questi segnali è riuscito a utilizzare il colore per soddisfare esigenze sia estetiche che comunicative.

È possibile catalogare il colore in tre diversi gruppi: naturale (non volontario), espressivo (rilevatorio) e artificiale (intenzionale).

Colore naturale: ci troviamo ad un utilizzo del colore non volontario, che ci permette di interpretare delle manifestazioni naturali, infatti esso funge da segno, messaggio di una determinata situazione. Ad esempio i colori allegri dei fiori servono come segnali agli insetti che si nutrono di questi come il colore del cielo suggerisce la situazione meteorologica. Ogni sostanza presente in natura possiede una particolare gradazione cromatica che lo caratterizza, ed essa tende a mutare con i vari cicli vitali dell'elemento, come le foglie degli alberi quando nascono sono verde pallido per poi diventare verdi nel pieno del loro ciclo vitale e infine tingersi di giallo quando il loro percorso sta per concludersi.

Colore espressivo: il colore viene scelto indica una nostra particolarità psicologica, come il nostro stato d'animo o il carattere, questo avviene in maniera inconscia attraverso la scelta della gamma cromatica ad esempio per l'abbigliamento o per un oggetto.

In base all'influenza che i colori hanno sull'individuo sono stati divisi in due gruppi:

Rosso Arancione Giallo, si tratta dei colori attivi e positivi, vengono associati a concetti di positività, azione, calore, esaltazione, vicinanza. **Azzurro Indaco Violetto,** è il gruppo di colori passivi e negativi, vengono spesso associati alla negatività, lontananza, passività, calma e lontananza.

Oltre a questi due gruppi esistono i non colori ovvero il bianco e il nero. Il primo rappresenta un insieme di resistenza e suggerisce la felicità, la vita e l'attività invece il secondo più negativo rappresenta una carenza di resistenza suggerendo solitudine, immobilità e distanza.

Colore artificiale: si intendono quei colori usati dall'uomo per comunicare determinati concetti, questi sono radicati all'interno delle culture dell'uomo. Ad esempio nella segnaletica di sicurezza, dove bisogna avere una comprensione immediata, i colori sono conosciuti a livello internazionale in maniera che ognuno possa capire il messaggio, quelli che ritroviamo principalmente sono:

- *Giallo* che è il colore con più alta visibilità, definisce le zone di lavoro e può indicare un pericolo di urto o caduta se alternato con il colore nero.
- *Arancione* indica le situazioni di pericolo in quanto è quello che colpisce di più l'occhio.
- *Rosso* ci obbliga a fermarci.
- *Verde* indica una sicurezza e il via libero.

Nel mercato alimentare l'utilizzo del co-

lore è fondamentale in quanto spesso il sapore passa attraverso la vista, infatti le nostre prime percezioni arrivano tramite i colori. Il consumatore è predisposto ad essere attratto inconsciamente da quelli che rispecchiano più le sue aspettative o esigenze, per questo il colore degli imballaggi spesso rispecchia le caratteristiche del target a cui è indirizzato.

Alcuni dei colori che ritroviamo maggiormente all'interno dei packaging alimentari sono:

- *Arancione*, esprime gioia e divertimento e viene utilizzato per rendere i cibi più invitanti, saporiti e molto spesso lo ritroviamo negli snack. Quando troviamo una tinta arancione più delicata il prodotto è rivolto a consumatori più docili, calmi e raffinati.

- *Bianco* esprime leggerezza, purezza, castità e libertà. Nel campo alimentare viene utilizzato per rappresentare soprattutto il cibo che sta all'interno come sale, latte, formaggio ma anche per i prodotti light.

- *Blu* esprime tranquillità e responsabilità. È utilizzato in diverse tonalità, quelle più scure dona eleganza e serietà ai prodotti che rappresenta, mentre nelle tonalità più chiare come l'azzurro conferisce al prodotto un senso di leggerezza e tranquillità, per questo viene utilizzato spesso in prodotti dei quali si vuole esaltare la leggerezza.

- *Giallo* usato per prodotti energici e decisi, rappresenta la fiducia in se stessi e

la ricerca del nuovo. Utilizzato perché è un colore che ti porta a reagire d'impulso. Possiede diverse tonalità e ad ognuna è associata una diversa caratteristica: quando è acceso viene associato alla curiosità o avidità, in versione tenue invece è spesso utilizzato per prodotti delicati, oro indica un prodotto nobile, saggio, ricco e generoso mentre se tende al nocciola indica prodotti golosi e cremosi.

- *Verde* si identifica con la natura, la crescita il rinnovamento e la giovinezza. Utilizzato nei prodotti che si ritengono naturali e rispettosi dell'ambiente, sono da evitare nei cibi dolci perché rischiano di trasmettere sensazioni di acidità e secchezza.

Colori e informazione

Il colore all'interno della comunicazione visiva è ritenuto uno degli strumenti più efficaci per evidenziare informazioni in quanto rende più immediata la fruizione di queste ed è possibile imprimerle più facilmente all'interno della nostra memoria. Il colore deve attirare l'occhio del consumatore informandolo sulle caratteristiche del prodotto è fondamentale un linguaggio sintetico e ben visibile.

Sulla scelta del font giusto per evidenziare le informazioni, il colore gioca

un ruolo fondamentale, in base all'accostamento dei colori delle lettere e del fondo su cui sono riportate si avrà una lettura più o meno facilitata. Sarà facilitata se i colori scelti presentano una grossa differenza di luminosità come il giallo e nero, oppure grazie all'utilizzo di colori complementari. La lettura risulterà più difficile se si utilizzano colori con la stessa luminosità come un rosa pallido su giallo e anche se si scelgono due colori complementari con lo stesso grado di luminosità e saturazione.

PROVE COLORE monica
caneva **Tesi BACHelor ci**
2014 CONTRASTO Tesi
etichette e allergeni ah
SETTEMBRE 2014 supsi
COMUNICAZIONE visiva
Lugano 2014 TICINO svizzer

PROVE COLORE monica
caneva **Tesi BACHelor ci**
2014 CONTRASTO Tesi
etichette e allergeni ah
SETTEMBRE 2014 supsi
COMUNICAZIONE visiva
Lugano 2014 TICINO svizzer

PROVE COLORE monica
caneva **Tesi BACHelor ci**
2014 CONTRASTO Tesi
etichette e allergeni ah
SETTEMBRE 2014 supsi
COMUNICAZIONE visiva
Lugano 2014 TICINO svizzer

PROVE COLORE monica
caneva **Tesi BACHelor ci**
2014 CONTRASTO Tesi
etichette e allergeni ah
SETTEMBRE 2014 supsi
COMUNICAZIONE visiva
Lugano 2014 TICINO svizzer

Esempi di buona leggibilità

Pittografia

Primi pittogrammi

I primi simboli pittorici risalgono alla preistoria, nel 30.000 a.C., impressi sulle pareti interne delle grotte. Uno degli esempi più significativi di quel periodo si trova nella grotta di Lascaux in Francia. Sono stati rappresentati soprattutto animali di diverse specie, ricchi di dettagli e si pensa che queste rappresentazioni non servissero per comunicare un determinato messaggio. Nel corso della storia dell'uomo sono stati sviluppati diversi tipi di scrittura simbolica, fra questi i più importanti da ricordare sono i geroglifici egiziani, la scrittura cuneiforme utilizzata nell'antica Mesopotamia e i geroglifici Maya.

Nel 1909, con la diffusione delle automobili e la costruzione della rete stradale, venne organizzata a Parigi una con-

ferenza, all'interno della quale vennero stabiliti i primi quattro simboli per i pericoli stradali, da utilizzare a livello internazionale. Nel 1927 vennero inseriti ulteriori segnali stradali. Grazie alla simbologia, alle forme dei cartelli o ai colori utilizzati è stata semplificata la comprensione dei cartelli stradali da parte degli automobilisti, ad esempio nella maggior parte del mondo il segnale di stop è rappresentato da un ottagono rosso all'interno del quale è riportata la parola STOP, scritta con i caratteri latini, mentre nei Paesi arabi è usata la loro scrittura ma riportata sempre all'interno dell'ottagono. Grazie alla presenza dell'ottagono rosso anche chi non comprende l'arabo può intuire che in presenza di quel cartello bisogna fermarsi.



Grotta di Lascaux



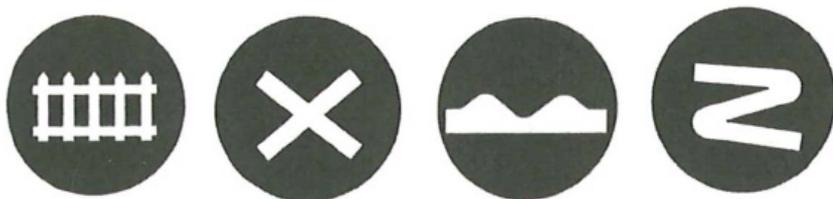
Scrittura mesopotamica



Dettaglio scrittura geroglifica



Dettaglio scrittura maya



Primi segnali di pericolo

Isotype



Gerd Arntz, Mitropa 1925

Nel 1936 l'austriaco Otto Neurath, filosofo ed economista, insieme al designer Gerd Arntz hanno sviluppato un sistema per comunicare informazioni complesse riguardanti la società, l'economia o la politica attraverso semplici immagini. L'intenzione di Neurath era quella di creare un linguaggio di segni semplice, chiaro e immediato che potesse riassumere una tematica con uno sguardo, ritrovò queste particolarità nei lavori di Arntz. Viene così sviluppato Isotype (International System of Typographic Picture Education) un sistema di comunicazione che avviene attraverso pittogrammi, Arntz sviluppò più o meno 4000 pittogrammi per questo sistema.

Lo stile utilizzato per la realizzazione di queste immagini è molto semplice, pulito, riconoscibile ed immediato, in quanto i disegni non sono molto dettagliati. È stata utilizzata

una gamma cromatica limitata, precisamente sette colori che sono bianco, blu, verde, giallo, rosso, marrone e nero.

Neurath sostiene che la comprensione dei pittogrammi avviene attraverso tre fasi: in un primo sguardo vengono percepiti gli elementi più importanti, in un secondo quelli meno importanti e infine con un terzo sguardo vengono percepiti i dettagli.

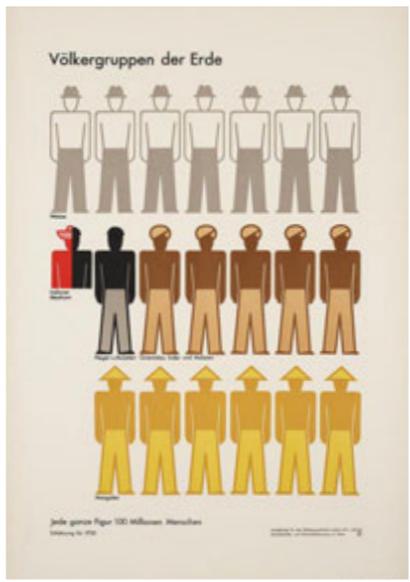
Con questo lavoro Neurath e Arntz hanno rivoluzionato il mondo della segnaletica pubblica, della rappresentazione dei dati e dell'infografica. Isotype è servito e serve tutt'oggi come modello d'ispirazione a molti designer, tra questi troviamo Otl Aicher, designer tedesco famoso soprattutto per essersi occupato della segnaletica delle Olimpiadi di Monaco del 1972.



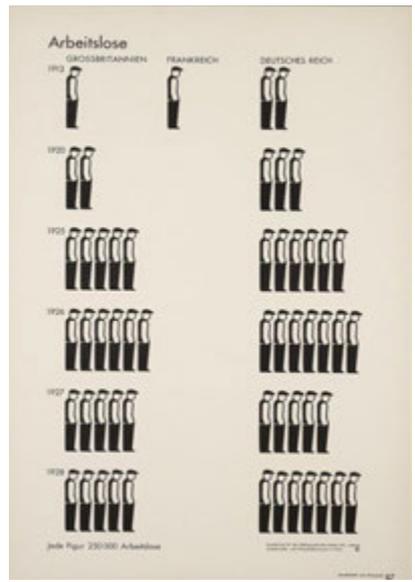
Unemployed



Pittogrammi realizzati per Isotype

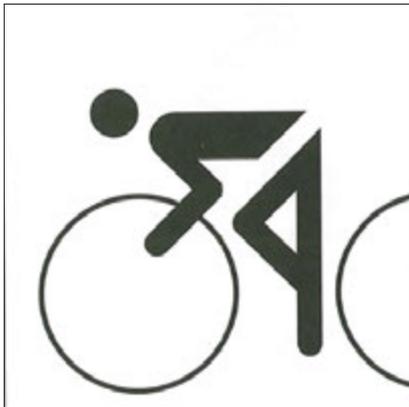


Etnie della terra, 1930



Unemployed, 1930

Otl Aicher e le Olimpiadi



Pittogrammi realizzati da Otl Aicher

Con le Olimpiadi di Berlino del 1936 nasce la prima segnaletica per i giochi olimpici, anche se si può parlare di reali pittogrammi a partire dalle Olimpiadi di Tokyo del 1964, quando il designer Masaru Katsumi realizza un sistema di comunicazione indipendente da ogni tipo di linguaggio e cultura, sviluppando una serie di pittogrammi, che indicano i differenti sport, attraverso la combinazione di tratti grafici semplici combinati in un numero di modi limitato. Tuttavia è Otl Aicher, sulla scia della segnaletica giapponese, a sviluppare il sistema comunicativo più funzionale di sempre, in occasione delle Olimpiadi di Monaco 1972. Attraverso un sistema di segni, realizzato grazie all'utilizzo di semplici e minime forme geometriche, è riuscito ad elaborare una rappresentazione ideale dei differenti sport. Questi pittogrammi vennero ripresi per le Olimpiadi successive di Montreal. Dopo di che i designer che si sono occupati della progettazione dei pittogrammi olimpici si sono sempre rifatti a questi realizzati per le Olimpiadi di Monaco. Adirittura nel 1988 il progetto di Buyong Hwang, per le Olimpiadi di Seoul, fu vietato dal Comitato Olimpico Canadese, il quale aveva acquistato i diritti dei pittogrammi di Monaco, perché considerato troppo simile a quello di Aicher.

Nel 1992 si passa dalla rigidità delle forme introdotta a Monaco alla rappresentazione più libera e dinamica utilizzata per le Olimpiadi di Barcellona, che attraverso grosse pennellate rappresenta le discipline olimpiche.

Con le Olimpiadi di Atlanta del 1996 si ha la fine dell'utilizzo di forme ge-

ometriche e stilizzate. Per la raffigurazione dei vari sport si sono ispirati alla rappresentazione delle antiche figure rappresentate sui vasi corinzi e attici, mettendo in evidenza le caratteristiche fisiche attraverso la silhouette, andando a creare delle icone abbastanza realistiche.

Nel 2000 per la realizzazione dei pittogrammi dell'edizione di Sydney viene ripreso il modello di quelli di Barcellona, ma le pennellate vengono sostituite dall'utilizzo di un boomerang, uno dei simboli maggiormente conosciuto dell'Australia.

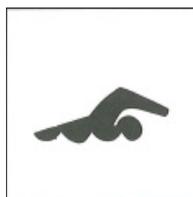
Nel 2004, con le Olimpiadi tenute ad Atene, i pittogrammi furono ripresi dalle statue in marmo della Grecia arcaica (cicladica) le quali furono stilizzate attraverso forme dinamiche ed eleganti per rappresentare le varie discipline e racchiuse all'interno di forme irregolari per ricordare i cocci che vengono ritrovati all'interno degli scavi archeologici. I pittogrammi realizzati per Pechino 2008 riprendono la simbologia del Jingwen, scrittura cinese che veniva usata per le incisioni nella Cina antica. Il sistema è molto chiaro, pulito ed immediato e in più si rifà ad una caratteristica.

Per le ultime Olimpiadi, avvenute a Londra nel 2012, sono state realizzate due versioni di pittogrammi, la prima attraverso delle silhouette per la segnalazione delle varie discipline, e una versione più dinamica con funzione decorativa da applicare sugli altri elementi comunicativi dell'evento.

È già stata resa nota la simbologia che verrà utilizzata per le Olimpiadi di Rio 2016. I pittogrammi sono stati realizza-

Esempi di pittogramma olimpico del nuoto

ti attraverso l'utilizzo di una linea continua che rappresenta l'atleta nelle varie discipline mentre l'attrezzatura sportiva è stata ricreata attraverso una linea con un tratto più fine in modo da trasmettere un senso di profondità. I vari pittogrammi sono stati posti all'interno delle forme a "sassolino", che varia la sua inclinazione ad ogni disciplina in modo da creare nel complesso armonia e movimento. Per la prima volta, con questi pittogrammi, ogni disciplina olimpica e paraolimpica ha propria simbologia.



Tokyo 1964



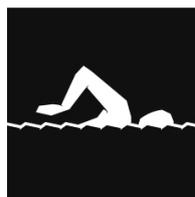
Monaco 1972



Pechino 2008



Rio 2016



Londra 2012



Mosca 1980



Los Angeles 1984



Seul 1988



Atlanta 1996



Sydney 2000



Barcellona 1992

Pittogrammi nei luoghi pubblici

Aeroporto Colonia/Bonn

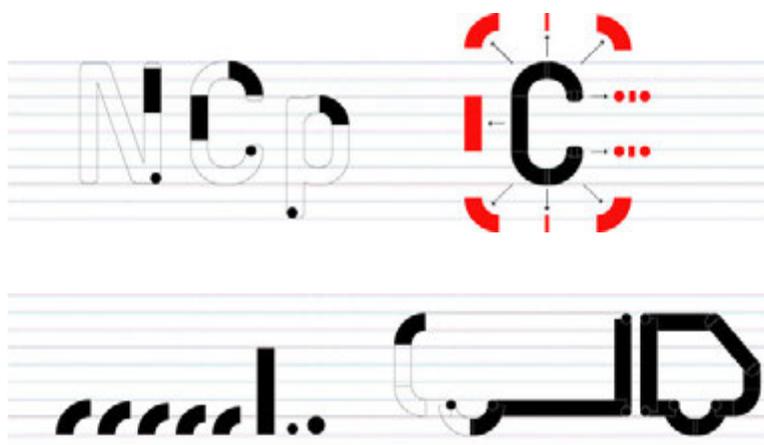
Questo progetto è stato realizzato nel 2003 da Ruedi Baur per la segnaletica dell'aeroporto di Colonia/Bonn il quale non ha curato solamente lo sviluppo dei pittogrammi, ma anche il font e altri elementi comunicativi.

Il font è stato creato basandosi sul carattere Simple precedentemente disegnato dallo studio Norm sempre per l'aeroporto. Il nuovo font rivisitato prende il nome di SimpleKoelnBonn, a partire dagli elementi di questo font sono stati creati i pittogrammi, in maniera che

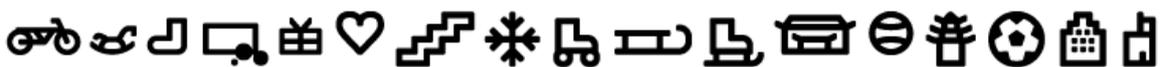
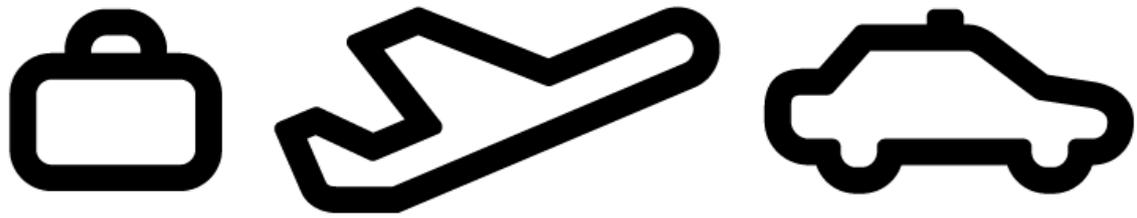
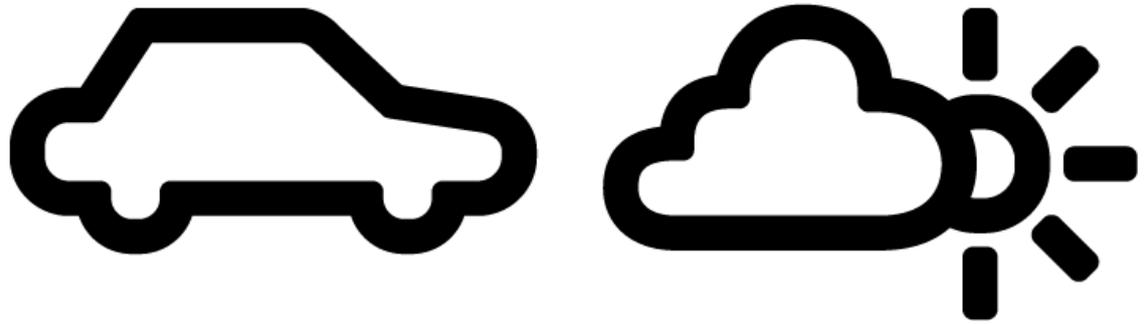
quando vengono utilizzati nello stesso momento il testo non entri in conflitto creando disarmonia. Così i simboli sono stati disegnati all'interno della griglia del carattere, dal quale è stato ripreso lo spessore delle linee e l'angolarità delle lettere. Sono stati creati anche altri pittogrammi più tradizionali, si tratta infatti di silhouette di figure soprattutto umane, che vengono integrate agli altri pittogrammi all'interno di diverse vignette.



Applicazione pittogrammi



Costruzione dei pittogrammi



SimpleKoelnBonnSymbols

MoMaQNS

Questo progetto è stato realizzato da BaseNYC nel 2002 per la sede temporanea del Museum of Modern Art di Long Island City nel Queens. I pittogrammi sono facilmente riconoscibili, sono stati realizzati integrando le caratteristiche del

font in maniera da creare un sistema segnaletico armonioso e in più che fosse dinamico e moderno per riuscire ad integrarsi con la struttura architettonica.



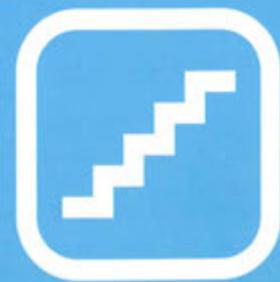
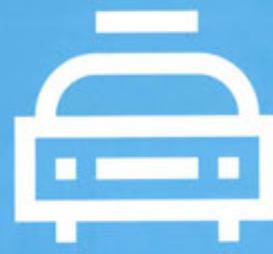
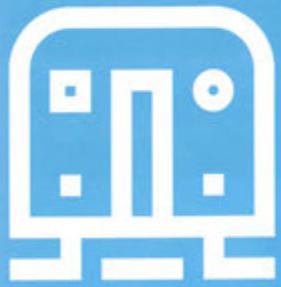
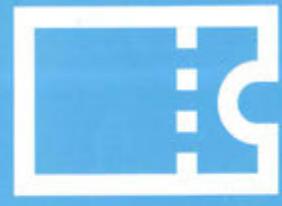
Veduta esterna del MoMa QNS



Dettaglio applicazione pittogrammi



Applicazione interna pittogrammi



Pittogrammi per i prodotti specializzati

Marchio Spiga Barrata



XY - 123 - 1234



OATS
OATS XY-123-1234

Marchio Spiga barrata per prodotti contenenti glutine e avena



100
100-XY-123-1234



100
OATS
100/OATS XY-123-1234

Marchio per prodotti a basso contenuto di glutine e avena

Il marchio Spiga Barrata di colore rosso su fondo bianco nasce nel 1995 ed è di proprietà dell'Associazione Italiana Celiaci (AIC). Ed è un ottimo esempio di come un simbolo possa aiutare le persone con disturbi alimentari a riconoscere i prodotti giusti per la loro alimentazione. Si tratta della stilizzazione di una spiga di grano barrata da un segmento ondulato e rappresenta per chi soffre di celiachia un simbolo di garanzia. Per poter ottenere questo marchio le aziende devono rivolgersi all'AIC, la quale lo rilascerà dopo aver verificato l'idoneità del prodotto.

Tutta via sul mercato mondiale si trovano diverse simbologie per indicare i prodotti che non contengono glutine, così nel 2012 in Europa è entrato in vigore il Sistema Unico Europeo di Concessione del Marchio Spiga Barrata, sviluppato dall'A.O.E.C.S. (Association of European Coeliac Societies). In questo modo su tutto il territorio europeo si troverà un unico simbolo in modo da non disorientare il consumatore. Di seguito vengono riportate le regole alle quali l'azienda deve attenersi per poter applicare il marchio sulle proprie confezioni:

- Le prime due lettere identificano il paese che ha concesso il marchio;
- I numeri centrali identificano l'azienda produttrice;
- I numeri finali identificano il prodotto;
- I prodotti che riportano questo

simbolo garantiscono che sono senza glutine, ovvero al loro interno non è presente un quantitativo maggiore ai 20 ppm (parti per milione), come sancito dal Regolamento Europeo

Ai Paesi del centro-nord Europa che seguono un regime alimentare con ridotto consumo di glutine è stato concesso l'utilizzo del marchio per i prodotti definiti "a basso contenuto di glutine", cioè con un quantitativo compreso tra 1 e 100 ppm, a patto che venga inserito il numero 100 al di sotto della spiga barrata. Un'altra concessione, sempre per i Paesi del centro-nord Europea, è stata fatta per quanto riguarda i prodotti contenenti avena, ai quali è stato permesso di riportare il Marchio Spiga Barrata Unico Europea.

Anche per questi prodotti è possibile trovarne di due tipi, quella con contenuto di glutine inferiore ai 20 ppm e quelli "a basso contenuto di glutine" contenete glutine tra i 20 ppm e i 100 ppm. L'unica differenza è che all'interno della dicitura sia inserita la parola OATS, ovvero avena in inglese.

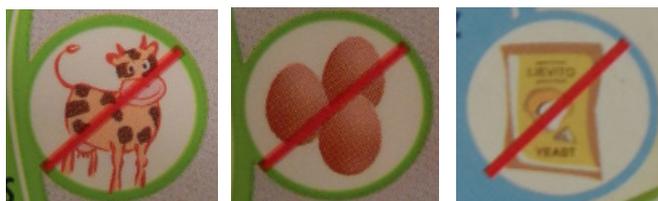
L'introduzione di quest'unica simbologia a livello europeo per i celiaci è un ottimo traguardo, anche se non è stata data nessuna indicazione a livello cromatico, quindi ognuno può decidere il colore da utilizzare per la propria spiga.

Pittogrammi per i prodotti specializzati

Oltre al simbolo della spiga barrata è possibile ritrovare delle icone, in alcune linee di prodotti specializzati per l'alimentazione di questi individui, che rappresentano gli allergeni non presenti all'interno del prodotto.

Visivamente parlando spesso sono molto deboli perché molto dettagliati e riportati sulle confezioni in piccolo spesso bisogna osservarle molto da vicino per poter capire di cosa si tratta. Oltre all'aspetto grafico debole trovo che non sia la

soluzione migliore segnalare ciò che non è presente all'interno del prodotto in quanto le icone esistono solo per determinati allergeni, solo i più diffusi principalmente latte, uova e glutine, quindi se una persona riscontra problemi con gli altri allergeni deve comunque leggersi la lista degli ingredienti per essere sicura che non ci siano all'interno dell'alimento. Di seguito sono riportati alcuni esempi che è possibile trovare all'interno del mercato svizzero.



Pittogrammi prodotti Rice & Rice



Pittogrammi prodotti Break & Bio



Pittogrammi prodotti Sotto le Stelle

Opinioni

Dialogo con i diretti interessati

Per riuscire a capire al meglio quali sono le problematiche che riscontrano maggiormente i soggetti allergici e intolleranti ho realizzato un sondaggio¹⁰ on-line che ho sottoposto, tramite l'aiuto di associazioni e medici del campo, a persone che soffrono di queste problematiche. In totale hanno risposto al mio questionario una cinquantina di persone, una volta recuperati i dati ho iniziato ad analizzarli per riuscire a ricavare del materiale utile al mio progetto, in particolare modo ho cercato quelli che erano i maggiori problemi di comunicazione legati alla rappresentazione grafica, come ad esempio la grandezza degli elementi o la disposizione di essi all'interno dell'imballaggio. Dalle risposte ho colto anche dei suggerimenti che mi hanno fornito degli spunti utili per il mio progetto, e delle osservazioni che hanno confermato che l'utilizzo dei pittogrammi faciliterebbe il riconoscimento di questi ingredienti all'interno degli alimenti. Di seguito riporto due interviste che ho fatto a due persone che soffrono di allergie e intolleranze.

Denise, 62 anni, Svizzera

Di cosa soffri?

Intolleranza alimentare.

A quali alimenti sei allergico o intollerante?

Sono celiachia

Trovi che gli allergeni siano segnalati in maniera chiara ed efficace sulle confezioni dei prodotti,

o riscontri delle difficoltà nel riconoscerli?

È molto difficile perché le etichette sono scritte molto in piccolo, devi proprio andare in ricerca, perché in generale qui in Svizzera ci sono pochi prodotti dove è scritto in modo chiaro senza glutine, perché non è contenuto solo all'interno delle farine ma ci sono anche altri ingredienti che lo tengono e devi quasi fare uno studio per capire quali sono. Non puoi essere sicura se non c'è scritto dal fabbricante senza glutine, il quale si deve prendere la responsabilità, anche perché ci sono persone iper sensibili che devono fare attenzione anche ad esempio a non mischiare gli attrezzi da cucina con attrezzi utilizzati per preparare pietanze contenenti glutine.

Ti capita di avere difficoltà a capire se è presente o meno l'allergene all'interno del prodotto?

Ci sono dei prodotti che se tu guardi bene e leggi bene dici: "ok questo posso comprarlo è senza glutine", però sarebbe meglio se fosse scritto esplicitamente, perché come già detto si nasconde anche sotto altri nomi. Su certi prodotti devi per forza leggere gli ingredienti e per la dimensione dei caratteri è difficile leggere tutto non riesci, ma anche per la luce dei negozi o il tipo di carta utilizzata nelle confezioni.

Pensi che la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti potrebbe essere migliorata?

Sì sarebbe meglio se ci fosse una segnalazione anche davanti, con la scritta sen-

za glutine così la gente capisce subito. Oppure trovare la segnalazione sempre nella stessa posizione in maniera da sapere che se la cerco la trovo in quel posto. In modo che non devi andare più a leggere ingrediente per ingrediente, che tante volte è nascosto sotto qualche nome ad esempio in latino e non si capisce. Anche per chi allergico ai latticini ho visto che vendono alla Migros dei prodotti marchiati Aha!, che ha anche dei prodotti senza glutine, e lì c'è scritto proprio davanti senza uova e senza lattosio però non senza glutine, io non sapevo preempio se andava bene per me, così devi leggerti comunque l'etichetta per vedere se è presente e a volte capita appunto che sia nascosto con qualche nome o abbreviazione che non conosci. Come qui davanti in tre righe c'era che non c'era lattosio, uova e qualcos'altro e poi ho dovuto verificare io che all'interno c'era il glutine.

Ti è mai capitato di acquistare un prodotto e renderti conto successivamente che non era adatto alla tua dieta?

Sì, ho letto l'etichetta e secondo me era perfetto, poi l'ho cucinato e poi nel giro di dieci minuti ho capito che c'era qualcosa che non funzionava, però non era un prodotto con scritto senza glutine, ma pensavo io leggendo tutti gli ingredienti che non era contenuto, poi ho dovuto capire che invece era nascosto in un altro ingrediente. Quindi sarebbe meglio specificare la parola glutine.

All'interno dei negozi trovi subito i prodotti adatti alla tua alimentazione o riscontri delle difficoltà?

In Italia sono molto più avanti, qui devi proprio cercare nella speranza di capire e di trovare i prodotti, perché se vai in un negozio piccolo è un conto ma in un negozio grande cerchi o ti metti in contatto con la commessa e dici mi aiuti a trovare, altrimenti vai a cercarli e poi tante volte non saltano all'occhio per niente.

Come ha scoperto di essere celiachia?

Non sono celiaca dalla nascita. A me è capitato dopo la nascita di mio figlio, ho iniziato a star male e a 3 mesi dal parto sono finita all'ospedale, a primo impatto i medici non capivano, per una settimana mi hanno fatto un sacco di analisi da cima a fondo, parliamo del '88 in quel momento la celiachia non era molto conosciuta, infatti poi è arrivata una dottoressa e ha detto abbiamo scoperto cos'hai è celiachia, e cos'è la celiachia? Infatti poi ho scoperto di essermi alimentata completamente sbagliata in quel momento in cui son stata male, mangiavo il glutine che non avrei dovuto mangiare. Ho dovuto fare due anni senza, neanche mezzo biscotto, poi mi han fatto riniziare a mangiare per vedere se ero migliorata. Questa era la risposta nel '88 e nel '90. Oggi invece ti dicono di non mangiare proprio niente perché fa male al fegato e poi rischi tumori al colon. Io sicuramente l'avevo già prima, e l'avrò ereditato, solitamente

è più facile che lo ereditano le femmine, infatti mia figlia soffre di celiachia mentre mio figlio no. Secondo il dottore io l'avevo già ma il parto cesareo ha fatto scoppiare la celiachia facendomi presentare i primi sintomi. Anche a una mia collega è comparsa a 46 anni dopo un incidente in macchina ha iniziato a sentirsi male. La celiachia in questi casi era come dormiente e poi si è attivata. Io mi ricordo che prima mangiavo un sacco di pasta anche due piatti e non mi ha mai fatto niente e avrei già dovuto avere certi disturbi, così anche mia figlia da piccola ha sempre mangiato la pasta senza problemi e secondo me è stato la nascita di mio figlio per me, e di mio nipote per lei. Perché comunque continuando a mangiare alimenti contenenti glutine ho continuato ad infiammare il mio corpo fino allo scatenamento dei sintomi più gravi, infatti ci sono questi bili nell'intestino tenue che prendono le vitamine importanti del mangiare e da me erano piatti completamente, non esistevano più, il mio corpo non assorbiva più niente. Per questo è molto importante regolarsi col mangiare.

Elio, 20 anni, Svizzera**Di cosa soffri?**

Allergia alimentare.

A quali alimenti sei allergico o intollerante?

Mela, pesca, mandorle, nocciole, noci, arachidi, mais, sedano, finocchio, prezzemolo.

Trovi che gli allergeni siano segnalati in maniera chiara ed efficace sulle confezioni dei prodotti, o riscontri delle difficoltà nel riconoscerli?

Normalmente sono segnalati tutti allo stesso modo, sull'etichetta degli ingredienti e in fondo dove ci sono le informazioni per le persone allergiche. Mi è capitato di avere qualche difficoltà con prodotti le quali etichette sono state tradotte male, per esempio mi è capitato di leggere in tedesco e francese la parola "mele" (nelle rispettive lingue) mentre in italiano vi era scritto "miele". Trovo che errori del genere potrebbero causare seri problemi a persone che soffrono di allergie.

Vi capita di avere difficoltà a capire se è presente o meno l'allergene all'interno del prodotto?

Capita, a volte quando sull'etichetta è riportata la voce "spezie miste" o "miscela di spezie", tu sai solo che ci sono dentro chissà quante spezie ma non sai se sono comprese anche quelle che potrebbero farti star male.

Pensi che la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti potrebbe essere migliorata?

Decisamente sì, anche solo un cambio

di colore o un font più grande risalterebbe di più e faciliterebbe di molto la segnalazione.

Ti è mai capitato di acquistare un prodotto e renderti conto successivamente che non era adatto alla tua dieta?

Sì, è capitato recentemente con un pacchetto di patatine, confezione normalissima e quasi identica a quella classica se non per il fatto che c'era scritto "multi-grain" come sottotitolo. In queste patatine vi era del mais che purtroppo mi ha causato una pessima reazione allergica.

All'interno dei negozi trovi subito i prodotti adatti alla tua alimentazione o riscontri delle difficoltà?

No, nei negozi mi trovo bene, riesco sempre a trovare qualcosa che vada bene per me senza troppe difficoltà.

Dialogo con uno specialista

Di seguito viene riportata la trascrizione dell'intervista che ho sottoposto ad un esperto del campo¹¹, per riuscire a capire meglio questi due tipi di problematiche. Il dottore che ha risposto alle mie domande è un medico specialista di medicina interna specializzato in allergologia e immunologia clinica, che lavora presso il suo studio a Pregassona.

Che differenza c'è tra allergie e intolleranze alimentari?

Nell'allergia solitamente c'è implicato il sistema immunitario che produce degli anticorpi anomali che si chiamano IgE è un tipo di anticorpo particolare che da origine alle reazioni di tipo allergiche, quindi quando c'è un'allergia il paziente ha questi anticorpi che si chiamano IgE che possiamo trovare nel sangue che producono allergie alla nocciola per chi è allergico alla nocciola e poi possiamo verificarlo facendo test sulla pelle mettendo un estratto di nocciola che da origine a un ponfo rosso che gratta se questo paziente a questi anticorpi anomali che scatenano questa reazione allergica, questo è per noi la definizione di allergia. La definizione di intolleranza significa solitamente è quando ci sono delle reazioni avverse dove il sistema immunitario non è implicato, quindi se uno ha un'intolleranza al lattosio è perché ha un enzima che non digerisce il lattosio quindi il sistema immunitario non ha niente a che vedere, se uno ha un'intolleranza al fruttosio quando mangia la frutta li si gonfia la pancia, ma non c'entra niente il sistema immunitario perché manca l'enzima che digerisce il fruttosio. Tra questi c'è una sola eccezione la celiachia che non

è un'allergia fa parte delle intolleranze e lì il sistema immunitario però è implicato perché produce certe volte degli anticorpi diversi che si chiamano IgG che sono all'origine delle reazioni che portano un danno della mucosa intestinale che è quella tipica del celiaco, ecco una cosa che la gente pensa sempre che è sbagliatissima non è che l'allergia è grave e l'intolleranza non è grave che è un pò il concetto che ha la gente in giro. È grave allora ho l'allergia non è grave allora ho l'intolleranza. Non ha niente a che vedere, la celiachia è una malattia gravissima ed è un'intolleranza, mentre c'è gente allergica alle mele che li gratta un pò la bocca e non è grave per niente. Ecco questa è un pò la definizione di allergia e intolleranza.

Da quali fattori possono nascere allergie e intolleranze?

Sono discorsi completamente diversi, l'allergia è una cosa ereditaria quindi magari la mamma e il papà hanno il raffreddore da fieno e il bambino ha l'allergia alle spagnolette, agli arachidi o alla nocciola. Il perché uno da un giorno all'altro diventa allergico al sedano o all'arachide nessuno lo sa ancora c'è una predisposizione genetica bisogna mangiare l'alimento un pò di volte poi perché da un giorno all'altro il sistema immunitario comincia a produrre gli anticorpi anomali non si sa ancora non c'è una spiegazione che ti permette di dare una risposta, si diventa malati ma il perché lo si diventa non si sa.

Mentre per le intolleranze, noi usiamo molto poco la parola intolleranza a differenza dei colleghi naturopati da noi ci sono poche intolleranze c'è l'intolleranza

al lattosio, fruttosio, la celiachia, l'intolleranza all'istamina che è un'entità che non è così sicura che quando la gente la mangia si gratta. Per esempio l'intolleranza al lattosio è anche qui un po' genetica, c'è tanta gente che sviluppa un'intolleranza al lattosio perché ha nel suo dna il gene che deve un pò svilupparsi, questo è un pò ereditario. La celiachia è parzialmente ereditaria non lo è così in modo evidente però qui anche spesso in famiglia, ho dei pazienti che hanno il nonno o la nonna celiaca quindi hanno il rischio di sviluppare anche loro la celiachia. C'è una componente quindi genetica poi il perché a un certo punto perché uno sviluppa la malattia nelle allergie non sappiamo, nelle intolleranze è più semplice, ad esempio nell'intolleranza al lattosio la gente nasce con l'enzima per digerire il lattosio poi a un certo punto nel suo dna c'è l'ordine che questo enzima deve scomparire con l'età 7, 8, 15 anni e quindi viene a mancare dopo non c'è più quindi queste persone non possono più bere latte con lattosio se no si gonfia la pancia, flatulenza e questo è scritto nel dna, quindi è obbligatorio non ci sfuggi.

È possibile guarire da un'allergia o un'intolleranza?

Con quella genetica quando ti viene ti resta, la celiachia quando ti viene ti resta non te la togli più idem con l'intolleranza al fruttosio, quindi purtroppo quando ti viene non ti passa più. Le allergie ad esempio c'è gente che diventa allergico alle allergie alimentari. È diverso da adulti e bambini, molti bambini perdono l'allergia. Molto frequente l'allergia al latte di mucca nei

piccoli ci sono bambini che sono allattati non han problemi poi vengono messi al latte di mucca e si riempiono di ezema, diventano rossi si grattano, sono nervosi non dormono, allora lì li togli il latte e guariscono dopo tot mesi e questi bambini sono allergici al latte se li fai il test sulla pelle o del sangue risultano positivi al latte. Spesso questi bambini qui li lasci senza latte per un pò di anni e poi dopo glielo rimetti e hanno perso la loro allergia al latte, quasi tutti dai 6/7 anni hanno perso l'allergia al latte. Quindi le allergie alimentari nel bambino spesso vengono a scomparire diventando più grandi. Se uno da adulto diventa allergico ai gamberoni e ai crostacei se la tiene tutta la vita non li va più via, per cui per tutta la vita non potrà mai più mangiare crostacei. È molto diversa da un'allergia alimentare da bambino da un'allergia alimentare da adulto.

Da quanto tempo si parla di allergie e intolleranze alimentari?

Perché nell'ultimo se ne sente parlare sempre più spesso?

Di allergia se ne parla dal 1800, l'allergia è una cosa molto codificata abbiamo dei test affidabili, abbiamo delle diagnosi molto più precise, degli esami del sangue molto più affidabili e già da sempre sappiamo che ci sono le allergie alimentari. Di allergia si moriva già nel 3000 a.C. ad esempio un faraone è morto perché stato punto da un'ape, quindi le allergie ci sono sempre state erano meno diagnosticate forse anche perché c'erano anche meno allergologi. Le allergie alimentari stanno aumentando, il numero di allergici aumenta, la gente è sempre più allergica

e quindi c'è non solo più raffreddore da fieno o asma, ma anche più allergie alimentari. Un altro fattore importante per l'aumento è anche perché mangiamo molte più cose del passato, io vedo tante allergie al kiwi, cinquantanni fa il kiwi in Ticino non esisteva e nessuno in Ticino era allergico al kiwi, adesso c'è un sacco di gente allergica al kiwi, o allergica ai Lici o agli alimenti che sono arrivati dall'Asia ecc, che fanno anche tanta allergia, per cui capisci che anche molto legato all'alimentazione che è diventata molto più variata. Quando i nostri nonni mangiavano solo farina di castagne o erano allergici alla castagna o non avevano allergie. L'aumento del cibo ha implicato molte più allergie perché siamo esposti a molte più sostanze. C'è da dire che probabilmente ci sono dei cambiamenti anche proprio negli alimenti stessi che sono diventati un pò più allergizzanti e questo evidentemente è un altro fattore che può spiegare il fatto che ci sono più allergici alimentari. Ti segnalo che le allergie alimentari sono nell'ordine gli alimenti più allergizzanti in assoluto in Svizzera sono primo il sedano crudo che è quello che fa le allergie più gravi, subito dopo la nocciola, le nocciole le noci e le mandorle, e poi dopo ci sono tanti altri alimenti che possono fare allergia, lì poi dipende sempre dall'età adesso parlo piuttosto degli adulti, che tra le più gravi troviamo anche l'allergia ai crostacei. Nel bambino quelle che vediamo spesso sono latte uova farina, sono diciamo quelle che fanno spesso allergia nel bambino. Chi deve diventare allergico al latte lo diventa da bambino, non lo diventa da adulto, l'allergia al latte da adulto è rarissima.

Per quanto riguarda le intolleranze se ne sente parlare sempre di più perché è diventata la moda e tante persone che non sono neanche dottori fanno naturopati che prima facevano il fisioterapista o l'elettricista, si mettono a fare dei test che non sono affidabili e trovano un'intolleranza a tutti e quindi c'è in giro una caterba di gente che dice che ha intolleranze o che ha cose, ma in realtà non c'è nessuna prova scientifica che lo dimostri, per cui si parla tanto di intolleranza alimentare perché è la moda, i giornali sempre più ne parlano e quindi la gente va a fare i test del capello, della biorisonanza, test che purtroppo non hanno nessuna affidabilità, per cui c'è un sacco di gente che dice di soffrire d'intolleranze. Per quelle vere soprattutto per quanto riguarda la celiachia c'è un aumento certamente perché viene più diagnosticata di prima, prima non ci pensavamo, quindi adesso c'è molta più gente che soffre di celiachia perché stiamo molto più attenti a fare test col sangue e gastroscopia con la biopsia dell'intestino per fare la diagnosi, mentre vent'anni fa non ci pensavamo e non lo facevamo è aumentato il numero anche perché i dottori sono migliorati nel diagnosticarlo. Da un lato aumenta il numero di gente che è allergica, forse aumenta la gente che ha la celiachia però anche perché la diagnosticiamo di più, la diagnosticiamo meglio e poi c'è una caterba di gente che ha delle presunte intolleranze che quelle sono un po' la moda ecco.

Cosa ne pensa della segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti alimentari in Svizzera?

È pessima in Svizzera, devo dire la verità è una cosa catastrofica adesso c'è una revisione che si sta facendo a livello federale, verrà fuori una nuova ordinanza federale per l'etichettatura, perché si sono resi conto che non siamo molto compatibili, cioè non siamo a livello del resto dell'Europa. L'Europa ha delle normative molto più severe, molto più affidabili, molto più precise, il fabbricante deve scrivere tutto quello che c'è, se la fabbricazione è fatta in una catena di montaggio dove è passato un alimento che conteneva una sostanza allergizzante può contenere tracce di arachide, di nocciola, se è stato fabbricato nella stessa catena di montaggio dove hanno prodotto il giorno prima biscotti con le nocciole, poi però il giorno dopo ne producono senza anche se hanno fatto le pulizie nell'intervallo bisogna marcarlo. L'Europa sono già davanti, l'Italia è molto forte, molto migliore di noi, rispetto a quello che abbiamo noi in Svizzera proprio perché le etichette sono estremamente lacunose e devo dire che anche per me, quando io chiedo qui è molto più difficile che avere delle informazioni in Italia, in Italia se io scrivo mi rispondono, invece qui non mi rispondono neanche, perché io ho avuto delle reazioni allergiche volevo sapere cosa c'era in quel prodotto. Noi siamo veramente ancora un po' all'età della pietra in questo ambito, però ci sarà una revisione delle direttive a livello federale per cui probabilmente ci adegueremo alle direttive europee. Per esperienza personale ti garantisco che siamo un po' molto in dietro in Svizzera.

Grazie alla ricerca sono potuta partire con l'elaborazione del progetto, infatti molte parti di esso sono state realizzate con l'aiuto del materiale raccolto in questa prima parte. Con l'analisi della segnalazione degli allergeni all'interno dei packaging presenti sul mercato svizzero ho ricavato i punti principali del mio progetto:

Rigerarchizzazione dei contenuti all'interno dei prodotti, in quanto ho notato che gli ingredienti possono trovarsi in qualsiasi parte dell'imballaggio, ho deciso di andare a posizionare questi più le altre informazioni che possono essere utili per la salute del consumatore, come la tabella nutrizionale, sul retro della scatola, più o meno nella stessa posizione, a seconda della grandezza dell'imballaggio varierà la disposizione, in modo da riuscire a trovare tutte queste informazioni sempre nello stesso punto. Intervenendo sul retro delle confezioni la grafica frontale non viene modificata, e la percezione del prodotto sullo scaffale rimane invariata. All'interno dei supermercati si trova una moltitudine di marchi e simboli delle più svariate forme e tonalità, che rappresentano diversi gruppi di prodotti, come ad esempio vegan, bio e alcuni che indicano quali prodotti sono idonei per chi soffre soprattutto di celiachia e intolleranza al lattosio. Per questo motivo ho deciso di non utilizzare particolari gamme cromatiche per le mie icone, in modo tale da non andare ad aggiungere ulteriori elementi di confusione all'interno degli imballaggi o di contrasto con la grafica già realizzata e di riuscire ad integrarle in manie-

ra più naturale possibile all'interno delle confezioni.

Analizzando i diversi packaging ho notato che in alcuni veniva utilizzata una giustezza esagerata per la scrittura degli ingredienti, rendendo la lettura molto difficoltosa. Così, visto che in Svizzera c'è l'obbligo delle tre lingue nazionali, ho previsto di andare a dividere sempre i tre elenchi degli ingredienti e di non prevedere una giustezza del testo troppo ampia, per permettere ai consumatori di riuscire a trovare l'elenco degli ingredienti più fruibile.

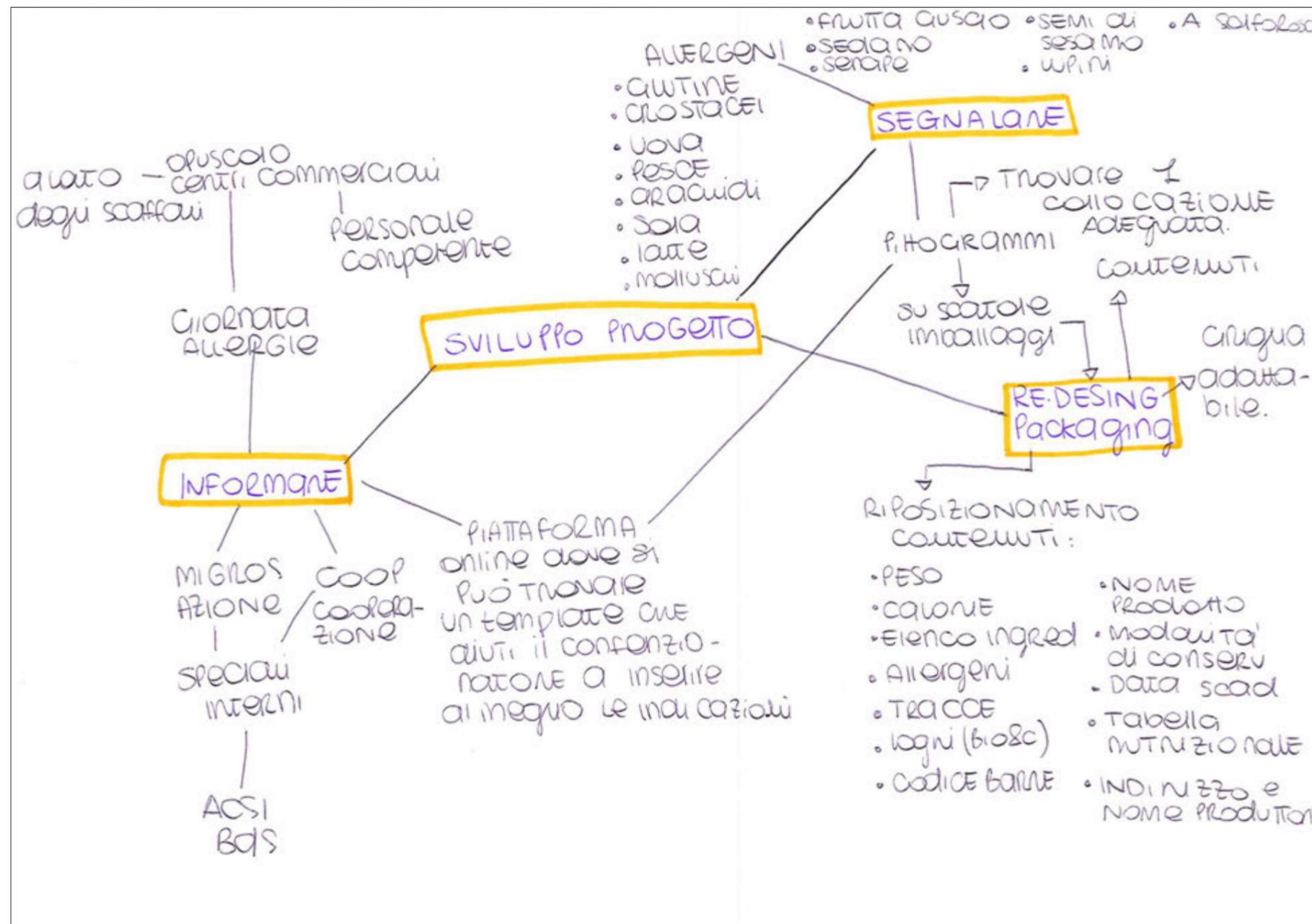
Secondo Neurath la lettura di un'infografica avviene attraverso tre sguardi, partendo da questa teoria ho definito la disposizione più adatta delle mie informazioni all'interno dei packaging.

Con il primo sguardo bisogna cogliere gli elementi più importanti, nel mio caso la disposizione degli ingredienti e l'applicazione delle mie icone dopo questi. Grazie al secondo sguardo vengono colti gli elementi meno importanti, come la suddivisione degli ingredienti nella propria lingua e infine con l'ultimo sguardo vengono colti i dettagli cioè gli allergeni presenti all'interno del prodotto.

La fase di ricerca che è stata fondamentale nella parte progettuale è stata quella del sondaggio fra i diretti interessati, infatti mi ha permesso di capire che realmente c'è bisogno di migliorare la segnalazione degli allergeni dimostrando veritiera la mia ipotesi iniziale, quali sono le problematiche maggiori che riscontrano nella lettura degli ingredienti, come

ad esempio non sempre viene specificato il nome esatto dell'allergene, ma questo si nasconde sotto il nome di un altro ingrediente, per esempio il glutine è contenuto in moltissimi ingredienti e a meno che non si va a far la spesa con la lista di quali sono è difficile ricordarseli. Da tutto questo sono riuscita a ricavare degli spunti che mi hanno permesso di sviluppare ulteriormente il mio progetto.

Progetto



Per la fase di progettazione ho definito tre parole chiave che ho ricavato dalla mia ricerca, le quali mi hanno aiutato a delineare la struttura del mio progetto. I termini in questione sono:

- *Segnalazione*, che avviene attraverso una serie di 14 pittogrammi che rappresentano gli allergeni, questi serviranno per aiutare il consumatore a capire quali sono i prodotti più adatti alla sua alimentazione.

- *Re-design*, cioè andare a ridisegnare le griglie di impaginazione all'interno dei packaging alimentari, in maniera da capire quale sia la posizione migliore per permettere al consumatore di trovare le giuste informazioni che tutelano la sua salute. Questa parte di progetto prevede la realizzazione di packaging "tipo" che un qualunque progettista, che si occupa della realizzazione di imballaggi, potrà consultare attraverso un portale on-line.

- *Informare*, l'ultima parte di progetto prevede una sensibilizzazione di questa tematica che potrà avvenire attraverso differenti modalità: durante la Giornata delle Allergie verranno distribuiti all'interno dei centri commerciali degli opuscoli informativi, che spiegheranno la funzione dei nuovi pittogrammi posizionati sulle scatole, in più saranno previsti degli inserti informativi all'interno delle riviste destinate ai consumatori come ad esempio la Borsa della Spesa di Acsi, Azione di Migros e Cooperazione di Coop e dei manifesti che rappresentano le icone.

Ricerca visiva

Pittogrammi Allergeni



In questa pagina troviamo una raccolta di pittogrammi, realizzati da altri grafici, per la segnalazione degli allergeni non solo all'interno degli alimenti pre imballati ma anche all'interno di menù di alcune mense oppure di portali internet che trattano la tematica delle allergie e intolleranze alimentari.

Etichette



In questa tavola possiamo vedere i differenti sistemi di segnalazione degli allergeni utilizzati anche negli altri stati, come negli Stati Uniti o in Inghilterra. Trovo che l'utilizzo di simboli come il punto esclamativo racchiuso all'interno di un cerchio oppure di un triangolo non funzioni in quanto evoca una sostanza chimica e poco salutare l'intero prodotto. Più azzeccata invece la scelta di racchiudere in un riquadro i singoli allergeni presenti all'interno del prodotto in maniera scritta e staccata dall'elenco degli altri ingredienti, in questo modo si è sicuri quali sono presenti, soprattutto per il glutine, che, essendo contenuto in diversi tipi di farine e altri ingredienti con differenti nomi rischia, di non essere riconosciuto. Un'altra modalità che funziona è quella far risaltare gli allergeni all'interno della lista degli ingredienti attraverso l'utilizzo di un corpo differente del carattere tipografico, come ad esempio il bold.

Stili pittogrammi



Durante la ricerca visiva ho individuato diversi stili di pittogrammi che potrebbero funzionare per lo scopo del mio progetto, dopo una riflessione su quali potrebbero essere i più adatti per il mio scopo ho deciso di intraprendere tre possibili vie. La prima più realistica attraverso silhouette dei vari allergeni, la seconda attraverso una stilizzazione più geometrica di questi e infine una più astratta riprendendo dei macro dettagli dei singoli elementi.

Segnalazione

Come già detto in precedenza il mio progetto si divide in più fasi, quella principale è la fase di segnalazione, dove voglio andare a creare dei pittogrammi che indicano quali allergeni sono contenuti nei prodotti alimentari.

Ho deciso di elaborare tre differenti varianti, la prima più realistica rappresentando i vari allergeni tramite le loro silhouette, la seconda attraverso una stilizzazione di questi e nella terza utilizzando un linguaggio più astratto con la rappresentazione dei macro dettagli dei singoli elementi.

Silhouette

Variante 1

Per questa prima variante ho deciso di utilizzare la strada della silhouette, ma durante la realizzazione mi sono resa conto che questo stile non si presta per

lo scopo del mio progetto, infatti alcuni elementi sono troppo dettagliati e con una riproduzione ridotta sono poco riconoscibili e creano confusione.



Astrazione

Variante 2

Nella seconda proposta gli allergeni sono stati rappresentati attraverso l'astrazione di alcuni macro dettagli. Questa

ipotesi è stata abbandonata perché non soddisfaceva le mie aspettative e alcuni risultavano molto simili o poco chiari.



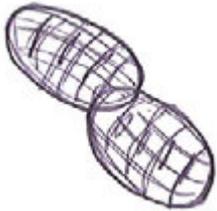
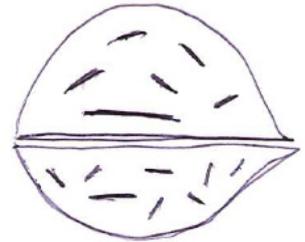
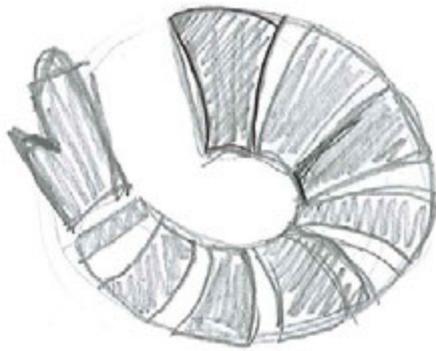
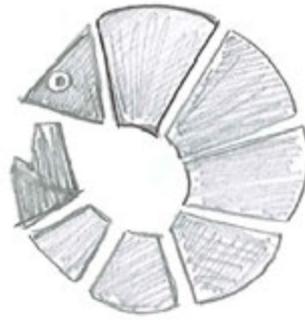
Stilizzazione

Variante 3 - Schizzi

La terza ed ultima variante è quella definitiva che ho utilizzato per la segnalazione della presenza degli allergeni all'interno dei prodotti. Si tratta di una stilizzazione, dei quattordici ingredienti, attra-

verso l'aiuto di forme geometriche. Grazie all'utilizzo di linee semplici e campiture piene i pittogrammi sono facilmente fruibili in scala ridotta.



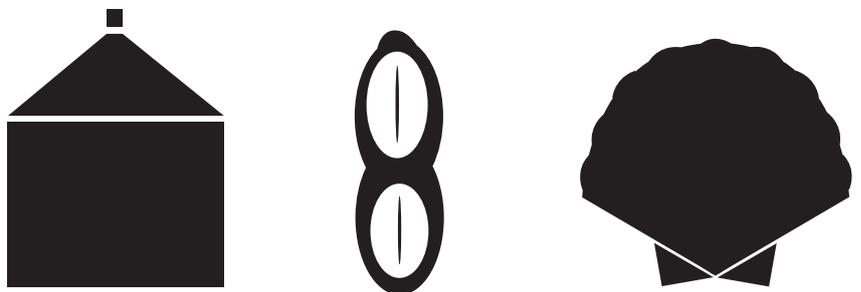
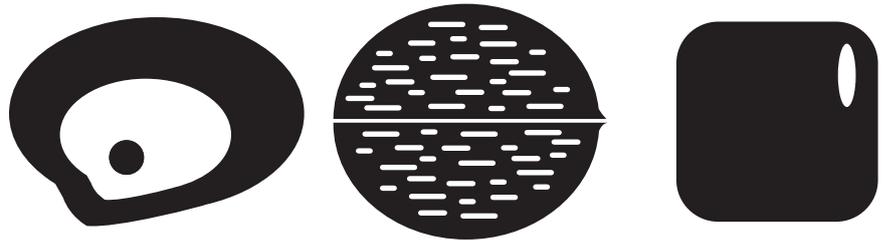
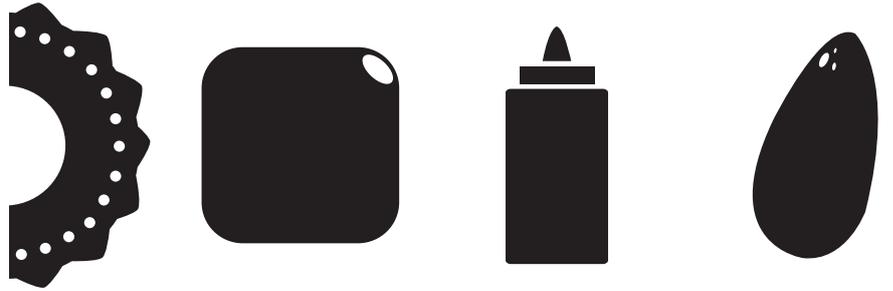


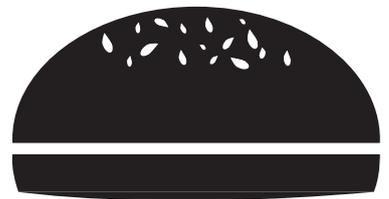
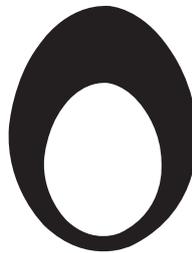
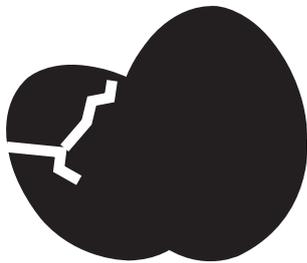
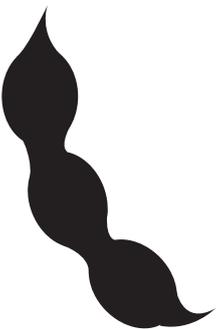
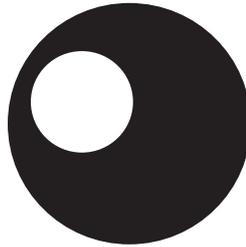
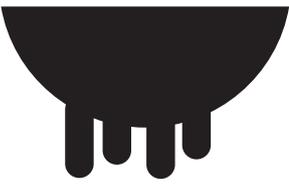
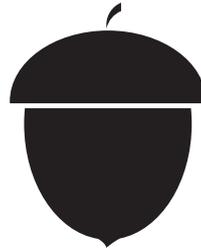
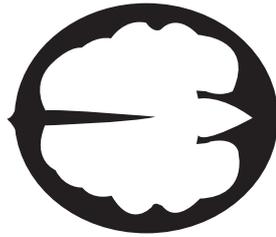
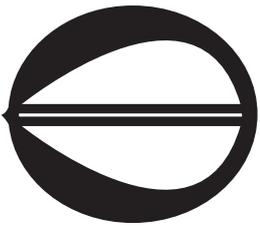
PROGETTO

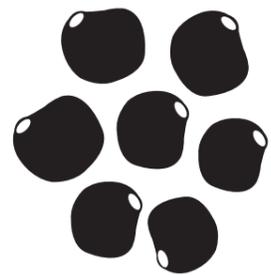
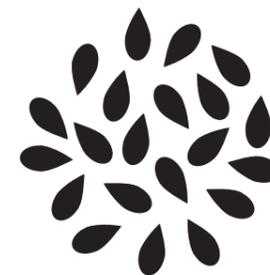
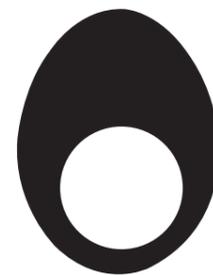
SEGNALARE

Stilizzazione

Primi proposte a computer







SO₂



Re-design

Dopo aver trovato un linguaggio non verbale per la segnalazione degli allergeni ho riorganizzato i contenuti informativi dei packaging, in modo tale da rendere più fruibili le informazioni al consumatore e capire quale sia la miglior collocazione per la simbologia che sono andata a creare.

In queste prime prove di declinazione dei pittogrammi sul packaging, gli allergeni si trovano all'interno di una fascia, in essa sono stati riportati tutti e quattordici gli allergeni (in questa fase ne è stato ripetuto solamente uno per dare un'idea) in modo da andare a creare un sistema semaforico degli allergeni, ovvero attraverso il colore rosso verranno segnalati gli allergeni che sono contenuti all'interno del prodotto, in giallo le possibili tracce che possono essere contenute e in verde quelli che non sono presenti, in maniera

che il consumatore abbia sempre sott'occhio la lista di tutti gli allergeni. Nelle due varianti la lista degli ingredienti è stata riportata in due differenti modi, la prima come sono riportati all'interno della scatola originale, le tre lingue sono riportate una di seguito all'altra, nella seconda ho deciso di dividere le tre lingue, in quanto la gabbia di testo precedente era troppo larga e in questa maniera trovo che la lettura degli ingredienti risulti più facilitata.

Petit Beurre mit Schokolade/Petit-beurre avec du chocolat/Petit Beurre con cioccolato (D) Zutaten: Milchsokolade 45% (Rohrohrzucker [Paraguay], Kakaobutter [Dominikanische Republik], Vollmilchpulver [Schweiz], Kakaomasse [Ecuador], Magermilchpulver, gemahlene Vanilleschoten), Halbweissmehl (Weizen [Schweiz, Europa, Nord- und Südamerika]), Rohrohrzucker (Paraguay, Argentinien), Vollkornmehl 8% (Weizen [Schweiz, Europa, Nordamerika]), Butter 5% (Schweiz), Weizenstarke, Magermilchpulver, Weizengriess, Vollei, Kochsalz, Backtriebmittel (E 503, E 500), Vanilleextrakt, Glucosesirup, Emulgator (E 322 aus Soja). Alle landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus biologischem Anbau. **(F) Zutaten:** Milchsokolade 45% (Rohrohrzucker [Paraguay], Kakaobutter [Dominikanische Republik], Vollmilchpulver [Schweiz], Kakaomasse [Ecuador], Magermilchpulver, gemahlene Vanilleschoten), Halbweissmehl (Weizen [Schweiz, Europa, Nord- und Südamerika]), Rohrohrzucker (Paraguay, Argentinien), Vollkornmehl 8% (Weizen [Schweiz, Europa, Nordamerika]), Butter 5% (Schweiz), Weizenstarke, Magermilchpulver, Weizengriess, Vollei, Kochsalz, Backtriebmittel (E 503, E 500), Vanilleextrakt, Glucosesirup, Emulgator (E 322 aus Soja). Alle landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus biologischem Anbau. **(I) Ingredienti:** cioccolato al latte 45% (zucchero di canna greggio [Paraguay], burro di cacao [Repubblica Dominicana], latte intero in polvere [Svizzera], pasta di cacao [Ecuador], latte magro in polvere, semola di frumento, uovo intero, sale da cucina, agenti lievitanti (E 503, E 500) estratto di vaniglia, sciroppo di glucosio, emulsionante (E 322 di soia). Tutti gli ingredienti agricoli provengono da coltivazioni biologiche.

Allergie-Info



Trocken und kuhl (nicht im Kuhltschrank) aufbewahren. Nach dem Offen wieder gut verschliessen oder Inhalt in eine Vorratsdose aufbewahren. Conserver au sec et au Frais (sans réfrigération). Bien refermer l'emballage après ouverture ou en conserver le contenu dans une boîte hermétique. Conservare in luogo asciutto e fersco (non in frigo). Richiedere bene la confezione una volta aperta o conservare il contenuto in un barattolo provviste.

FOODPROFIL

Nährwerte =/ Valeurs nutritives moyennes	100g	ca./env. 3 Stück/ pièces (30g)	
Energie/énergie	2080 kJ (498 kcal)	148 kcal	7%
Eiweiss/proteïnes	9 g	2,7 g	5%
Kohlenhydrate/glucides	62 g	18,6 g	7%
davon Zucker/ dont sucres	39 g	11,7 g	13%
Fett/lipides	23 g	6,9 g	10%
davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saturés	14 g	4,2 g	21%
Nahrungsfasern/fibres alimentaires	2,5 g	0,8 g	3%
Natrium/sodium	0,20 g	0,06 g	3%
Kochsalz/ sei de cuisine	0,5 g	0,2 g	3%

Coop
Info Service, Postfach 2550, 4002 Basel
Info-Tel. 0848 888 444*, www.coop.ch
*Nationaler Tarif/tarif national/Tariffa Nazionale



1000001215

Petit Beurre mit Schokolade (D) Zutaten: Milchsokolade 45% (Rohrohrzucker [Paraguay], Kakaobutter [Dominikanische Republik], Vollmilchpulver [Schweiz], Kakaomasse [Ecuador], Magermilchpulver, gemahlene Vanilleschoten), Halbweissmehl (Weizen [Schweiz, Europa, Nord- und Südamerika]), Rohrohrzucker (Paraguay, Argentinien), Vollkornmehl 8% (Weizen [Schweiz, Europa, Nordamerika]), Butter 5% (Schweiz), Weizenstarke, Magermilchpulver, Weizengriess, Vollei, Kochsalz, Backtriebmittel (E 503, E 500), Vanilleextrakt, Glucosesirup, Emulgator (E 322 aus Soja). Alle landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus biologischem Anbau.

Petit-beurre avec du chocolat (F) Zutaten: Milchsokolade 45% (Rohrohrzucker [Paraguay], Kakaobutter [Dominikanische Republik], Vollmilchpulver [Schweiz], Kakaomasse [Ecuador], Magermilchpulver, gemahlene Vanilleschoten), Halbweissmehl (Weizen [Schweiz, Europa, Nord- und Südamerika]), Rohrohrzucker (Paraguay, Argentinien), Vollkornmehl 8% (Weizen [Schweiz, Europa, Nordamerika]), Butter 5% (Schweiz), Weizenstarke, Magermilchpulver, Weizengriess, Vollei, Kochsalz, Backtriebmittel (E 503, E 500), Vanilleextrakt, Glucosesirup, Emulgator (E 322 aus Soja). Alle landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus biologischem Anbau.

Petit Beurre con cioccolato (I) Ingredienti: cioccolato al latte 45% (zucchero di canna greggio [Paraguay], burro di cacao [Repubblica Dominicana], latte intero in polvere [Svizzera], pasta di cacao [Ecuador], latte magro in polvere, steccche di vaniglia macinata), farina sembianca (frumento [Svizzera, Europa, America del Nord e del Sud]), zucchero di canna greggio (Paraguay, Argentina), farina integrale 8% (frumento [Svizzera, Europa, America del Nord]), burro 5% (svizzera), amido di frumento, latte magro in polvere, semola di frumento, uovo intero, sale da cucina, agenti lievitanti (E 503, E 500) estratto di vaniglia, sciroppo di glucosio, emulsionante (E 322 di soia). Tutti gli ingredienti agricoli provengono da coltivazioni biologiche.

Allergie-Info



Trocken und kuhl (nicht im Kuhltschrank) aufbewahren. Nach dem Offen wieder gut verschliessen oder Inhalt in eine Vorratsdose aufbewahren. Conserver au sec et au Frais (sans réfrigération). Bien refermer l'emballage après ouverture ou en conserver le contenu dans une boîte hermétique. Conservare in luogo asciutto e fersco (non in frigo). Richiedere bene la confezione una volta aperta o conservare il contenuto in un barattolo provviste.

FOODPROFIL

Nährwerte =/ Valeurs nutritives moyennes	100g	ca./env. 3 Stück/ pièces (30g)	
Energie/énergie	2080 kJ (498 kcal)	148 kcal	7%
Eiweiss/proteïnes	9 g	2,7 g	5%
Kohlenhydrate/glucides	62 g	18,6 g	7%
davon Zucker/ dont sucres	39 g	11,7 g	13%
Fett/lipides	23 g	6,9 g	10%
davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saturés	14 g	4,2 g	21%
Nahrungsfasern/fibres alimentaires	2,5 g	0,8 g	3%
Natrium/sodium	0,20 g	0,06 g	3%
Kochsalz/ sei de cuisine	0,5 g	0,2 g	3%

Coop
Info Service, Postfach 2550, 4002 Basel
Info-Tel. 0848 888 444*, www.coop.ch
*Nationaler Tarif/tarif national/Tariffa Nazionale



1000001215

Acceso/Spento

Declinazione 2

All'interno di questa variante ho deciso di inserire gli allergeni contenuti con tonalità al 100% e quelli che potrebbero esserci delle possibilità di tracce all'interno con una tonalità più bassa, in modo da creare un effetto di acceso quando l'allergene è presente all'interno della confezione e di spento quando c'è la possibilità che il prodotto sia stato contamina-

to durante la produzione. Gli ingredienti sono stati suddivisi in tre blocchi di testo differenti, uno per ogni lingua e per rendere più visibili gli allergeni sono stati evidenziati con la variante del carattere in bold, in maniera tale da permettere al consumatore una verifica più immediata degli ingredienti.

Bio muesli croccante al cioccolato
Muslei al forno da agricoltura biologica controllata con cioccolato
Ingredienti: **Fiocchi di frumento integrali***(39%), zucchero di canna greggio*, **cioccolato al latte** (10%) (zucchero di canna greggio*, **latte intero in polvere***, burro di cacao*, massa di cacao*, leiciti di girasole*), grasso vegetale*, **fiocchi d'orzo integrali***, fondente di cocco*, **farina d'avena integrali***(2%), sciroppo di glucosio*, miele*, sale.
Può contenere tracce di arachidi e altri tipi di noce.

Bio-Müsli knackiger Schokolade
Muslei mit zertifizierten Bio-Schokolade gebacken
Zutaten: **Weizenvollkornflocken*** (39%), Rohrohrzucker*, *Vollkornflocken, **Milchschokolade** (10%) (Rohrohrzucker*, **Vollmilchpulver it ***, Kakaobutter*, Massen Kakao*, Sonnenblumenleicita*), **pflanzliches Fett***, Flocken* Gerstenkörner, dunkle Schokolade Kokosnuss*, **Mehl Hafer** (2%), Glukosesirup*, Honig*, Salz.
Kann Spuren von Erdnüssen und anderen Nüssen enthalten.

Muesli bio chocolat croquant
Musli au four avec du chocolat certifié bio
Ingédients: **flocons de blé entier*** (39%), sucre de canne *, flocons de blé entier, **le chocolat au lait** (10%) (sucre brut de canne*, lait entier en poudre, il*, **beurre de cacao***, masse cacao*, tournesol* leicita), **graisse végétale***, **flocons grains d'orge**, de noix de coco chocolat noir*, **farine du grains d'avoine** (2%), sirop de glucose*, miel*, sel.
Peut contenir des traces d'arachides et d'autres noix.

Allergie-info



500 g




1000001215

Tabella nutrizionale

Scala

Declinazione 3

In quest'ultima variante ho deciso di inserire gli allergeni contenuti con una determinata grandezza, mentre quelli di cui ci potrebbero essere tracce con una grandezza ridotta, in modo da far risaltare subito all'occhio quali sono presenti e successivamente quelli che potrebbero essere contenuti. Ogni allergene è stato

racchiuso all'interno di un singolo riquadro, trovo però che questo stratagemma non funzioni perché genera troppa confusione all'interno dell'intera composizione.

Gli ingredienti sono stati tratti nella stessa maniera della variante precedente.

Bio muesli croccante al cioccolato
Museli al forno da agricoltura biologica controllata con cioccolato
Ingredienti: Flocchi di frumento integrali* (39%), zucchero di canna greggio*, cioccolato al latte (10%) (zucchero di canna greggio*, latte intero in polvere*, burro di cacao*, massa di cacao*, leicita di girasole*), grasso vegetale*, flocchi d'orzo integrali*, fondente di cocco*, farina d'avena integrali* (2%), sciroppo di glucosio*, miele*, sale.
 Può contenere tracce di arachidi e altri tipi di noce.

Bio-Müsli knackiger Schokolade
Museli mit zertifizierten Bio-Schokolade gebacken
Zutaten: Weizenvollkornflocken* (39%), Rohrzucker*, *Vollkornflocken, Milchsokolade (10%) (Rohrzucker*, Vollmilchpulver it *, Kakaobutter*, Massen Kakao*, Sonnenblumen leicita*), pflanzliches Fett*, Flocken* Gerstenkörner, dunkle Schokolade Kokosnuss*, Mehl Hafer (2%), Glukosesirup*, Honig*, Salz.
 Kann Spuren von Erdnüssen und anderen Nüssen enthalten.

Muesli bio chocolat croquant
Museli au four avec du chocolat certifié bio
 Ingrédients: flocons de blé entier* (39%), sucre de canne *, flocons de blé entier, le chocolat au lait (10%) (sucre brut de canne*, lait entier en poudre, il*, beurre de cacao*, masse cacao*, tournesol* leicita), graisse végétale*, flocons grains d'orge, de noix de coco chocolat noir*, farine du grains d'avoine (2%), sirop de glucose*, miel*, sel.
 Peut contenir des traces d'arachides et d'autres noix.

Allergie-info

Tabella nutrizionale

500 g



1000001215

Declinazione 4

Dopo svariate considerazioni sono giunta alla conclusione di non adottare nessuno dei tre precedenti metodi, in quanto su alcune tipologie di imballaggi lo spazio a disposizione è molto ridotto e in più utilizzando le stesse icone con due linguaggi diversi, uno per indicare gli allergeni contenuti e l'altro per le possibili tracce, ho paura di generare ulteriore

confusione al consumatore. Per questo motivo ho deciso di inserire i pittogrammi nella maniera più neutra possibile, essi saranno posizionati direttamente dopo l'elenco degli ingredienti e a seconda della dimensione della scatola varierà la dimensione, anche se non scenderanno mai sotto l'altezza di 5 mm.

Bio muesli croccante al cioccolato
Muslei al forno da agricoltura biologica controllata con cioccolato
Ingredienti: **Fiocchi di frumento integrali***(39%), zucchero di canna greggio*, **cioccolato al latte** (10%) (zucchero di canna greggio*, **latte intero in polvere***, burro di cacao*, massa di cacao*, lecitina di girasole*), grasso vegetale*, **fiocchi d'orzo integrali***, fondente di cocco*, **farina d'avena integrali*** (2%), sciroppo di glucosio*, miele*, sale. Può contenere tracce di arachidi e altri tipi di noce.

Bio-Müsli knackiger Schokolade
Muslei mit zertifizierten Bio-Schokolade gebacken
Zutaten: **Weizenvollkornflocken*** (39%), Rohrohrzucker*, *Vollkornflocken, **Milchschokolade** (10%) (Rohrohrzucker*, **Vollmilchpulver it ***, Kakaobutter*, Massen Kakao*, Sonnenblumen lecitina*), **pflanzliches Fett***, Flocken* Gerstenkörner, dunkle Schokolade Kokosnuss*, **Mehl Hafer** (2%), Glukosesirup*, Honig*, Salz.
 Kann Spuren von Erdnüssen und anderen Nüssen enthalten.

Muesli bio chocolat croquant
Muesli au four avec du chocolat certifié bio
Ingredients: **flocons de blé entier*** (39%), sucre de canne*, flocons de blé entier, **le chocolat au lait** (10%) (sucre brut de canne*, lait entier en poudre, il*, **beurre de cacao***, masse cacao*, tournesol* lecitina), **graisse végétale***, **flocons grains d'orge**, de noix de coco chocolat noir*, **farine du grains d'avoine** (2%), sirop de glucose*, miel*, sel.
 Peut contenir des traces d'arachides et d'autres noix.

FOODPROFIL

	Pro 100 g/ Pour 100 g/ Per 100 g	Pro Portion/ Par Portion/ Per porzione (50g)	% GDA (50g)
Brennwert/ Valeur énergétique/ Valore energetico	2018kJ 483kcal	1011kJ 242kcal	12% 12%
Elweiss/ Protéines/ Proteine	10,2 g	5,1 g	10%
Kohlenhydrate/ Glucides/ Carboidrati davon Zucker/ dont sucres/ di cui zuccheri	53,8 g 20,2 g	26,9 g 10,1 g	10% 11%
Fett/ Lipides/ Grassi davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saturés/ di cui acidi grassi saturi	23,3 g 12,2 g	11,7 g 6,1 g	17% 31%
Ballaststoffe/ Fibres alimentaires/ Fibre alimentari	8,5 g	4,3 g	17%
Natrium/ Sodium/ Sodio	0,19 g	0,10 g	4%

*GDA (Guideline Daily Amount) = Richtwert für die Tageszufuhr, basierend auf einer Ernährung von täglich 2000 kcal (Quelle: FoodDrinkEurope).
 GDA=RN: Réperes nutritionnels journaliers, basés sur une alimentation journalier de 2000 kcal (source: FoodDrinkEurope).
 GDA=Valore indicativo della quantità giornaliera, basato su una alimentazione di 2000 Kcal al giorno (Fonte:FoodDrinkEurope).

Hergestellt von: DE-VAU-GE
 Produit par: Gesundkostwerk Deutschland GmbH
 Prodotto da: Lüneer Rennbahn 18-D-21339 Lüneburg

500 g

Prove dimensioni

Per non far entrare in conflitto i pittogrammi con il resto del packaging le dimensioni ideali da utilizzare sono comprese fra i 7 mm e i 5 mm, a seconda della dimensione dell'imballaggio, in quan-

to diminuendo la scala si rischia di perdere la leggibilità di questi e aumentandola di farli risaltare troppo, mettendo in secondo piano le altre informazioni.

Corn Flakes

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fructose, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



10 mm [

Variante 10 mm

Corn Flakes

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fructose, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



7 mm [

Variante 7 mm

Corn Flakes

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fructose, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



5 mm [

Variante 5 mm

Corn Flakes

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fructose, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



3 mm [

Variante 3 mm

Prove griglia

I pittogrammi vengono inseriti con un allineamento a sinistra, di seguito alla lista degli ingredienti, posti alla stessa distanza che separa i tre blocchi di testo, questo varierà a seconda delle dimensioni del packaging. Ogni pittogramma viene inserito a 3 mm di distanza da quello precedente. In questa maniera è possibile inserire all'interno dell'imballaggio un numero massimo di 6 allergeni con le

icone da 7 mm, mentre con la grandezza di 5 mm si possono inserire fino a 7 pittogrammi. Non esiste un numero massimo di allergeni che un alimento può contenere, dalle mie ricerche sul campo ho trovato al massimo cinque allergeni all'interno della stessa confezione. Ho preso in considerazione anche l'utilizzo di una griglia prestabilita con lo stesso spazio per ogni pittogramma, ma ho de-

ciso di scartare questa ipotesi in quanto ogni pittogramma occupa una larghezza diversa. Un'altra proposta era quella di occupare l'intera giustezza del testo, quest'idea potrebbe funzionare con almeno 6 allergeni, con un numero minore si creano degli spazi troppo ampi fra un pittogramma e l'altro.

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingédients: cornflakes 49% (mais, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

5 mm [

Y Y Y Y

Y= 3 mm

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingédients: cornflakes 49% (mais, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

7 mm [

Y Y Y

Y= 3 mm

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingédients: cornflakes 49% (mais, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

5 mm [

X X X X X X X X X

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingédients: cornflakes 49% (mais, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

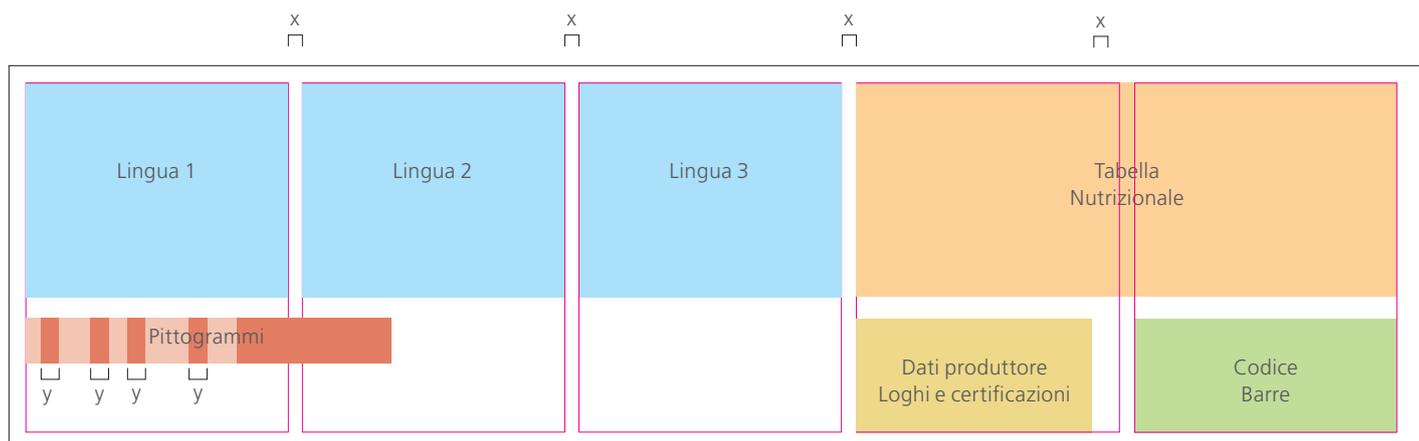
Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Griglie

Formato orizzontale

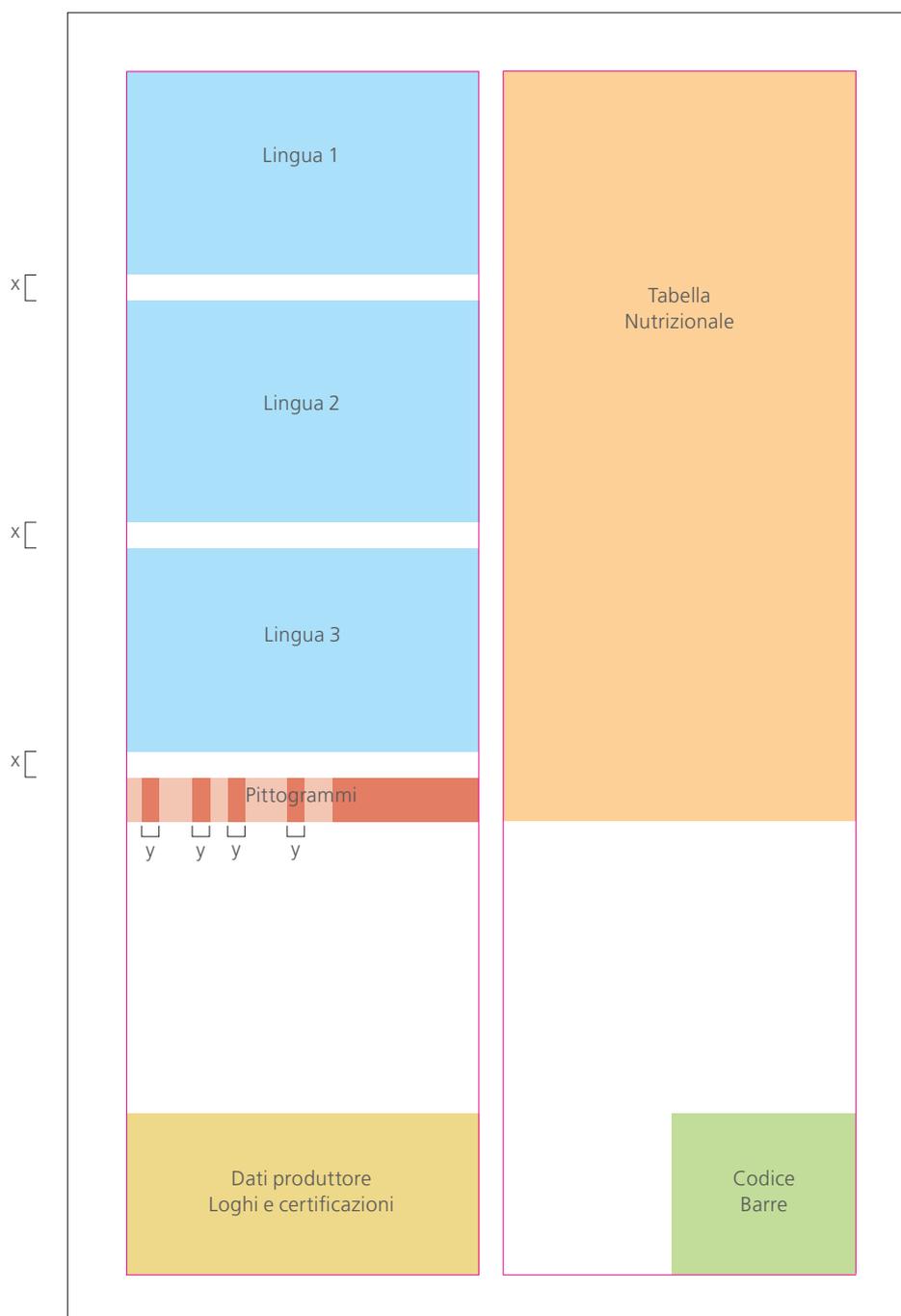
Di seguito vengono riportate due esempi di griglia da applicare agli imballaggi pensate per facilitare la lettura. Se si lavora su un formato orizzontale si consiglia di dividere lo spazio in cinque colonne dedicando una colonna per ogni lin-

gua e due colonne per inserire la tabella nutrizionale. Mentre su un formato verticale si consiglia una divisione in due colonne, una per gli ingredienti e una per la tabella nutrizionale.



Griglie

Formato verticale



Prove colore

Fin da subito ho deciso di non attribuire nessuna particolare gamma cromatica ai pittogrammi, in maniera tale da non andare a creare elementi di disturbo o conflitti cromatici all'interno dei packaging, così ho deciso di provare con di-

verse scale di grigio, ma nessuno dei risultati mi ha soddisfatto per questo motivo ho deciso di optare per l'utilizzo del bianco o del nero a seconda dello sfondo del packaging.

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



Nero 100%

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



Grigio 80%

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



Grigio 50%

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.



Grigio 30%

Leggibilità

Di seguito sono riportati alcuni esempi di come varia la leggibilità delle icone a seconda dello sfondo.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Tipografia

Uno dei motivi che mi ha portato ad affrontare questo tema è anche la difficoltà riscontrata nella lettura degli ingredienti per l'utilizzo di caratteri tipografici poco adatti. Molto spesso infatti si utilizzano font con un corpo ridotto per questioni di spazio oppure font molto condensati che rendono la lettura complicata. Grazie a queste considerazioni iniziali ho deciso di proporre un carattere che anche riprodotto in formati ridotti risulta ben leggibile, si tratta del Frutiger. In

ogni fustella che sono andata a ricreare infatti vado a consigliare sia la dimensione del carattere che l'interlinea da utilizzare per una buona leggibilità degli ingredienti. Di seguito è possibile osservare alcune prove che dimostrano che il Frutiger si presta di più per lo scopo rispetto ad altri caratteri. Per una buona leggibilità si consiglia di non scendere mai sotto i 5 punti di testo.

Per rendere le informazioni più fruibili dal consumatore ho deciso di dividere gli in-

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin.**

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja.**

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: **Cornflakes 49%** (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin.**

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: **cornflakes 49%** (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, émulsifiant: **lécithine de soja.**

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: **cornflakes 49%** (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: **Cornflakes 49%** (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin.**

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: **cornflakes 49%** (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, émulsifiant: **lécithine de soja.**

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: **cornflakes 49%** (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**

gredienti secondo le tre lingue differenziate in tre blocchi separati e di evidenziare in bold gli allergeni all'interno della lista, in modo tale da renderli più visibili all'interno della lista anche se si utilizza un corpo ridotto.

INGREDIENTI FRUTIGER CE 45 LIGHT
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz0123456789

ALLERGENI FRUTIGER CE 65 BOLD
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz0123456789

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes

Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, **émulsifiant: lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Getreidestängel mit cornflakes

Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktpulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bastoncino di cereali con cornflakes

Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Fustelle

Qui di seguito vengono riportati degli esempi di fustella che ho riprodotto inserendo le mie griglie di rimpaginazione. Visto che sul mercato esistono svariate misure e forme di imballaggi ho deciso di riprendere alcune misure standard che si possono trovare all'interno dei supermercati. In ogni fustella mi sono occupata della griglia della parte posteriore dell'imballaggio tralasciando la parte grafica così da proporre al progettista una fustella più neutra possibile, ma con una struttura chiara e precisa degli elementi che sono andata a trattare. Questa scelta nasce anche dalla volontà di non voler andare ad interferire con il messaggio di marketing che ogni azienda vuole dare di sé attraverso i propri imballaggi.

Layout misura grande

Dimensioni: 19 cm (b) x 27,2 cm (h) x 7,5 cm (p)



Margini

Inferiore: 7 mm
Superiore: 144 mm
Sinistro: 5 mm
Destro: 5 mm

Colonne

Numero 5
Spazio 5 mm

Testo

Corpo 9 pt
Interlinea 11 pt
Spazio tra i blocchi: 5 mm

Pittogrammi

Distanza dal testo 5 mm
Altezza 7 mm

1. Ingredienti nelle tre lingue
2. Applicazione dei pittogrammi
3. Tabella nutrizionale
4. Indirizzo produttore
5. Eventuali loghi o certificazioni, es logo Bio

1. Maisflocken
Zutaten: Mais 92% (Italien), Zucker, Speisesalz, Gerstenmalzextrakt, Emulgator: E322 (Sonnenblumenlecithin).
Alle landwirtschaftlichen Zutaten stammen aus biologischer Produktion.
Allergene: Enthält Gluten. Kann Spuren von Soja enthalten.

Flocons de maïs
Ingrédients: Maïs 92% (Italie), sucre, sel comestible, **extrait de malt d'orge**, émulsifiant: E322 (lécithine de tournesol). Tous les ingrédients agricoles sont issus de la production biologique.
Allergènes: Contient gluten. Contient d'éventuelles traces de soja.

Fiocchi di granoturco
Ingredienti: Mais 92% (Italia), zucchero, sale commestibile, **estratto di malto d'orzo**, emulsionante: E322 (lecitina de girasole). Tutti gli ingredienti di origine agricola sono di produzione biologica.
Allergeni: contiene glutine
Può contenere di soja.

2.

3. ODPROFIL

Nährwerte n/	100g	ca./env. 3 Stück/	% des Richtwertes für die Tageszufuhr eines durchschnittlichen Erwachsenen. Der Nährstoffbedarf variiert je nach Alter, Geschlecht, Körperlicher Aktivität etc. des réperes nutritionnels journaliers pour un adulte. Les besoins nutritionnels varient en fonction de l'âge, du sexe, de l'activité physique, etc.
Valeurs nutritives moyennes		pièces (30g)	
Energie/Energie	2080 kJ (498 kcal)	148 kcal	7%
Eiweiß/protéines	9 g	2,7 g	5%
Kohlenhydrate/glucides	62 g	18,6 g	7%
davon Zucker/ dont sucres	39 g	11,7 g	13%
Fett/lipides	23 g	6,9 g	10%
davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saturés	14 g	4,2 g	21%
Nahrungsfaser/nfibres alimentaires	2,5 g	0,8 g	3%
Natrium/nodium	0,20 g	0,06 g	3%
Kochsalz/ sel de cuisine	0,5 g	0,2 g	3%

4.
Anco Info-Service, Postfach 2550, 4002 Basel
Info-Tel. 0848 888 444*, www.anco.ch
*Numéro de Service 1666/2550/2550/2550

5.

Layout misura media

Dimensioni: 13,8cm (b) x 22cm (h) x 4,7cm (p)

Lato sinistro

Inserisci la tua grafica

Lato destro

Bio muesli croccante al cioccolato
Muslei al forno da agricoltura biologica controllata con cioccolato
Ingredienti: Focchi di frumento integrali* (39%), zucchero di canna greggio*, cioccolato al latte (10%) (zucchero di canna greggio*, latte intero in polvere*, burro di cacao*, massa di cacao*, leicita di girasole*), grasso vegetale*, focchi d'orzo integrali*, fondente di cocco*, farina d'avena integrali* (2%), sciroppo di glucosio*, miele*, sale. **Può contenere tracce di arachidi e altri tipi di noce.**

1. Bio-Müsli knackiger Schokolade
Muslei mit zertifizierten Bio-Schokolade gebacken
Zutaten: Weizenvollkornflocken* (39%), Rohrohrzucker*, *Vollkornflocken, **Milchschokolade** (10%) (Rohrohrzucker*, **Vollmilchpulver** it *, Kakaobutter*, Massen Kakao*, Sonnenblumenleicita*), **pflanzliches Fett***, Flocken* Gerstenkörner, dunkle Schokolade Kokosnuss*, **Mehl Hafer** (2%), Glukosesirup*, Honig*, Salz. **Kann Spuren von Erdnüssen und anderen Nüssen enthalten.**

Muesli bio chocolat croquant
Muslei au four avec du chocolat certifié bio
Ingredients: flocons de blé entier* (39%), sucre de canne *, flocons de blé entier, **le chocolat au lait** (10%) (sucre brut de canne*, lait entier en poudre, il*, **beurre de cacao***, masse cacao*, tournesol* leicita), **graisse végétale***, **flocons grains d'orzo**, de noix de coco chocolat noir*, **farine du grains d'avoine** (2%), sirop de glucose*, miel*, sel. **Peut contenir des traces d'arachides et d'autres noix.**

FOODPROFIL			
	Pro 100 g/ Pour 100g/ Per 100g	Pro Portion/ Par Portion/ Per porzione (50g)	% GDA (50g)
Brennwert/ Valeur énergétique/ Valore energetico	2018kJ 483kcal	1011kJ 242kcal	12% 12%
Elweiss/ Protéines/ Proteine	10,2 g	5,1 g	10%
Kohlenhydrate/ Glucides/ Carboidrati davon Zucker/ dont sucres/ di cui zuccheri	53,8 g	26,9 g	10%
Fett/ Lipides/ Grassi davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saturés/ di cui acidi grassi saturi	23,3 g	11,7 g	17%
Ballaststoffe/ Fibres alimentaires/ Fibre alimentari	12,2 g	6,1 g	31%
Natrium/ Sodium/ Sodio	8,5 g	4,3 g	17%
	0,19 g	0,10 g	4%

*GDA (Guideline Daily Amount) = Richtwert für die Tageszufuhr, basierend auf einer Ernährung von täglich 2000 kcal (Quelle: FoodDrinkEurope).
GDA=RN: Réperes nutritionnels journaliers, basés sur une alimentation journalier de 2000 kcal (source: FoodDrinkEurope).
GDA=Valore indicativo della quantità giornaliera, basato su una alimentazione di 2000 Kcal al giorno (Fonte:FoodDrinkEurope).

2.

4. Herstellert von: DE-VAU-GE
 Produkt par: Gesundkostwerk Deutschland GmbH
 Prodotto da: Lüner Rennbahn 18-D-21339 Lüneburg

5.

6. **500 g** **7.**

Lato da incollare

Margini
 Inferiore: 15 mm
 Superiore: 10 mm
 Sinistro: 10 mm
 Destro: 10 mm

Colonne
 Numero 2
 Spazio 7 mm

Testo
 Corpo 7 pt
 Interlinea 9,5 pt
 Spazio tra i blocchi: 5 mm

Pittogrammi
 Distanza dal testo 5 mm
 Altezza 7 mm

1. Ingredienti nelle tre lingue
2. Applicazione dei pittogrammi
3. Tabella nutrizionale
4. Indirizzo produttore
5. Eventuali loghi o certificazioni, es logo Bio
6. Peso del contenuto
7. Codice a barre

Layout packaging misura media

Dimensioni: 23,5 cm (b) x 6,5 cm (h) x 5,5 cm (p)

coop naturaplan
Petit Beurre au chocolat
 Mit Vollkornanteil | Avec des céréales complètes | Con cereali integrali

bio **150g**

coop naturaplan
Petit Beurre au chocolat
 Mit Vollkornanteil | Avec des céréales complètes | Con cereali integrali

bio **150g**

naturaplan
 Naturaplan mit Knospe – Bio ohne Kompromisse
 Dieses Produkt entspricht in Herstellung und Verarbeitung voll und ganz den strengen Richtlinien der Bio Suisse. Es übertrifft so deutlich die gesetzlichen Mindestanforderungen an Bio-Produkte.
 Die Einhaltung der Richtlinien wird im In- und Ausland von einer unabhängigen und staatlich anerkannten Kontrollorganisation überprüft.
www.coop.ch/naturaplan

Label Naturaplan avec bourgeon – Le bio sans compromis
 Ce produit a été fabriqué et transformé conformément aux directives strictes de Bio Suisse, qui vont nettement au-delà des exigences légales relatives aux produits biologiques.
 Un organisme de contrôle indépendant reconnu par l'Etat veille au respect des directives en Suisse comme à l'étranger.

Naturaplan con la gemma – Bio senza compromessi
 In tutte le fasi di produzione e lavorazione di questo prodotto vengono rispettate pienamente le direttive Bio Suisse, superando addirittura i requisiti minimi di legge per i prodotti biologici.
 Il rispetto di queste direttive viene controllato sia in Svizzera che all'estero da un'organizzazione indipendente riconosciuta dallo Stato.

ca./env. 3 Stück/ pièces (30g)
 Energie/écart 148 7%
 Zuckers/Sucres 11,7g 13%
 Fett/Lipides 6,9g 10%
 Gesättigte Fettsäuren/ Acides gras saturés 4,2g 21%
 Natrium/ Sel de cuisine 0,2g 3%
 % des Richtwertes für die Tageszufuhr eines durchschnittlichen Erwachsenen. Der Nährstoffbedarf variiert je nach Alter, Geschlecht, Körperlicher Aktivität etc. des repères nutritionnels journaliers pour un adulte. Les besoins nutritionnels varient en fonction de l'âge, du sexe, de l'activité physique, etc.

FOODPROFIL

Nährwerte =/ Valeurs nutritives moyennes	100g	ca./env. 3 Stück/ pièces (30g)	% des Richtwertes für die Tageszufuhr eines durchschnittlichen Erwachsenen. Der Nährstoffbedarf variiert je nach Alter, Geschlecht, Körperlicher Aktivität etc. des repères nutritionnels journaliers pour un adulte. Les besoins nutritionnels varient en fonction de l'âge, du sexe, de l'activité physique, etc.
Energie/énergie	2080 kJ (498 kcal)	148 kcal	7%
Eiweiss/protéines	9 g	2,7 g	5%
Kohlenhydrate/glucides	62 g	18,6 g	7%
davon Zucker/ dont sucres	39 g	11,7 g	13%
Fett/lipides	23 g	6,9 g	10%
davon gesättigte Fettsäuren/ dont acides gras saturés	14 g	4,2 g	21%
Nahrungsfasern/fibres alimentaires	2,5 g	0,8 g	3%
Natrium/sodium	0,20 g	0,06 g	3%
Kochsalz/ sel de cuisine	0,5 g	0,2 g	3%

1. Ingredienti divisi secondo le tre lingue evidenziati gli allergeni con il carattere Bold
2. Applicazione delle icone degli allergeni
3. Tabella nutrizionale
4. Indirizzo produttore
5. Eventuali loghi o certificazioni aggiuntivi, es logo Bio

Petit Beurre mit Schokolade (D) Zutaten: Milchschokolade 45%, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Magermilchpulver, gemahlene Vanilleschoten, Halbweissmehl, Rohrohrzucker, Vollkornmehl 8%, Butter 5%, Weizenstarke, Magermilchpulver, Weizengriess, Vollei, Kochsalz, Magermilchpulver, Weizengriess, Vollei, Kochsalz, Backtriebmittel (E 503, E 500), Vanilleextrakt, Glucosesirup, Emulgator (E 322 aus Soja).

Petit-beurre avec du chocolat (F) Ingrédients: Chocolat au lait 45%, beurre de cacao, lait entier en poudre, pâte de cacao, lait écrémé en poudre, gousses de vanille moulues, farine mi-blanche, sucre de canne brut, farine complète 8%, beurre 5%, amidon de froment, lait écrémé en poudre, semoule de blé, oeuf entier, sel de cuisine, poudres à lever (E 503, E 500), extrait de vanille, sirop de glucose, émulsifiant (E 322 de soja).

Petit Beurre con cioccolato (I) Ingredienti: cioccolato al latte 45%, burro di cacao, latte intero in polvere, pasta di cacao, latte magro in polvere, stecche di vaniglia macinate, farina semibianca, zucchero di canna greggio, farina integrale 8%, burro 5%, amido di frumento, latte magro in polvere, semola di frumento, uovo intero, sale da cucina, agenti lievitanti (E 503, E 500) estratto di vaniglia, sciroppo di glucosio, emulsionante (E 322 di soia).

Ancd
 Info Service, Postfach 2550, 4002 Basel
 Info-Tel. 0848 888 444*, www.ancd.ch
 *Nationaler Tarif/Tarif national/Tariffa Nazionale

5.

Margini
 Inferiore: 5 mm
 Superiore: 5 mm
 sinistro: 5 mm
 destro: 5 mm

Colonne
 Numero 5
 Spazio 3 mm

Testo
 Corpo 6 pt
 Interlinea 8 pt
 Spazio tra i blocchi: 5 mm

Pittogrammi
 Distanza dal testo 5 mm
 Altezza 7 mm

Layout packaging misura media

Dimensioni: 14,5 cm (b) x 12,5 cm (h) x 5,5 cm (p)



Margini
 Inferiore: 10 mm
 Superiore: 60 mm
 sinistro: 5 mm
 destro: 5 mm

Colonne
 Numero 2
 Spazio 5 mm

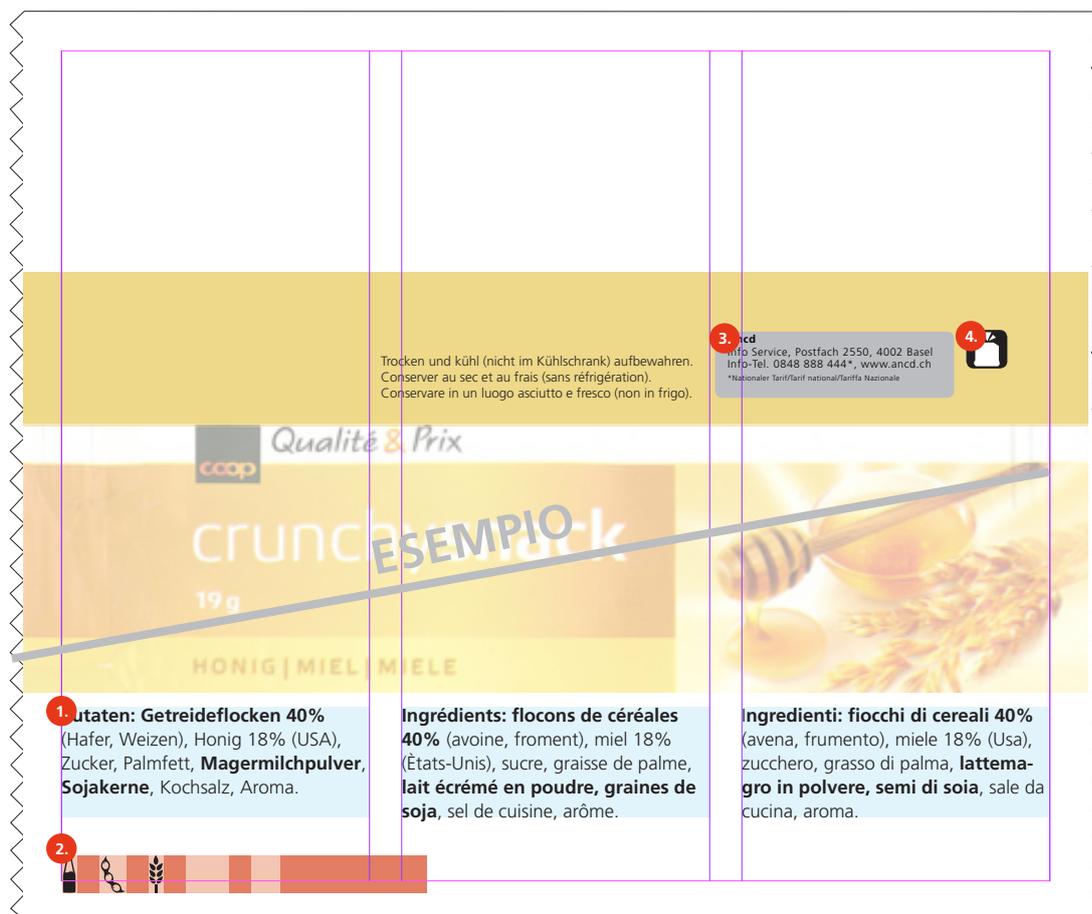
Testo
 Corpo 8 pt
 Interlinea 10 pt
 Spazio tra i blocchi: 5 mm

Pittogrammi
 Distanza dal testo 5 mm
 Altezza 7 mm

1. Ingredienti divisi secondo le tre lingue evidenziati gli allergeni con il carattere Bold
2. Applicazione delle icone degli allergeni
3. Tabella nutrizionale
4. Indirizzo produttore
5. Eventuali loghi o certificazioni aggiuntivi, es logo Bio

Layout packaging misura piccole

Dimensioni: 10,4 cm (b) x 14,4 cm (h) x 5,5 cm (p)



Margini

Inferiore: 5 mm
Superiore: 5 mm
sinistro: 5 mm
destro: 5 mm

Colonne

Numero 3
Spazio 4 mm

Testo

Corpo 7 pt
Interlinea 9 pt

Pittogrammi

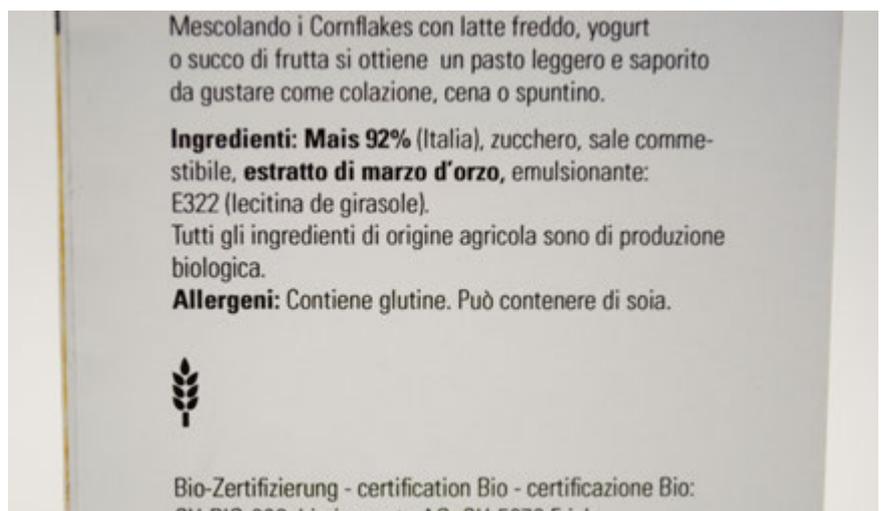
Distanza dal testo 5 mm
Altezza 5 mm

1. Ingredienti divisi secondo le tre lingue evidenziati gli allergeni con il carattere Bold
2. Applicazione delle icone degli allergeni
3. Indirizzo produttore
4. Eventuali loghi o certificazioni aggiuntivi, es logo Bio

Applicazione su prodotti reali

I pittogrammi sono stati progettati in modo tale da adattarsi a layout di packaging già esistenti e che non vadano a rovinare l'immagine e i messaggi del pro-

dotto già in commercio. Qui di seguito sono riportati alcuni esempi in cui sono stati applicati.





Naming

Schizzi

FOOD
ALLERGY
ALLERT

FOOD
ALLERT
GY

FOOD
ALLERT
ALLERGY

FOOD
ALLERT
GY

Food
ALLERT^{GY} G

FOOD
ALLERT^{GY}

ALLERGY ALLERGY

FOOD ALLERGY FOOD ALLERGY

FOOD ALLERGY ALLERGY food

food ALLERGY food ALLERGY

Prima proposta

In questa prima proposta si è deciso di unire le parole ALLERT ed ALLERGY e di distinguerle attraverso l'utilizzo del colore e di un gioco tipografico, che va ad unire la lettera G e T. La parola FOOD è stata inserita alla fine del logotipo come fosse una firma. È stata scelta una gamma cromatica molto chiara e tenue in quan-

to all'interno dei supermercati il cliente è circondato da una vasta gamma di colori molto accesi che vogliono attirare l'attenzione e quindi ho voluto utilizzare un colore più calmo. Tutta via questa proposta è stata scartata perché sia il colore che lo stile entra in contrasto con quelli che sono i miei pittogrammi.

ALLERGY
food



R 115	C 47
G 160	M 21
B 216	Y 0
	K 0



R 157	C 31
G 202	M 06
B 234	Y 01
	K 0

Seconde bozze

FOOD
AL^YERGY
ALERT

FOOD
ALLERGY
ALERT

FOOD
AL^YER^{GY}
ALERT

FOOD
ALLERGY
ALERT

FOOD
ALLERGY
ALERT

FOOD
ALLERGY
ALERT

**FOOD
A\LLERGY
ALERT**

**FOOD
A]LLERGY
ALERT**

**FOOD
A^LLERGY
ALERT**

**FOOD
A^LLERGY
ALERT**

**FOOD
A_LLLERGY
ALERT**

**FOOD
A_TLLERGY
ALERT**

**FOOD
A<LLERGY
ALERT**

**FOOD
ALLERGY
ALERT**

Definitivo

Ho deciso di utilizzare questa proposta in quanto essendo molto semplice si associa perfettamente al set di pittogrammi. La gamma cromatica è composta da un grigio 30 e un rosso aranciato in quanto si tratta di un colore di allerta e in più

questa tonalità si presta alla tematica del cibo. Per spezzare la composizione e sottolineare il concetto di attenzione e allerta è stata colorata solamente la lettera A di Allergy.

FOOD ALLERGY ALERT



R 213	C 0
G 55	M 84
B 26	Y 96
	K 0



R 157	C 0
G 202	M 0
B 234	Y 0
	K 30

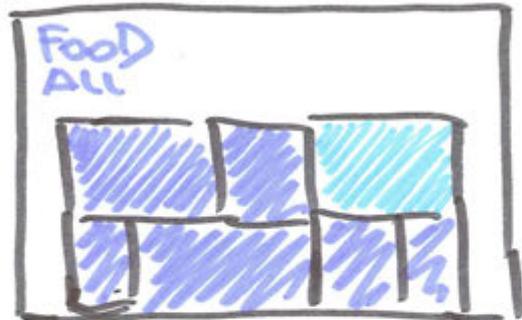
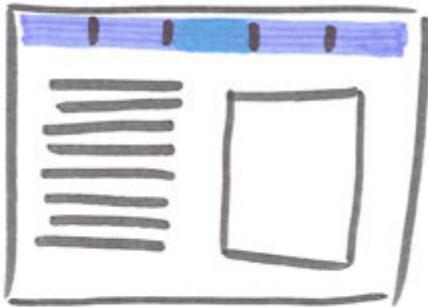
Sito web

Dopo tutte queste considerazioni sull'applicazione dei pittogrammi e sulla griglia che dev'essere utilizzata, ho deciso di fornire ai progettisti uno strumento che li possa aiutare a realizzare al meglio i propri packaging.

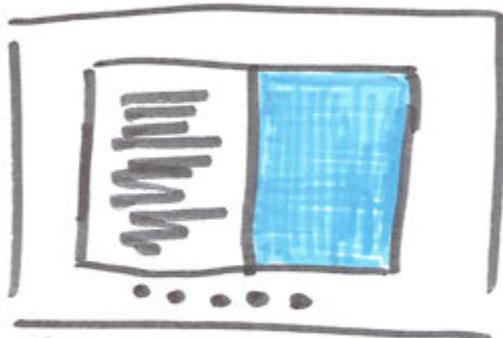
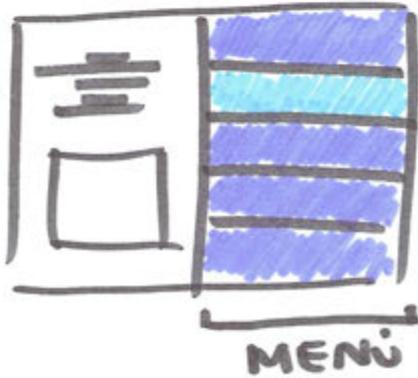
Ho pensato ad un portale web che raccogliesse tutti i passaggi precedenti in modo da poter illustrare come organizzare all'interno degli imballaggi le informazioni che interessano la salute del consumatore, come allergeni, ingredienti e tabella nutrizionale. Oltre a queste linee guida è possibile consultare e scaricare delle fustelle di dimensioni standard in formato PDF sulle quali il progettista può lavorare, infatti si tratta di schede tecniche che indicano dove inserire le varie informazioni, che tipo e che grandezza di carattere usare. Per poter facilitare l'inserimento delle icone all'interno dei packaging ho pensato di creare una pagina che grazie ad alcuni parametri, quali le dimensioni del packaging e gli allergeni contenuti nel prodotto, vada a formare, in formato png, la striscia di pittogrammi da inserire all'interno del proprio imballaggio, in modo tale da evitare al progettista di riportare tutti i parametri delle distanze e quindi di inserire i simboli nel modo più idoneo possibile.

La scelta di realizzare questo manuale di corporate in formato digitale nasce dal fatto che rispetto a un manuale cartaceo si può sempre aggiornare, ad esempio con l'inserimento di nuove fustelle oppure di altre icone in caso di introduzione di nuovi allergeni che vanno segnalati, in più essendo diffuso tramite web può essere raggiunto da più

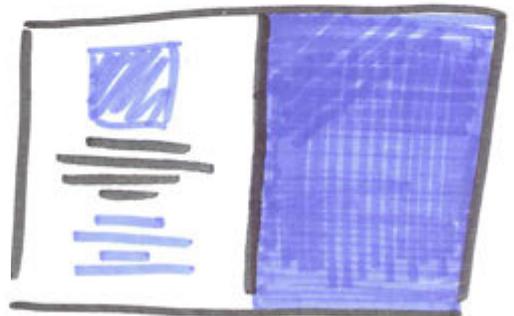
persone e in maniera gratuita. Visto che questo sito è rivolto ai progettisti la sua sponsorizzazione avverrà attraverso associazioni che si rivolgono ai professionisti della grafica svizzera, come Syndicom e Viscom, che attraverso i loro portali web e eventuali newsletter pubblicheranno questo progetto.



SEMPRE AGGIORNATO



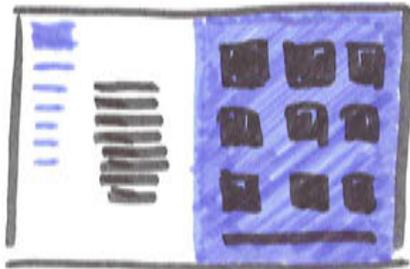
POSSIBILITA' di scaricare



HOME

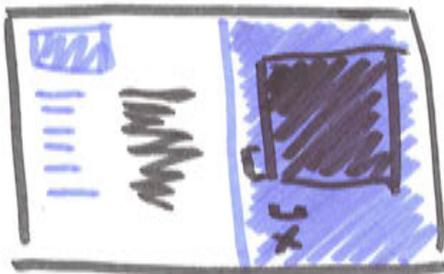


SCEITA
Della lingua
IT · TD · FR · EN



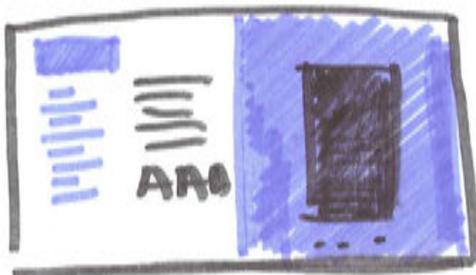
ICONE
SPIEGAZIONE
PROGETTO

LAYOUT



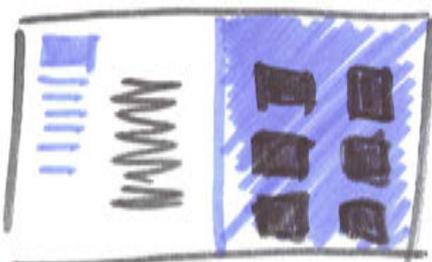
- SPIEGAZIONE LAYOUT
- FARE VEDERE LA griglia

TIPOGRAFIA

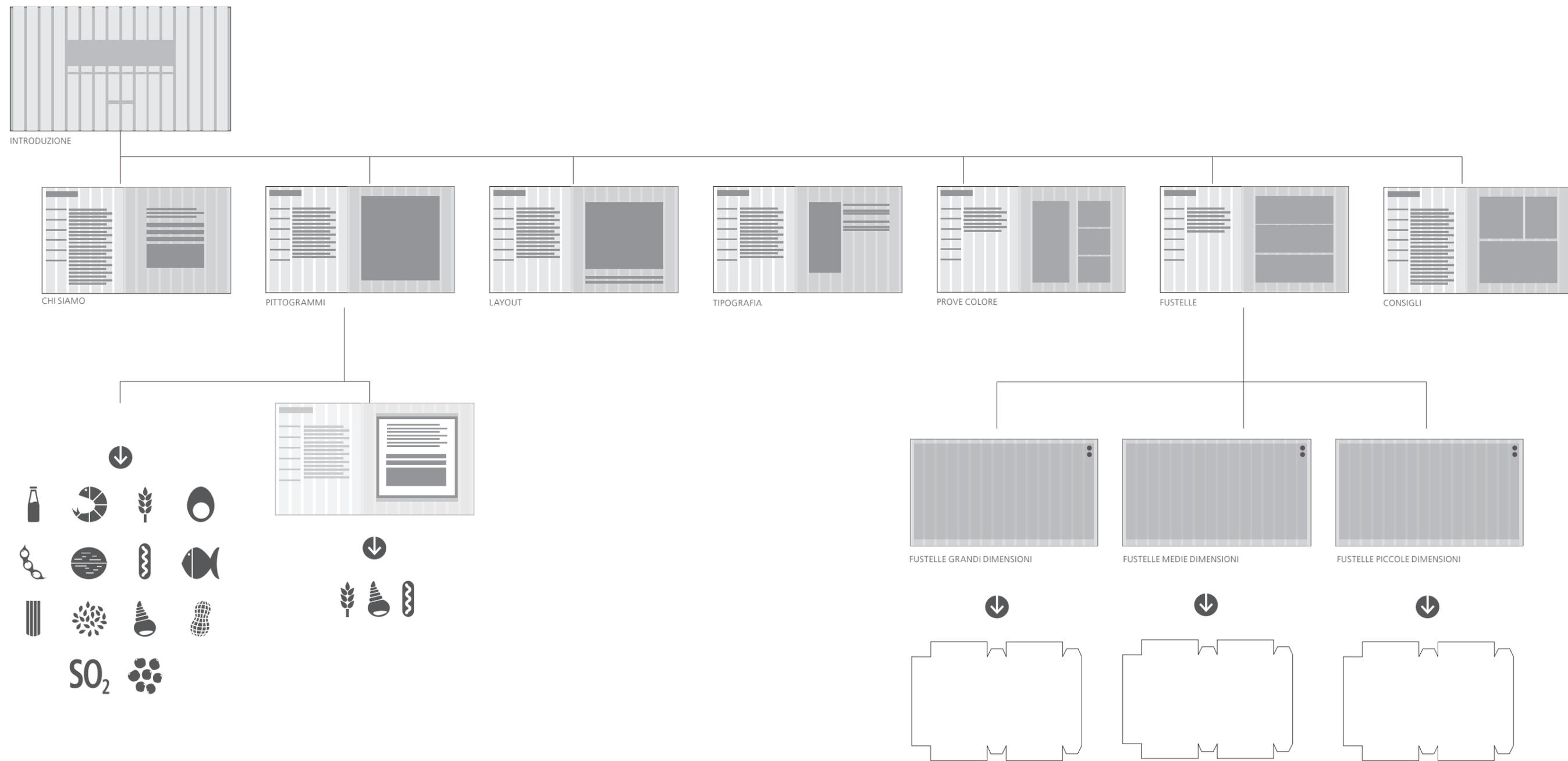


- FONT
- SCELTA CARATTERE
- INTERLINEA
- 3 FORMATI
- TESTO

CROMIA



- ESEMPI, COLORE
- TESTO



Caratteristiche sito

Il sito raccoglie tutti i passaggi che bisogna seguire per la realizzazione di un packaging funzionale. L'impostazione è molto semplice il menù laterale serve da filo conduttore attraverso le varie sezioni, il layout è diviso in due parti principali questo per ricordare la forma di un manuale, nella parte sinistra vengono riportate sempre le informazioni relative alla sezione in cui ci si trova e nella parte destra le immagini che illustrano quanto spiegato a lato. Il progettista all'inter-

no di questo sito può scaricare tutto il set completo dei pittogrammi oppure attraverso una pagina dedicata è possibile comporre il proprio set scaricando gli allergeni nelle misure esatte da inserire sul retro dell'imballaggio. Oltre ai pittogrammi si ha la possibilità di scaricare delle fustelle in formato PDF da poter utilizzare per i propri prodotti oppure semplicemente consultare per riuscire a capire come inserire al meglio le informazioni.



Tipografia Menù

FRUTIGER LT 45 Light

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz0123456789

Tipografia Testi

DIN Regular

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz0123456789

Cromia



R174 G176 B179

R231 G55 B26

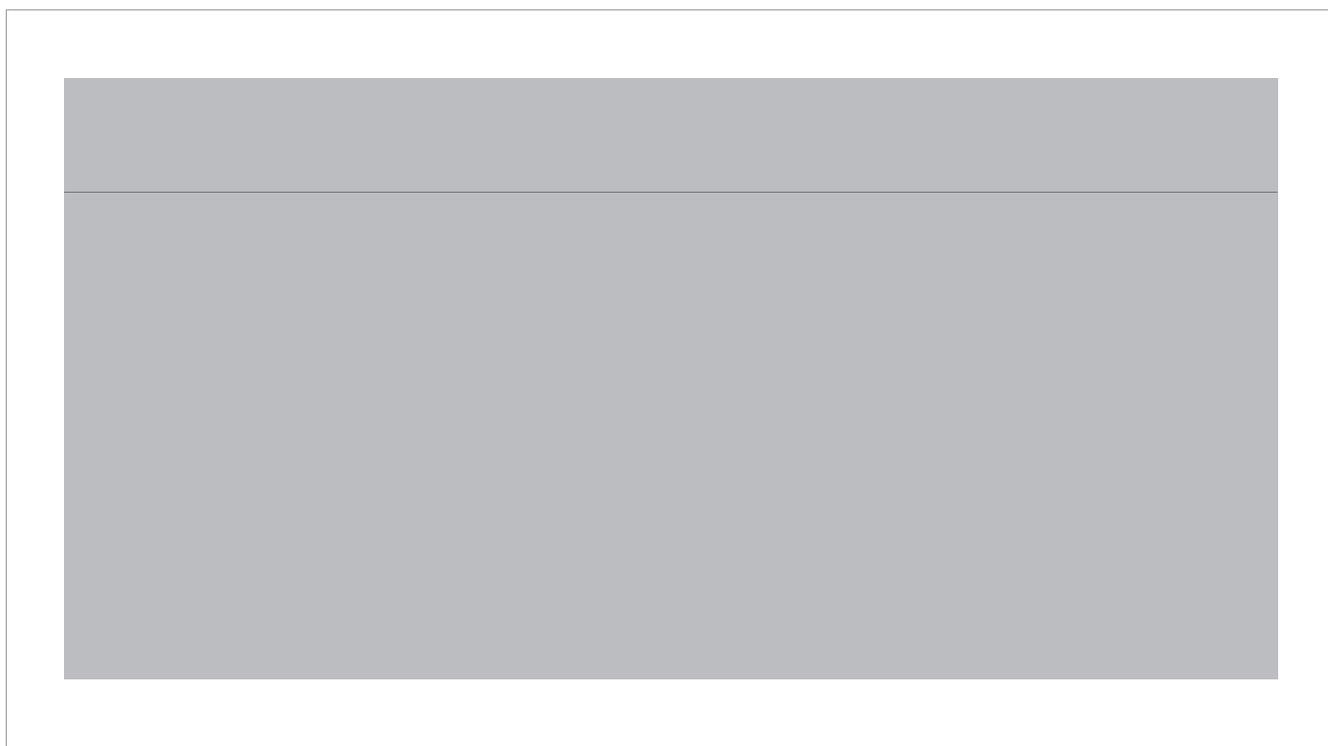
Mouse over

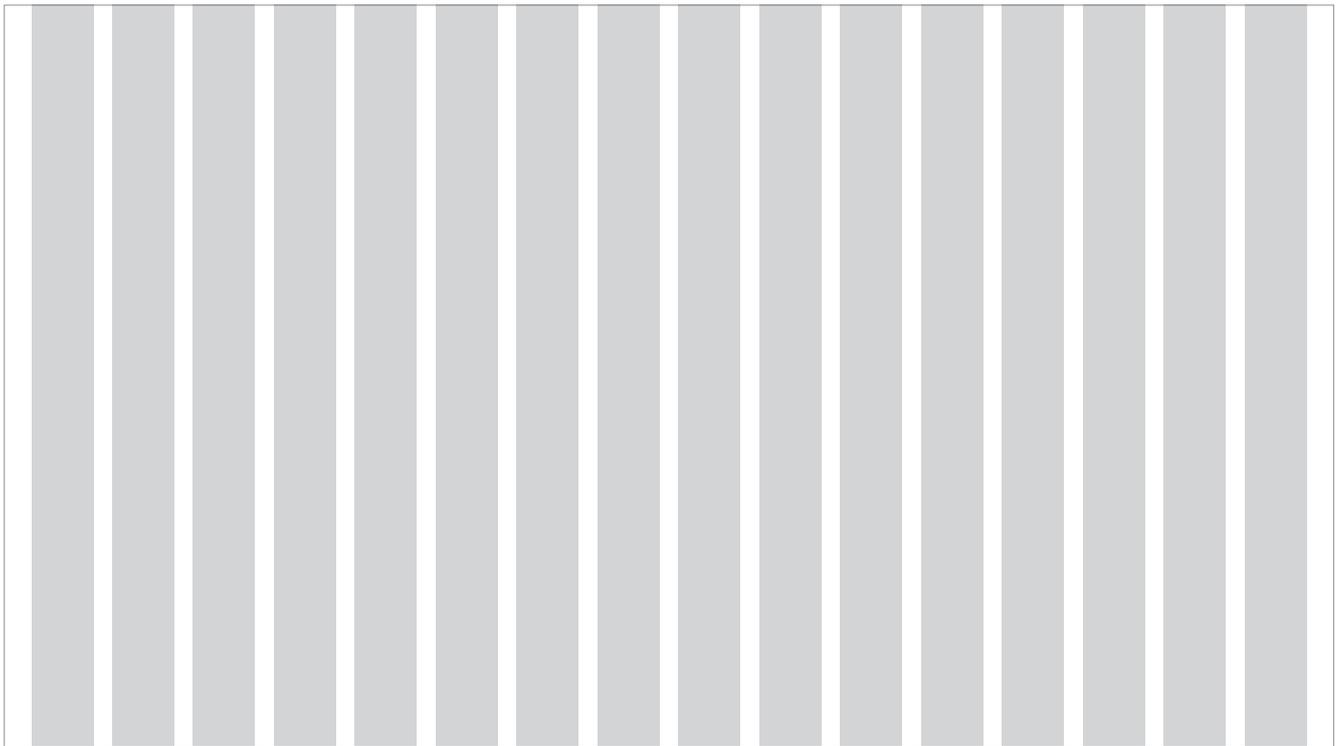
📄 Scarica il set completo di pittogrammi

📄 Scarica la tua selezione di pittogrammi

Il formato 1366 x 768(h) è stato scelto dopo aver consultato il sito *Screen resolution statistics*, <http://marketshare>.

hitslink.com/report.aspx?qprid=17, dal quale è risultato che questa risoluzione è quella attualmente più utilizzata.

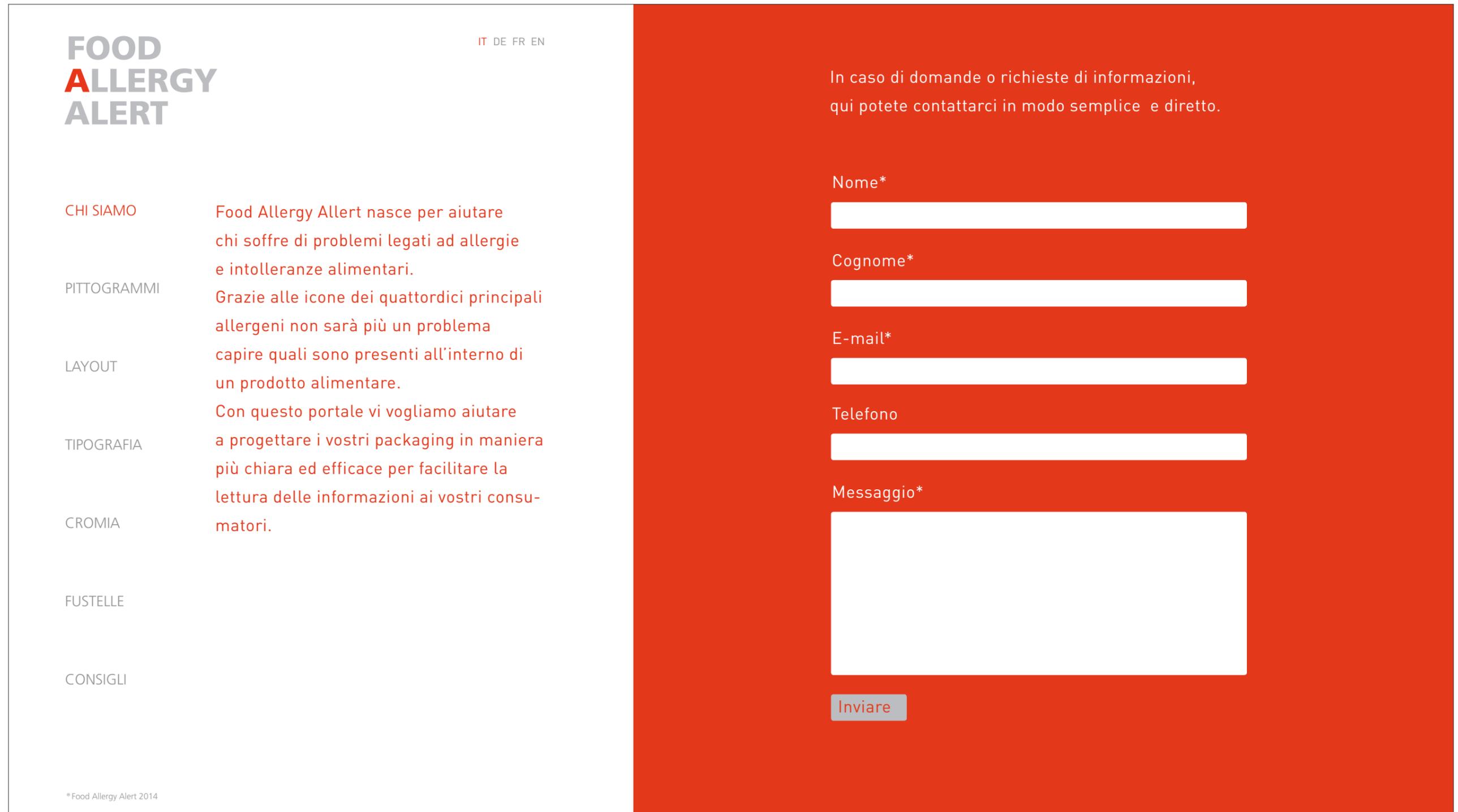




FOOD ALLERGY ALERT

Nuovo sistema di segnalazione degli allergeni all'interno degli alimenti

IT DE FR EN



FOOD ALLERGY ALERT

IT DE FR EN

- CHI SIAMO
- PITTOGRAMMI
- LAYOUT
- TIPOGRAFIA
- CROMIA
- FUSTELLE
- CONSIGLI

Grazie ai pittogrammi dei quattordici principali allergeni non sarà più un problema capire quali di questi sono presenti all'interno di un prodotto alimentare. Puoi scaricare le icone e applicarle ai tuoi packaging senza rovinare il tuo layout grafico, infatti i nostri pittogrammi sono stati progettati per integrarsi all'interno dei packaging senza andare a interferire con l'immagine del prodotto.

- 📄 Scarica il set completo di pittogrammi
- 📄 Scarica la tua selezione di pittogrammi

 Latticini	 Crostacei	 Glutine	 Uova
 Soia	 Frutta a guscio	 Senape	 Pesce
 Sedano	 Sesamo	 Molluschi	 Arachidi
 Solfiti		 Lupini	

*Food Allergy Alert 2014

FOOD ALLERGY ALERT

- CHI SIAMO
- PITTOGRAMMI
- LAYOUT
- TIPOGRAFIA
- CROMIA
- FUSTELLE
- CONSIGLI

IT DE FR EN

Inserisci le misure del tuo packaging e gli allergeni contenuti nel tuo prodotto all'interno dei riquadri sottostanti. In automatico ti genererà i pittogrammi in scala reale, degli allergeni che sono contenuti all'interno del prodotto. Scarica i pittogrammi e inseriscili all'interno del tuo packaging. Grazie a questo sistema non ti dimenticherai nessun allergene.

Altezza

Base

Allergeni

Latticini
 Crostacei
 Glutine
 Uova
 Soia
 Senape
 Pesce
 Sedano
 Sesamo
 Molluschi
 F. Guscio
 Arachidi
 Solfiti
 Lupini



Glutine



Uova



Senape



Pesce



Molluschi



Arachidi



Lupini

*Food Allergy Alert 2014

FOOD ALLERGY ALERT

- CHI SIAMO
- PITTOGRAMMI
- LAYOUT
- TIPOGRAFIA
- CROMIA
- FUSTELLE
- CONSIGLI

IT DE FR EN

Inserisci le misure del tuo packaging e gli allergeni contenuti nel tuo prodotto all'interno dei riquadri sottostanti. In automatico ti genererà i pittogrammi in scala reale, degli allergeni che sono contenuti all'interno del prodotto. Scarica i pittogrammi e inseriscili all'interno del tuo packaging. Grazie a questo sistema non ti dimenticherai nessun allergene.

Altezza

Base

Allergeni

Latticini
 Crostacei
 Glutine
 Uova
 Soia
 Senape
 Pesce
 Sedano
 Sesamo
 Molluschi
 F. Guscio
 Arachidi
 Solfiti
 Lupini

[Scarica pittogrammi](#)



Glutine



Uova



Senape



Pesce



Molluschi



Arachidi



Lupini

*Food Allergy Alert 2014

FOOD ALLERGY ALERT

IT DE FR EN

CHI SIAMO

Le icone vanno applicate subito dopo l'elenco degli ingredienti allineate a sinistra come il testo e con una dimensione non inferiore ai 5 mm e distanziate una dall'altra di 3 mm.

PITTOGRAMMI

LAYOUT

Per agevolare i consumatori si consiglia di andare a inserire le informazioni (ingredienti, la segnalazione di allergeni e la tabella nutrizionale) che possono essere utili per la salute di questi sul retro delle confezioni, in questo modo non si andrà a modificare la percezione del prodotto all'interno degli scaffali e in più il cliente riuscirà a trovare le informazioni sempre nella stessa posizione.

TIPOGRAFIA

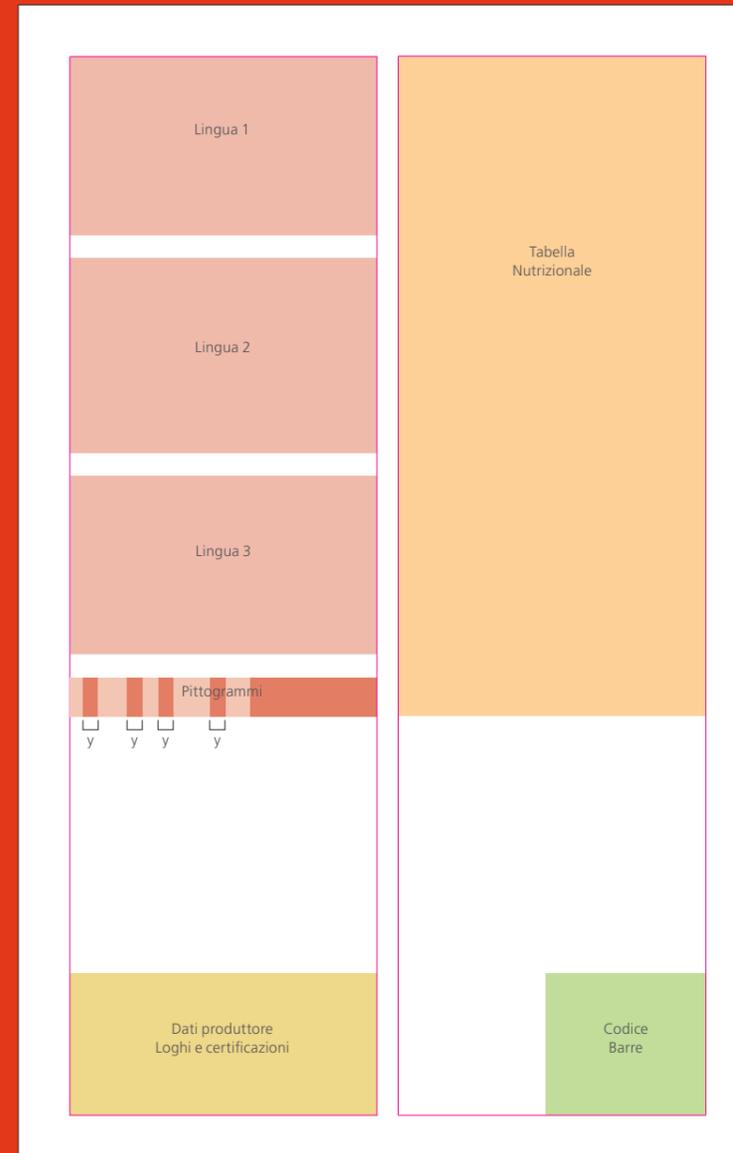
CROMIA

FUSTELLE

CONSIGLI



*Food Allergy Alert 2014



Esempio fustella verticale

FOOD ALLERGY ALERT

IT DE FR EN

CHI SIAMO

Per semplificare la lettura degli ingredienti si consiglia di dividere la lista nelle tre lingue ufficiali che bisogna inserire all'interno delle confezioni, utilizzando un allineamento a bandiera sinistra.

PITTOGRAMMI

LAYOUT

TIPOGRAFIA

CROMIA

FUSTELLE

CONSIGLI

Gli allergeni vanno evidenziati grazie all'utilizzo del bold, in maniera che risultino più visibili rispetto al resto degli ingredienti. Per rendere la lettura migliore si consiglia l'utilizzo del font FRUTIGER LT nella versione Light e Bold.

A seconda della dimensione della scatola varierà la grandezza del font e dell'interlinea, per avere i valori specifici consultare la sezione fustelle.

Frutiger CE 45 Light

ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz0123456789

Frutiger CE 45 Light

ABCDEFGHIJKLMN OPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz0123456789

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, émulsifiant: **lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, émulsifiant: **lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Getreidestängel mit cornflakes
Zutaten: Cornflakes 49% (Mais, Kochsalz, Zucker), Zucker, Pflanzenfett, **Milchproduktepulver 5,7%**, Traubenzucker, Fruchtzucker, Glukosesirup, Honig, Feuchthaltemittel: Sorbit, Kochsalz, Aromen, Emulgator: **Sojalecithin**.

Bâton de céréales avec des cornflakes
Ingrédients: cornflakes 49% (maïs, sel de cuisine, sucre), sucre, graisse végétale, **produits laitiers en poudre 5,7%**, sucre de raisin, fructose, sirop de glucose, miel, humectant: sorbitol, sel de cuisine, arômes, émulsifiant: **lécithine de soja**.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia**.

Corpo 11 pt
Interlinea 13
Fustelle grandi

Corpo 9 pt
Interlinea 11
Fustelle medie

Corpo 7 pt
Interlinea 9
Fustelle grandi

FOOD ALLERGY ALERT

IT DE FR EN

- CHI SIAMO
- PITTOGRAMMI
- LAYOUT
- TIPOGRAFIA
- CROMIA
- FUSTELLE
- CONSIGLI

*Food Allergy Alert 2014

Non si è voluto dare un colore particolare alle icone, questo per far in modo che si integrassero il più possibile all'interno dell'imballaggio.

Quindi a seconda dello sfondo più o meno chiaro o del colore della tipografia, si consiglia l'utilizzo del nero o del bianco.

Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**



Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**



Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**



Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**



Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**



Bastoncino di cereali con cornflakes
Ingredienti: cornflakes 49% (mais, sale da cucina, zucchero), zucchero, grasso vegetale, **prodotti di latte in polvere 5,7%**, zucchero d'uva, fruttosio, sciroppo di glucosio, miele, umidificante: sorbitolo, sale da cucina, aromi, emulsionante: **lecitina di soia.**



Esempi di buona leggibilità

FOOD ALLERGY ALERT

IT DE FR EN

CHI SIAMO

In questa sezione è possibile visionare degli esempi di fustella realizzata secondo i criteri elencati precedentemente.

PITTOGRAMMI

Gli esempi sono suddivisi in tre diverse tipologie di grandezza, è possibile scaricare il formato PDF di questi layout da poter utilizzare per i vostri prodotti.

LAYOUT

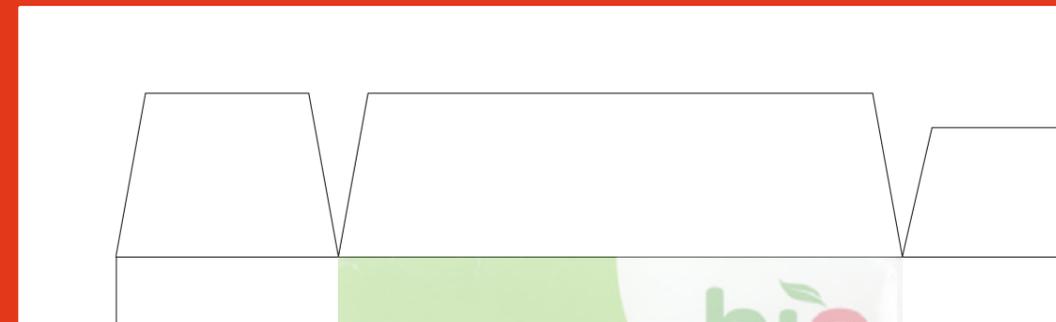
TIPOGRAFIA

CROMIA

FUSTELLE

CONSIGLI

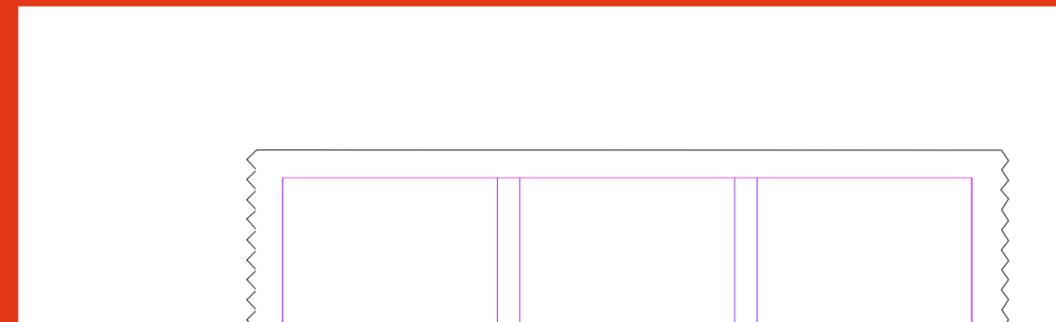
*Food Allergy Alert 2014



Fustelle grandi dimensioni



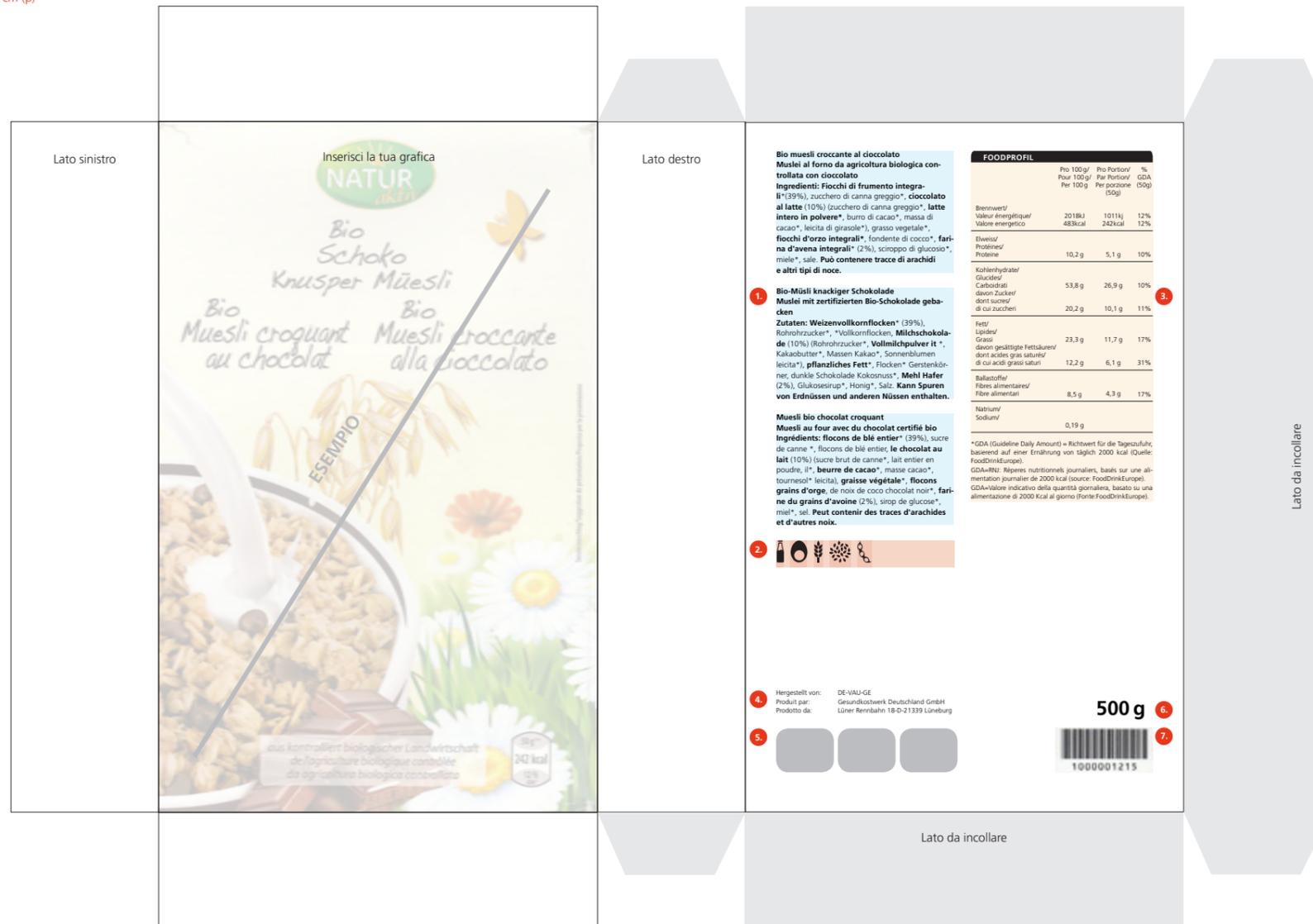
Fustelle medie dimensioni



Fustelle piccole dimensioni

Layout packaging misura media per cereali

Dimensioni: 13,8cm (b) x 22cm (h) x 4,7cm (p)



Margini

Inferiore: 15 mm
Superiore: 10 mm
sinistro: 10 mm
destra: 10 mm

Colonne

Numero 2
Spazio 7 mm

Testo

Corpo 7 pt
Interlinea 9,5 pt
Spazio tra i blocchi: 5 mm

Pittogrammi

Distanza dal testo 5 mm
Altezza 7 mm

1. Ingredienti divisi secondo le tre lingue evidenziati gli allergeni con il carattere Bold
2. Applicazione delle icone degli allergeni
3. Tabella nutrizionale
4. Indirizzo produttore
5. Eventuali loghi o certificazioni aggiuntivi, es logo Bio
6. Peso del contenuto
7. Codice a barre

Scarica la fustella

FOOD ALLERGY ALERT

IT DE FR EN

CHI SIAMO

1. Guardando il packaging al primo sguardo bisogna individuare gli ingredienti con le icone e al secondo la divisione nelle tre lingue

PITTOGRAMMI

2. Differenziare gli allergeni all'interno dell'elenco degli ingredienti.

LAYOUT

3. Dividere la lista degli ingredienti secondo le tre lingue.

TIPOGRAFIA

4. Riportare tutte le informazioni che interessano la salute del consumatore sul retro della confezione, in maniera da facilitarne la consultazione.

CROMIA

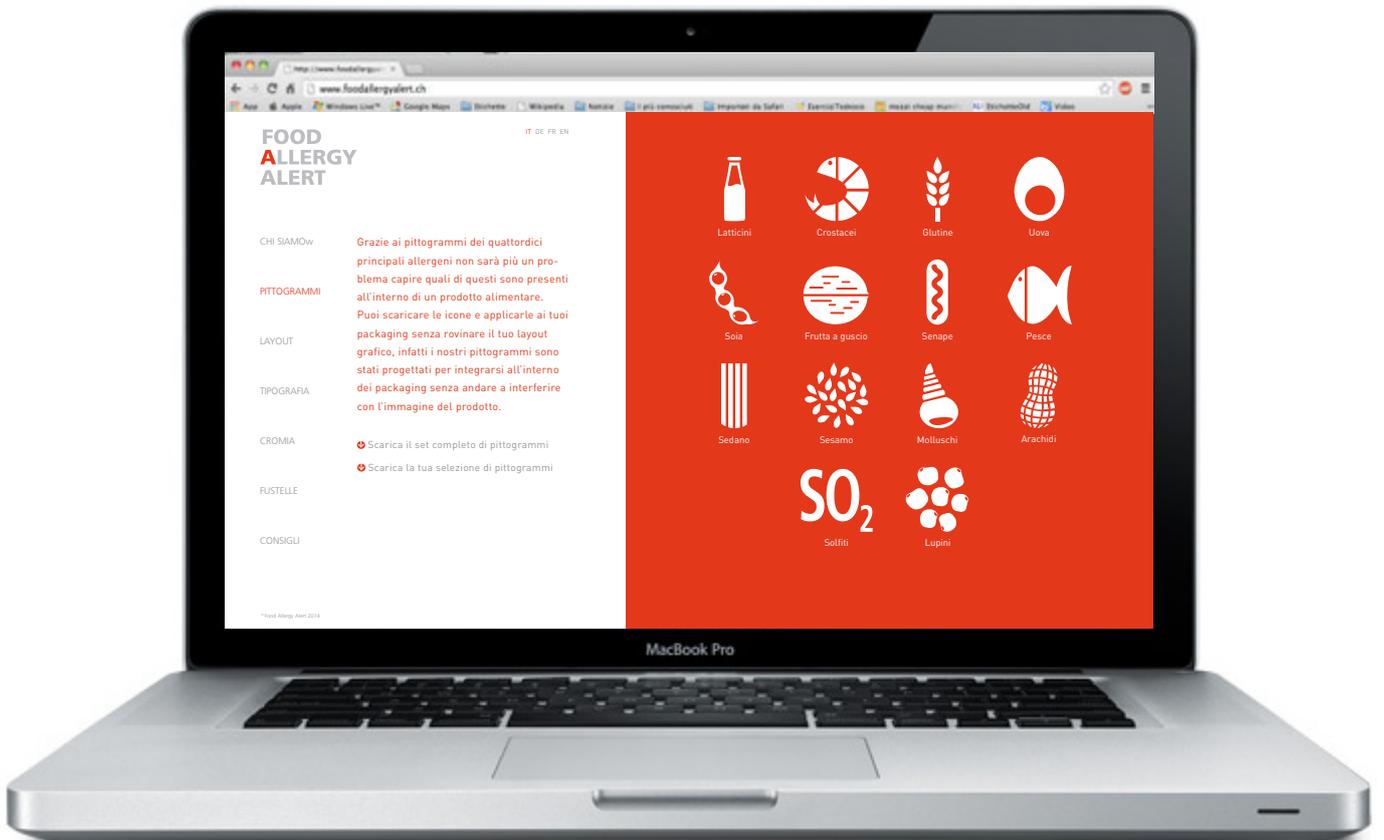
FUSTELLE

CONSIGLI

5. Sarebbe meglio segnalare anche la presenza di NIKEL, FRUTTOSIO e LIEVITO

* Food Allergy Alert 2014





Giornata Nazionale Allergie

Come lancio dei pittogrammi sul mercato ho pensato di utilizzare la data della Giornata Nazionale delle Allergie che si terrà giovedì 26 marzo 2015.

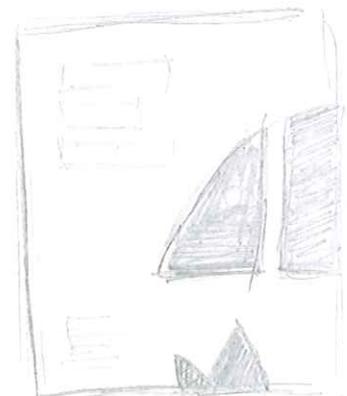
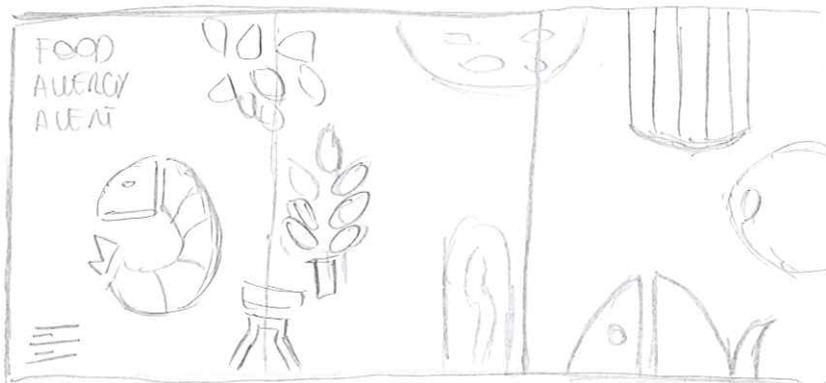
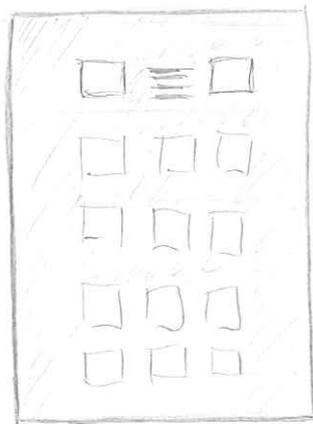
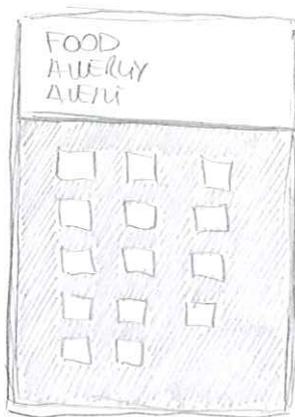
A partire da questa giornata e per tutto il weekend sarà possibile trovare all'interno dei maggiori centri commerciali un info-point dove verranno fornite informazioni riguardanti queste icone e degli opuscoli che aiuteranno i consumatori alla lettura dei pittogrammi, infatti attraverso questa azione informativa saranno illustrate tutte le icone e il loro significato in maniera tale da permettere al cliente di decifrarle e memorizzarle. Questo opuscolo è stato pensato in formato carta di credito 5,5 x 7,5 cm in modo tale che si possa sempre avere nel portafoglio e consultarlo in caso di bisogno.

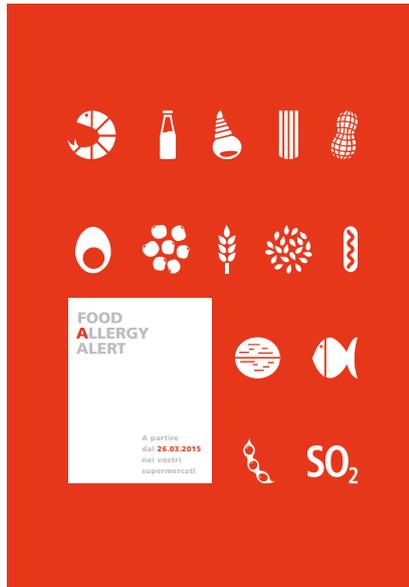
Prima di questa giornata questo nuovo sistema di segnalazione verrà sponsorizzato attraverso le riviste dedicate al consumatore come la Borsa della Spesa, Azione di Migros e Cooperazione di Coop, e in più attraverso i siti sempre delle associazioni dedicate ai consumatori, delle più grandi catene di distribuzione e di COFA cioè la Commissione Federale per l'Alimentazione, che è stata pensata come possibile sostenitrice del progetto, in quanto si occupa di consulenza nel campo dell'alimentazione e della sua influenza sulla salute ed è composta da specialisti dell'alimentazione, dell'industria e del commercio alimentare, delle autorità d'esecuzione cantonali e di organizzazioni dei consumatori.

GIORNATA
NAZIONALE
ALLERGIE

La settimana prima della presentazione delle icone nei supermercati verranno affissi questi manifesti in giro per la città, lo scopo di questi è di incuriosire il consumatore e iniziare a farli prendere con-

fidenza con i pittogrammi. Nel manifesto sono state inserite pochissime informazioni il logo, che suggerisce lo scopo dei pittogrammi, e la data in cui verranno presentate le icone



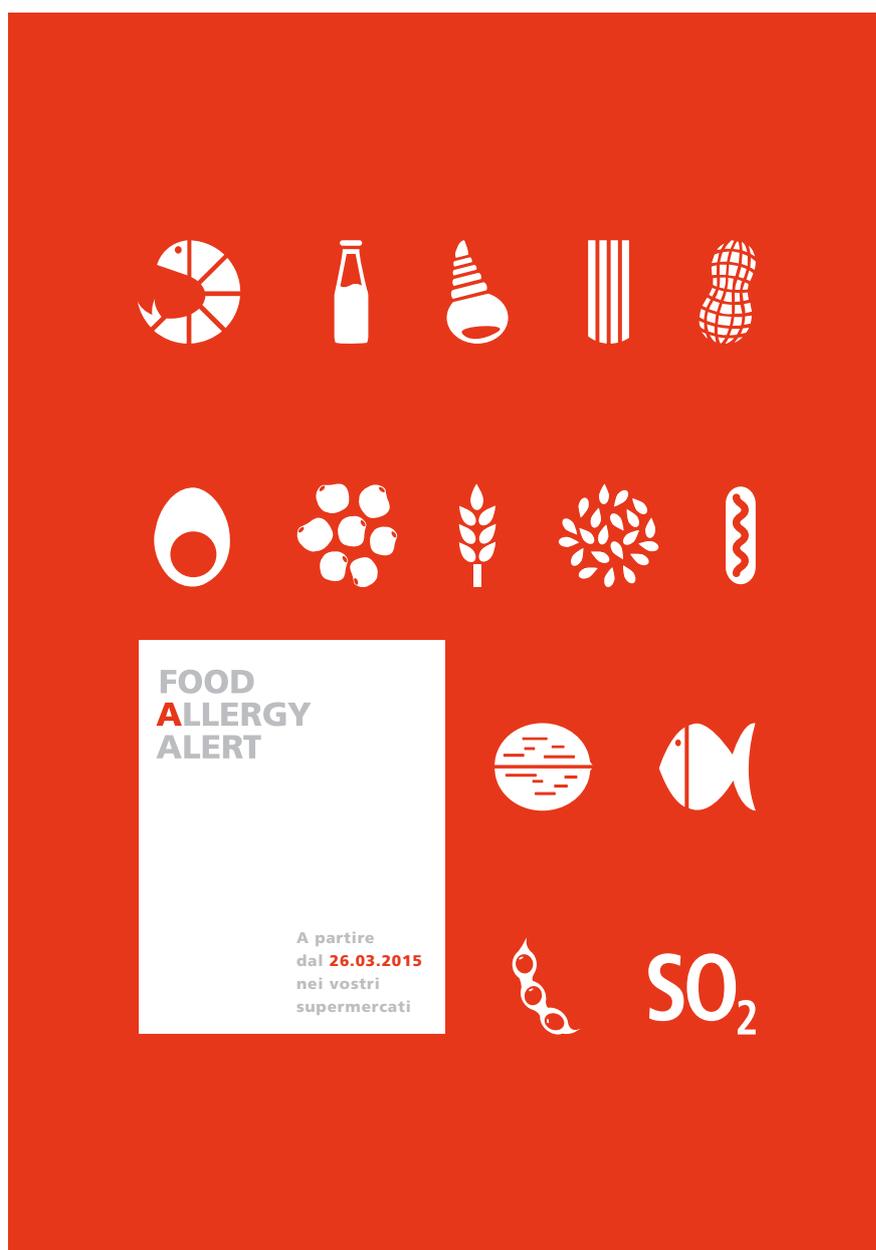


Prove manifesto

PROGETTO

Manifesto

GIORNATA
NAZIONALE
ALLERGIE



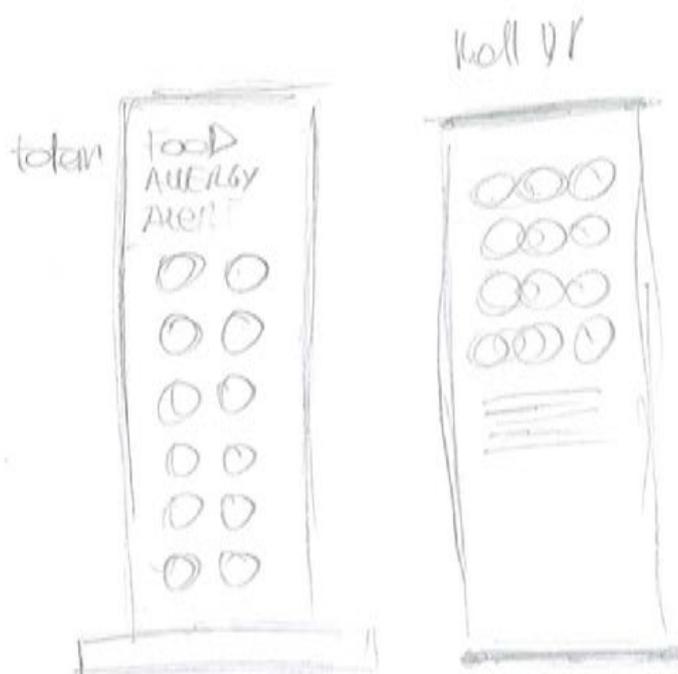
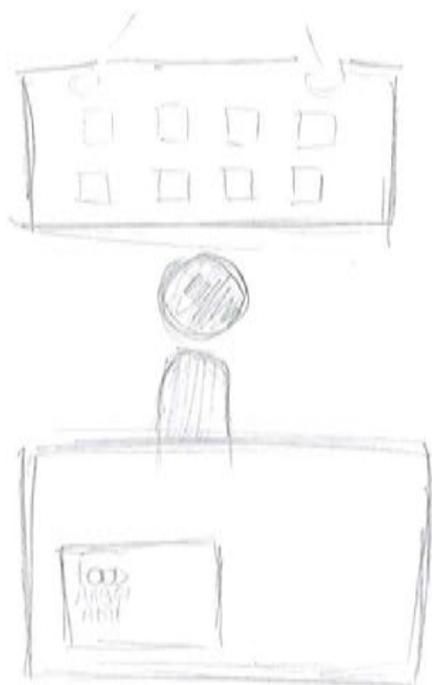
Manifesto definitivo
dimensioni 89,5 x 128 cm

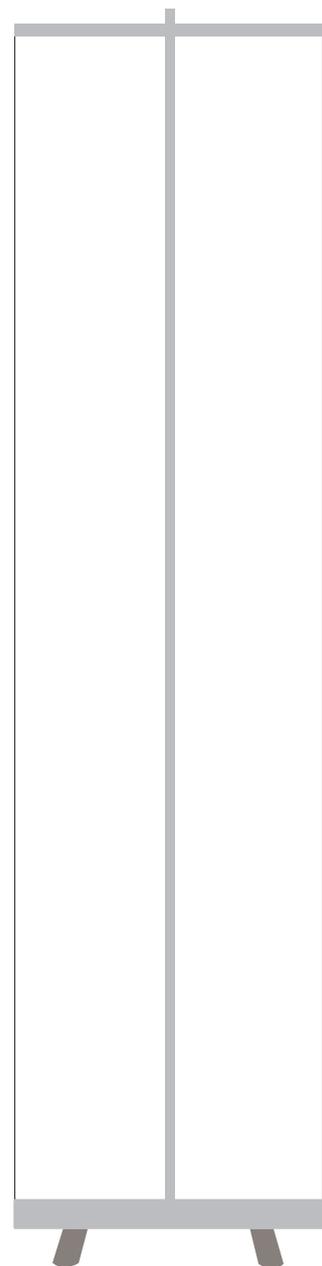
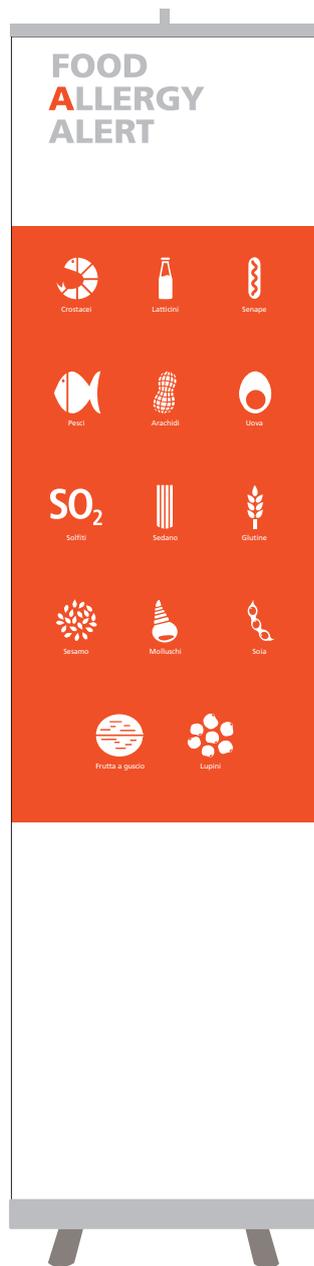


Applicazioni manifesto

Nei supermercati aderenti sarà possibile trovare uno stand di Food Allergy Alert all'interno del quale sarà presente un'addetta che fornirà tutte le informazioni inerenti quest'iniziativa. Lo stand sarà costituito da una roll up che servirà a

presentare tutti i pittogrammi, un banco montabile, in modo da richiamare un packaging, al di sopra del quale saranno posizionati gli opuscoli che servono da guida per conoscere i pittogrammi e i gadget che verranno distribuiti ai clienti.



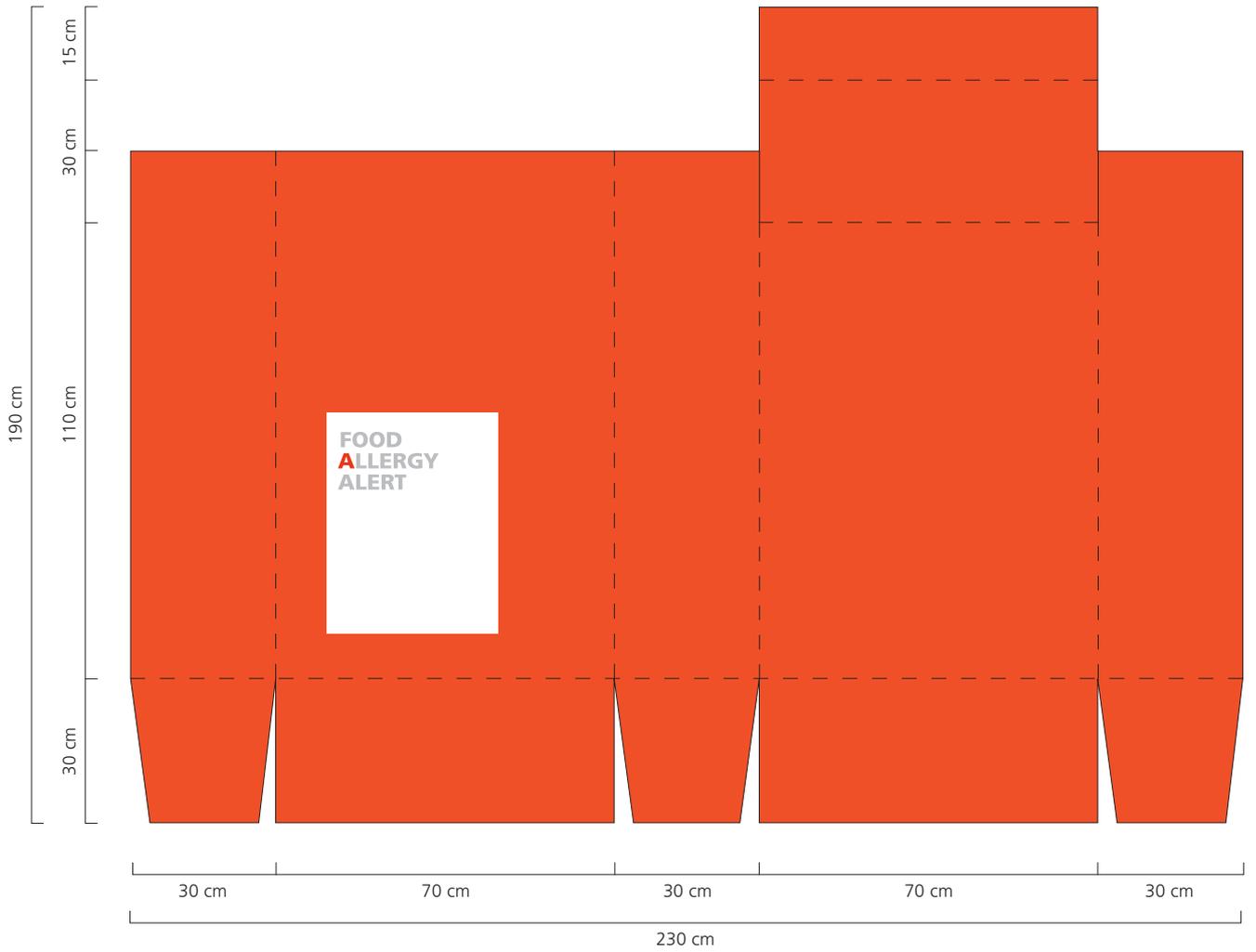


Roll Up
Dimensioni 45 x 170 cm

PROGETTO

Stand supermercato

GIORNATA
NAZIONALE
ALLERGIE



Bancone fustellato

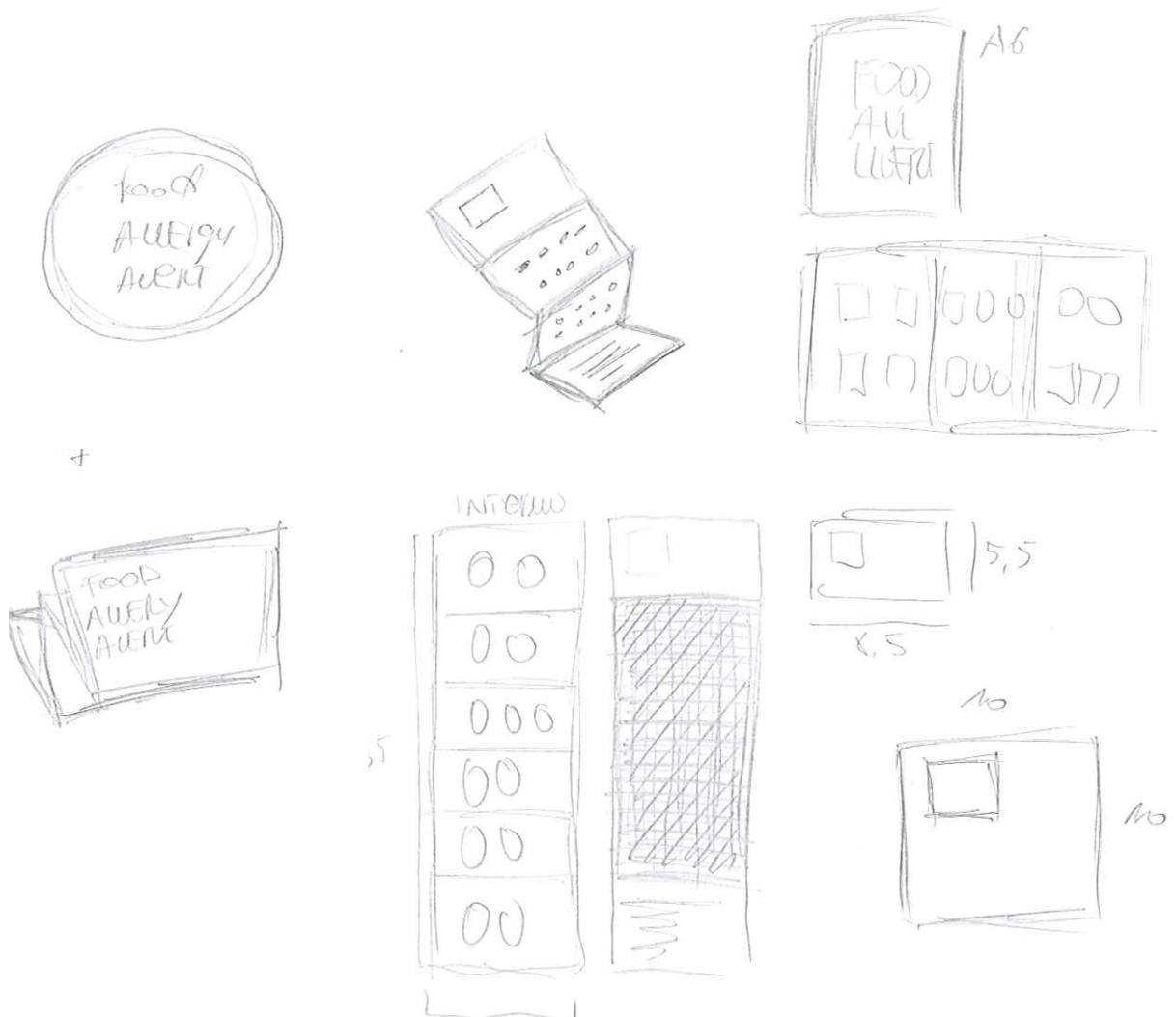


Stand supermercato



Quest'opuscolo è stato pensato in formato carta di credito per permettere ai clienti di poterlo portare sempre con sé du-

rante la spesa. All'interno di esso vengono elencati tutti gli allergeni con la relativa spiegazione di cosa rappresentano.



FOOD ALLERGY ALERT

Crostacei Latticini

Pesce Molluschi

Frutta a guscio Lupini

Sedano Glutine

Uova Arachide

Senape Sola

Sesamo SO_2

Sesamo Solfiti

Food Allergy Alert è il nuovo sistema pittografico che ti aiuta a capire quali allergeni sono contenuti all'interno dei prodotti alimentari. Cerca le icone sul retro delle confezioni.

Crostacei Latticini

Pesce Molluschi

Frutta a guscio Lupini

Sedano Glutine

Uova Arachide

Senape Sola

Sesamo SO_2

Sesamo Solfiti

FOOD ALLERGY ALERT

Food Allergy Alert è il nuovo sistema pittografico che ti aiuta a capire quali allergeni sono contenuti all'interno dei prodotti alimentari. Cerca le icone sul retro delle confezioni.

FOOD ALLERGY ALERT

Crostacei Latticini Senape Sesamo

Pesce Arachidi Uova Frutta a guscio

SO_2 Solfiti Sedano Glutine Lupini

Molluschi Sola

Food Allergy Alert è il nuovo sistema pittografico che ti aiuta a capire quali allergeni sono contenuti all'interno dei prodotti alimentari. Cerca le icone sul retro delle confezioni.

Prove opuscolo

**FOOD
ALLERGY
ALERT**

 Crostacei	 Latticini	 Senape
 Pesci	 Arachidi	 Uova
 SO ₂ Solfiti	 Sedano	 Glutine
 Sesamo	 Molluschi	 Soia
 Frutta a guscio	 Lupini	

Food Allergy Allert è il nuovo sistema pittografico che ti aiuta a capire quali allergeni sono contenuti all'interno dei prodotti alimentari. Cerca le icone sul retro delle confezioni.



OPUSCOLO DEFINITIVO

Chiuso: 8,5 x 5,5 cm

Aperto: 8,5 x 27,5 cm

Sviluppi futuri

Con questo progetto ritengo che l'obiettivo che mi ero prefissata sia stato raggiunto, anche se consapevole che alcune parti di progettazione possono essere ancora migliorate. Ho pensato alla possibilità di alcuni sviluppi futuri del progetto ed altre componenti che potrebbero essere realizzate.

I primi sono più legate al progetto presentato all'interno del dossier, infatti prevedo una parte di oggettistica, sempre legata al mondo dell'alimentazione, come tovagliette, borse per la spesa o piatti e tovaglioli di carta per citarne alcuni, caratterizzati da un pattern ricavato dall'accostamento dei vari pittogrammi, oppure la realizzazione di un libro di cucina con ricette adatte a chi soffre di allergie.

Una diramazione del mio progetto potrebbe interessare i punti di ristoro, come mense e ristoranti self service, visto che anche in questo settore molto spesso chi ha queste difficoltà deve sempre chiedere quali ingredienti siano presenti, si potrebbe pensare di affiancare i pittogrammi ai loro menù o alle targhette esplicative poste di fianco ai piatti.

Grazie alla composizione del logotipo è possibile che in futuro si possa pensare di creare dei pittogrammi anche per gli altri tipi di allergie come ad esempio quelle legate ai materiali usati per l'abbigliamento o agli animali, in questi casi si andrà a sostituire la parola Food con ad esempio Wear.

Allegati

Statistiche

Di seguito troviamo tutti gli allegati che mi hanno permesso di capire quanto sono diffuse queste problematiche all'interno della Svizzera

INFO SU STATISTICHE

Da: Ferrari Giovanni <Giovanni.Ferrari@eoc.ch>
Oggetto: **R: Informazioni**
Data: 03 giugno 2014 16.37.50 GMT+02.00
A: 'Caneva Monica' <monica.caneva@student.supsi.ch>

Gentile signora Caneva,

Trova tutte le informazioni che mi ha chiesto e molto di più sul sito

<http://www.aha.ch/centro-allergie-svizzera/>

-fornirmi dei dati su quante persone soffrono di allergie alimentari e di intolleranze alimentari all'interno della Svizzera.

- allergie alimentari **2-4% negli adulti e 6-8% nei bambini**
- **intolleranza al lattosio 30% ca.**

-se queste sono più diffuse fra i bambini oppure fra gli adulti.

- allergie **bambini >>> adulti**

-se ci sono dei fattori determinanti che facilitano lo sviluppo di queste problematiche.

- Fattori rischio: **genitori allergici (genetica), dermatite atopica**

Cordiali saluti e scusi per la mia breve e concisa risposta. In caso di ulteriori domande resto a sua disposizione.

Cordiali saluti,
Giovanni Ferrari

Dr med. Giovanni Ferrari
Specialista FMH allergologia e immunologia clinica e FMH pediatria
Capo Servizio di allergologia e immunologia clinica

Ospedale San Giovanni
Via Ospedale
CH-6500 Bellinzona
Telefono: +41 (0)91 811 86 82
Fax: +41 (0)91 811 86 81

Ospedale Civico
Via Tesserete 46
CH-6903 Lugano
Telefono: +41 (0)91 811 63 61
Fax: +41 (0)91 811 66 65

Email: giovanni.ferrari@eoc.ch

-----Messaggio originale-----

Da: Caneva Monica [mailto:monica.caneva@student.supsi.ch]
Inviato: martedì, 3. giugno 2014 16:27

01.2 Informazioni membro USAV

Da: "Evelyne" <evelyne.battaglia@mangiasano.ch>
Oggetto: **R: Informazioni**
Data: 03 giugno 2014 18.22.21 GMT+02.00
A: "Caneva Monica" <monica.caneva@student.supsi.ch>

Gentile Monica, posso senz'altro darti qualche informazione.

Per i dati sulle percentuali della popolazione con allergia puoi trovare i dati abbastanza recenti nel **6. Rapporto svizzero sull'alimentazione, sottocapitolo sulle intolleranze alimentari e sulle allergie alimentari che riporta i dati in nostro possesso.**

Per la segnalazione, penso che tu conosca i simboli (p.e. spiga sbarrata per senza glutine) o le diciture : può contenere tracce di... che la legge codifica come obbligatorio.

Purtroppo non riprende tutte le sostanze questo modo di dichiarazione nutrizionale per chi soffre di intolleranze o allergie. Soprattutto lieviti e fruttosio sono a volte difficili da individuare.

Il sito svizzero delle allergie AHA fornisce anche varie info. E' indubbiamente interessante cercare un metodo non verbale. I simboli e loghi oggi usati sulle etichette alimentari non sono di facile intuizione e comprensione a volte per queste problematiche. Sul sito della Società svizzera di nutrizione ci sono alcuni paper sulla dichiarazione nutrizionali sulle etichette.

Se hai bisogno di altro o domande specifiche, puoi ricontattarmi. Cordiali saluti e auguri per il tuo lavoro, che mi piacerebbe senz'altro vedere una volta finito, (come rappresentanti dei consumatori ci interessa senz'altro il tema).

Evelyne Battaglia- Richi
Dietista SUP
Membro della Commissione Federale per l'Alimentazione USAV

Studio di Consulenza Dietetica
Via Motta 15 - 6900 Lugano -Tel/Fax. 091/921 15 41
www.mangiasano.ch-Cell.079/6510367

-----Messaggio originale-----

Da: Caneva Monica [mailto:monica.caneva@student.supsi.ch]
Inviato: martedì, 3. giugno 2014 16:46
A: evelyne.battaglia@mangiasano.ch
Oggetto: Informazioni

Buongiorno,
sono una studentessa in Comunicazione Visiva presso la

01.3 Informazioni Ufficio di statistica Ustat

Da: dfe-ustat.cids <dfe-ustat.cids@ti.ch>
Oggetto: **R: Informazioni**
Data: 03 giugno 2014 10.58.44 GMT+02.00
A: "monica.caneva@student.supsi.ch" <monica.caneva@student.supsi.ch>

Gentile signora Caneva,

in merito alla sua richiesta le rispondiamo che, purtroppo, **a livello di statistica pubblica non ci sono dati riguardante il tema delle allergie alimentari**. Le segnaliamo questo link <http://www.portal-stat.admin.ch/sgb2012/files/it/00.xml> si tratta dei risultati dell'indagine della salute in Svizzera 2012.

Inoltre può provare a contattare il Centro Allergie Svizzere <http://www.aha.ch/centro-allergie-svizzera/info-sulle-allergie/allergia/intolleranza-alimentare/intolleranze-alimentari/?oid=1584&lang=it> dove magari le possono dare qualche dato.

Cordiali saluti.

.....
Antoine Charpié
Ufficio di statistica
Centro informazione e documentazione statistica (CIDS)
Tel. diretto +41 91 814 50 20
Tel. centralino +41 91 814 50 16
Fax +41 91 814 50 19
antoine.charpie@ti.ch
Servizio informazioni: dfe-ustat.cids@ti.ch

Ufficio di statistica Ustat
via Bellinzona 31
CH-6512 Giubiasco

-----Messaggio originale-----

Da: Caneva Monica [<mailto:monica.caneva@student.supsi.ch>]
Inviato: lunedì, 2. giugno 2014 16:18
A: dfe-ustat
Oggetto: Informazioni

Salve,

sono una studentessa del terzo anno in Comunicazione Visiva presso la sede di

01.4 Informazioni

Aha! Centro Allergie Svizzera.

Da: "ahainfoline@aha.ch" <ahainfoline@aha.ch>
Oggetto: **AW: Informazioni**
Data: 05 giugno 2014 09.33.20 GMT+02.00
A: "monica.caneva@student.supsi.ch" <monica.caneva@student.supsi.ch>

Gentile signora Caneva,

grazie per la sua richiesta.

Purtroppo non ci sono dati precisi sull'incidenza di allergie e intolleranze alimentari in Ticino. In tutta la Svizzera si ritiene che **il 2-4% degli adulti e 4-8% dei bambini** sono affetti da **allergie alimentari**. Un'intolleranza al **lattosio hanno 15-20%** e una **celiachia circa 1%** della popolazione.

Le allergie alimentari più comuni e ulteriori informazioni possono essere trovati nei nostri opuscoli, che possono essere ordinati o scaricati dal sito www.aha.ch.

Per ulteriori informazioni può ricontattarci.

Con i migliori saluti
Karin Stalder
Vice-responsabile
Team specialistico

aha! Allergiezentrum Schweiz
aha! Centre d'Allergie Suisse
aha! Centro Allergie Svizzera

Scheibenstrasse 20
Postfach 1
3000 Bern 22
+41 31 359 90 50 (Infoline)
ahainfoline@aha.ch
www.aha.ch

Attenzione: la nostra consulenza non sostituisce in alcun modo una visita medica. Per una diagnosi precisa, rivolgetevi al vostro medico.

Sempre informati sulla diffusione dei pollini e sulle allergie: «[Pollini-News](#)» per smartphones.

Con i migliori saluti

-----Ursprüngliche Nachricht-----
Von: Caneva Monica [<mailto:monica.caneva@student.supsi.ch>]
Gesendet: Dienstag, 3. Juni 2014 15:56
An: info@aha.ch
Betreff: Informazioni

01.5 Capitolo 3.8 Intolleranze alimentari

Sesto Rapporto sull'alimentazione in Svizzera

Tabella 3.7. Frequenza delle intolleranze alimentari in Svizzera

	Frequenza stimata (in %)	Riferimento
Intolleranze non immunologiche		
Malassorbimento del fruttosio	12-16 %	254;259
Intolleranza al fruttosio, ereditaria	1:26 100	258
Intolleranza al lattosio	15-20 %	254;260
Carenza di lattasi primaria	2 %	255
Intolleranze immunologiche		
Celiachia	1 %	256
Allergie alimentari	2-3 % adulti	272
	2-4 % adulti	257;273;274
	3,1 % bambini (0-17 anni)	271
	2-8 % bambini piccoli	257;273;274
	1-5 % popolazione totale	268

Le frequenze stimate si basano su studi condotti in Paesi europei e in Svizzera nel periodo 1990-2010.

Non esistono studi che dimostrano che un riconoscimento precoce (screening) sistematico dell'osteoporosi sia utile ai fini della prevenzione delle fratture. In linea di principio, i pazienti che riportano una frattura non causata da un trauma commisurato (caduta da posizione eretta) e le persone che seguono una terapia cortisonica di lungo corso dovrebbero essere sottoposti a esami per l'osteoporosi. Nelle persone a rischio, il rischio di frattura dovrebbe essere rilevato conformemente alle raccomandazioni dell'Associazione Svizzera contro l'Osteoporosi e le fratture osteoporotiche dovrebbero essere trattate in modo adeguato (233;252).

3.8 Intolleranze alimentari

3.8.1 Frequenza

Le intolleranze alimentari possono essere suddivise in intolleranze **non immunologiche** e intol-

ranze immunologiche. Per la descrizione dettagliata delle malattie, delle loro (possibili) cause, della diagnostica, della terapia e delle conseguenze per la consulenza nutrizionale si rimanda ai relativi documenti riassuntivi (intolleranza al fruttosio: 253; intolleranza al lattosio: 254;255; celiachia: 256; allergia alimentare: 257).

La prevalenza delle intolleranze alimentari in Svizzera può essere solo stimata (tabella 3.7).

3.8.2 Intolleranze non immunologiche

Intolleranza al fruttosio

Un'intolleranza al fruttosio può insorgere a causa di un **difetto genetico dell'enzima aldolasi-B** (intolleranza al fruttosio ereditaria) oppure di un **disturbo dell'assorbimento enterale** (malassorbimento del fruttosio).

Si stima che nell'Europa centrale una persona su 26 100 sia affetta da un'intolleranza ere-

PIÙ ALLERGIE AI POLLINI
 SULLE REAZIONI AUMENTANO

bambini mostrano reazioni allergiche prevalentemente al **latte vaccino e alle uova**, manifestazioni che spesso **scompaiono con il raggiungimento dell'età scolare**; **successivamente** le allergie si manifestano prevalentemente **verso le arachidi, le noci, il pesce e la frutta**. Negli adulti si riscontrano prevalentemente allergie a **frutta, verdura, noci e arachidi**, perlopiù sotto forma di reazione incrociata con un'allergia ai pollini o al lattice (tabella 3.8). Ad esempio, l'8 per cento della popolazione europea soffre di un'allergia ai pollini della betulla e l'80 per cento di essi sviluppa anche un'allergia alimentare (265;269;270).

Relativamente all'incidenza delle allergie alimentari, non sono disponibili dati svizzeri aggiornati; una stima della prevalenza può tuttavia essere formulata, oltre che in base ai risultati di **EuroPrevall**, anche attingendo a diverse altre fonti (tabella 3.7).

Un **sondaggio telefonico rappresentativo** condotto in Svizzera nel 2003 fra un gruppo di genitori, a cui è stato chiesto se i loro figli (0-17 anni) soffrissero di **allergie alimentari**, ha fornito una prevalenza del **3,1 per cento** (271). Sono stati identificati i seguenti alimenti allergenici: **latte 34,8 per cento, frutta 26,1 per cento, uova 21,7 per cento, pesce 17,4 per cento, verdura, frutta a guscio, frutti di mare e grano 13,0 per cento, carne e legumi 8,7 per cento**. Questo studio, a cui oltre alla Svizzera hanno partecipato altri nove Paesi europei, ha fatto emergere non solo prevalenze estremamente diverse (1,7-11,7 %) nel confronto fra i Paesi, ma ha mostrato anche che, **nei diversi Paesi, un determinato alimento scatena reazioni allergiche in un numero estremamente variabile di bambini, ad esempio le uova sono allergeniche per il 7,1 per cento dei bambini austriaci e per il 27,9 per cento dei bambini slovacchi**.

Sulla base di alcuni studi clinici (doppio cieco, controllato con placebo, provocazione alimentare) condotti in alcuni Paesi europei selezionati, la frequenza stimata delle allergie alimentari si attesta in media al 2-3 per cento (272). Nello stesso intervallo di valori rientrano i dati di altri studi svizzeri (257;271;273;274). Il 2-6 per cento di tutti i bambini piccoli, il 3,1 per cento degli altri bambini e circa il 2-4 per cento degli adulti soffrono di allergie alimentari (tabella 3.7).

3.8.4 Importanza

Evoluzione della prevalenza delle intolleranze alimentari

Oltre all'assenza di iniziative di rilevazione di dati, a impedire una valutazione obiettiva dell'evoluzione della prevalenza delle intolleranze alimentari è anche il fatto che, oggi giorno, **la diagnosi delle intolleranze è migliore e più frequente rispetto al passato**. Poiché oggi in Svizzera vivono più persone di origine sudeuropea, africana e asiatica rispetto a circa 30 anni fa e questi Paesi sono interessati da una maggiore frequenza dell'intolleranza al lattosio, si presume che questo influisca in modo corrispondente sulla prevalenza dell'intolleranza al lattosio in Svizzera.

Le abitudini di consumo non hanno subito modificazioni di rilievo rispetto al 5° RAS (capitolo 2.3.2); in base a questa constatazione, una variazione della frequenza delle allergie alimentari appare alquanto improbabile. Tuttavia, la frequenza delle **allergie ai pollini in Svizzera è aumentata, pertanto deve essere messo in conto un incremento delle allergie alimentari associate ai pollini** (allergie incrociate; 265).

> Alimentazione e salute

Tabella 3.8: Selezione di frequenti allergie alimentari e allergie ai pollini con reattività incrociata (269)

Pollini / altre fonti di allergeni	Alimenti con reattività incrociata
Betulla	Albicocca, arachide, carota, ciliegia, kiwi, mandorla, mela, nettarina, nocciola, patata, pera, pesca, prugno, sedano, soia*
Graminacee	Arachide, arancia, bietola da costa, melone, patata, pomodoro
Artemisia	Banana, cetriolo, meloni, zucchetti
Platano	Arachide, ceci, fagiolini, kiwi, lattuga romana, mais, mela, meloni, nocciola, pesca

* (270)

ditaria al fruttosio (258). Questo disturbo si presenta molto più di rado rispetto al malassorbimento del fruttosio che, a seconda della causa, è reversibile (253). Considerato che l'80 per cento delle persone intolleranti al lattosio presenta anche un'intolleranza al fruttosio (259), è possibile ipotizzare che il malassorbimento del fruttosio interessi il 12-16 per cento della popolazione svizzera (tabella 3.7).

Intolleranza al lattosio

La frequenza dell'intolleranza al lattosio è minore in Europa settentrionale (< 10 %) e aumenta man mano che si scende verso Sud, passando dalla Germania (15-20 %) e all'Europa meridionale e orientale (fino al 70 % in Italia meridionale e in Turchia; 254;260). È pertanto possibile ipotizzare che in Svizzera, analogamente alla Germania, il 15-20 per cento della popolazione sia intollerante al lattosio (tabella 3.7). Poiché l'intolleranza al lattosio in determinate etnie è ancor più diffusa (253;261;262), è possibile pre-

sumere una maggiore frequenza in alcuni gruppi della popolazione migrante in Svizzera.

La prevalenza di una carenza primaria congenita di lattasi nell'Europa settentrionale è stimata al 2 per cento (255; tabella 3.7).

3.8.3 Intolleranze immunologiche

Celiachia

Si stima che in Svizzera l'1 per cento della popolazione sia affetto da celiachia (256; tabella 3.7). Non sono disponibili dati sulla ripartizione fra i sessi o sulla prevalenza nella popolazione migrante. Poiché in Turchia e in Croazia la celiachia si manifesta più frequentemente rispetto a quanto avviene in Svizzera (263;264), è possibile ipotizzare una maggiore prevalenza nelle persone di origine turca o croata residenti in Svizzera.

Allergie alimentari

L'elenco degli alimenti che più di frequente scatenano un'allergia non ha subito modificazioni dal 5° RAS: latte vaccino, uova, arachidi, noci, pesce, gamberi e crostacei, nonché nocciole, sedano, mele, carote, mandorle, pesche, soia, pomodori e piselli (257;265). L'allergia alla carne è piuttosto rara in Svizzera (266).

Il progetto europeo EuroPrevall (267) ha incrementato il livello delle conoscenze sulla prevalenza delle allergie alimentari, sugli alimenti allergenici e sui gruppi d'età interessati all'interno dell'Unione Europea, inclusa la Svizzera, e ha creato una raccolta di dati per gli scienziati nonché un sito Web informativo per le persone interessate (268). In base a queste analisi, la prevalenza di allergie alimentari clinicamente comprovate in Europa è pari all'1-5 per cento. I

↳ Possibile via di sviluppo per la zona
170 | Sesto Rapporto sull'alimentazione in Svizzera

Geo
Si consuma latte

> Alimentazione e salute

Prevenzione

In passato, per la prevenzione delle allergie veniva seguita la strategia del **non-contatto con gli agenti allergenici**; oggi si sta discutendo un approccio che prevede l'esposizione agli allergeni ai fini di una potenziale induzione della tolleranza (275;276).

Per evitare la celiachia è possibile fare ben poco. L'allattamento e l'introduzione di piccole quantità di glutine a partire dal 5° mese e al più tardi durante il 7° mese di vita, parallelamente all'allattamento, sembrano prevenire la celiachia. Per evitare la progressione della malattia o ricadute, è indispensabile seguire un'alimentazione priva di glutine (256). La caratterizzazione delle derrate alimentari aiuta nella scelta degli alimenti (277).

Riconoscimento precoce

Un'intolleranza alimentare dovrebbe essere riconosciuta il prima possibile al fine di evitare malattie secondarie come carenze di sostanze nutritive, ritardo di crescita nei bambini e modificazioni irreversibili della mucosa intestinale. In Svizzera non esistono misure di routine per il riconoscimento precoce delle intolleranze alimentari. Diverse società specializzate e organizzazioni sono tuttavia impegnate in iniziative di sensibilizzazione dei pediatri e dei medici scolastici nei confronti dei sintomi, al fine di individuare e curare i bambini colpiti quanto più precocemente possibile.

Malattie secondarie e manifestazioni concomitanti

Per alcune intolleranze alimentari sussiste il rischio di un approvvigionamento insufficiente di singole sostanze nutritive. Questo rischio non

può essere espresso in cifre, ma deve essere tenuto in considerazione:

- per scongiurare le conseguenze di un'intolleranza ereditaria al fruttosio, i soggetti colpiti devono evitare qualunque fonte di fruttosio; in caso di esposizione possono infatti ammalarsi gravemente o persino morire; le persone che soffrono di un malassorbimento del fruttosio devono invece evitare «solo» le varietà di frutta e verdura ricche di fruttosio. Si pone pertanto la domanda se, a fronte di queste misure preventive, sia garantito ad esempio un approvvigionamento sufficiente di folati oppure se tali nutrienti debbano essere integrati con supplementi specifici. Nelle persone con malassorbimento del fruttosio si osserva una carenza di acido folico e zinco (253);
- se non compensata con il consumo di prodotti privi di lattosio e preparati a base di lattasi, la rinuncia al latte e ai latticini fa sì che l'intolleranza al lattosio comporti il rischio di un approvvigionamento insufficiente di calcio e un maggiore rischio di osteoporosi (254);
- le persone affette da celiachia devono evitare i prodotti cerealicoli contenenti glutine e possono pertanto presentare un'assunzione insufficiente di fibre alimentari e sviluppare una carenza di vitamine del gruppo B (256);
- anche i soggetti interessati da allergie alimentari devono prestare attenzione a non sviluppare una carenza di sostanze nutritive – a seconda del numero, del tipo e della quantità di alimenti che non possono consumare.

Qualunque tentativo autonomo di terapia di un'intolleranza alimentare è assolutamente sconsigliabile. Sono importanti, nonché necessarie, una diagnosi univoca e un'assistenza medica e dietetica individuale.

Aspetti sociali e finanziari

Per evitare le conseguenze di un'intolleranza alimentare, le persone affette evitano di consumare determinati alimenti, un comportamento, questo, di importanza vitale in caso di intolleranza ereditaria al fruttosio, celiachia e alcune allergie alimentari. **I celiaci non possono consumare un'ampia gamma di alimenti e mangiare fuori casa può essere complicato. I prodotti privi di glutine, come paste alimentari, farine e pane, sono generalmente molto più cari rispetto ai prodotti tradizionali** (256) e, pertanto, non accessibili o limitatamente accessibili alle persone con basso reddito. Pure un'allergia alimentare può produrre un aumento del costo della vita (278). Oltre alle limitazioni fisiche e correlate all'alimentazione, anche le difficoltà economiche possono contribuire a rendere più difficile la vita delle persone affette.

3.9 Disturbi alimentari**3.9.1 Frequenza**

Le forme principali di disturbi alimentari sono l'anoressia nervosa (AN, ICD-10: F50.0) e la bulimia nervosa (BN, ICD-10: F50.2). Esistono inoltre forme transitorie e forme di comportamento alimentare problematico difficilmente definibili (EDNOS = Eating Disorder Not Otherwise Specified, disturbo alimentare non altrimenti specificato, ICD-10: F50.1 / F50.3 / F50.9). Queste comprendono la sindrome da alimentazione incontrollata (Binge Eating Disorder, BED), che diventerà una categoria diagnostica a sé stante (276). A queste si aggiungono l'ortoressia nervosa (ON), non classificata dal punto di vista medico e caratterizzata dall'ossessione per un

comportamento alimentare corretto (279). La sindrome dell'alimentazione notturna, in cui almeno un quarto del fabbisogno energetico viene assunto nelle ore serali e notturne, è tema di dibattito anche in Svizzera. La ricerca sta cercando di comprendere se questa sindrome rappresenti una forma di comportamento alimentare anomalo o piuttosto un disturbo psichico (280).

Comportamento alimentare disturbato (disturbo alimentare subclinico)

Quattro recenti sondaggi hanno cercato di rilevare i sintomi di un comportamento alimentare disturbato fra gli adolescenti e gli adulti (15;17;281;282). Lo studio *Swiss Multicenter Adolescent Survey on Health (SMASH)*, ormai datato, viene qui incluso nella presentazione dei dati poiché è l'unico studio di ampia portata condotto fra gli adolescenti svizzeri (283). I risultati degli studi si basano su metodi diversi e in parte non convalidati, circostanza che permette un confronto solo limitato; inoltre, nelle *ISS* e nello studio *SMASH* i criteri adottati non vengono specificati in dettaglio. Gli studi mostrano che l'induzione volontaria del vomito è piuttosto rara, tuttavia la perdita di controllo e gli attacchi di fame, oppure il «mangiare molto» e il «non poter smettere di mangiare» vengono citati con una notevole frequenza (tabella 3.9). Risultati simili fra gli adolescenti sono stati riferiti anche dal 4° RAS (284).

Le domande relative al rapporto con il peso corporeo fanno ipotizzare l'esistenza di disturbi alimentari o, almeno, di una percezione distorta del corpo. Dalla prima *ISS*, la percentuale di persone insoddisfatte del proprio peso corporeo è rimasta all'incirca costante. Il 33 per cento delle persone fra i 15 e i 49 anni intervistate nell'ambito dell'*ISS07* ha dichiarato di essere insoddisfatta del proprio peso corporeo (37 % delle donne,

Normative

22.11.2011



Gazzetta ufficiale dell'Unione europea

L. 304/31

2. Gli ingredienti sono designati, se del caso, con la loro denominazione specifica, conformemente alle regole previste all'articolo 17 e all'allegato VI.

3. Tutti gli ingredienti presenti sotto forma di nanomateriali ingegnerizzati sono chiaramente indicati nell'elenco degli ingredienti. La dicitura «nano», tra parentesi, segue la denominazione di tali ingredienti.

4. Le prescrizioni tecniche che disciplinano l'applicazione dei paragrafi 1 e 2 del presente articolo sono stabilite nell'allegato VII.

5. Allo scopo di realizzare gli obiettivi del presente regolamento, la Commissione, mediante atti delegati a norma dell'articolo 51, adegua e adatta la definizione di nanomateriali di cui all'articolo 2, paragrafo 2, lettera t), al progresso tecnico e scientifico o alle definizioni concordate a livello internazionale.

Articolo 19

Omissione dell'elenco degli ingredienti

1. Per i seguenti alimenti non è richiesto un elenco degli ingredienti:

- a) gli ortofruitticoli freschi, comprese le patate, che non sono stati sbucciati o tagliati o che non hanno subito trattamenti analoghi;
- b) le acque gassificate dalla cui descrizione risulti tale caratteristica;
- c) gli aceti di fermentazione provenienti esclusivamente da un solo prodotto di base, purché non siano stati aggiunti altri ingredienti;
- d) i formaggi, il burro, il latte e le creme di latte fermentati, purché non siano stati aggiunti ingredienti diversi dai prodotti derivati dal latte, gli enzimi alimentari e le colture di microrganismi necessari alla fabbricazione o ingredienti diversi dal sale necessario alla fabbricazione di formaggi che non siano freschi o fusi;
- e) alimenti che comprendono un solo ingrediente a condizione che la denominazione dell'alimento:
 - i) sia identica alla denominazione dell'ingrediente; oppure
 - ii) consenta di determinare chiaramente la natura dell'ingrediente.

2. Al fine di tener conto dell'utilità per il consumatore di un elenco di ingredienti per tipi o categorie specifici di alimenti, in casi eccezionali la Commissione può, mediante atti delegati ai sensi dell'articolo 51, integrare il paragrafo 1 del presente articolo nella misura in cui le omissioni non provochino un'adeguata informazione del consumatore finale o delle collettività.

Articolo 20

Omissione dei costituenti di un prodotto alimentare dall'elenco degli ingredienti

Fatto salvo l'articolo 21, nell'elenco degli ingredienti non è richiesta la menzione dei seguenti costituenti di un alimento:

- a) i costituenti di un ingrediente che sono stati temporaneamente separati durante il processo di fabbricazione e successivamente reintrodotti in quantità non superiore alla proporzione iniziale;
- b) gli additivi e gli enzimi alimentari:
 - i) la cui presenza in un determinato alimento è dovuta unicamente al fatto che erano contenuti in uno o più ingredienti di tale alimento, conformemente al principio del trasferimento di cui all'articolo 18, paragrafo 1, lettere a) e b), del regolamento (CE) n. 1333/2008, purché non svolgano una funzione tecnologica nel prodotto finito; oppure
 - ii) che sono utilizzati come coadiuvanti tecnologici;
- c) i supporti e le sostanze che non sono additivi alimentari, ma sono utilizzati nello stesso modo e allo stesso scopo dei supporti e sono utilizzati nelle dosi strettamente necessarie;
- d) le sostanze che non sono additivi alimentari, ma sono utilizzate nello stesso modo e allo stesso scopo dei coadiuvanti tecnologici e sono ancora presenti nel prodotto finito, anche se in forma modificata;
- e) l'acqua:
 - i) quando è utilizzata, nel corso del processo di fabbricazione, solo per consentire la ricostituzione di un ingrediente utilizzato sotto forma concentrata o disidratata; o
 - ii) nel caso di un liquido di copertura che non è normalmente consumato.

~~Articolo 21~~

Etichettatura di alcune sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze

1. Fatte salve le disposizioni adottate ai sensi dell'articolo 44, paragrafo 2, le indicazioni di cui all'articolo 9, paragrafo 1, lettera c), sono conformi ai requisiti seguenti:

- a) **figurano nell'elenco degli ingredienti** conformemente alle disposizioni stabilite all'articolo 18, paragrafo 1, con un riferimento chiaro alla denominazione della sostanza o del prodotto figurante nell'elenco **dell'allegato II** nonché

b) ~~la denominazione della sostanza o del prodotto figurante nell'allegato II è evidenziata attraverso un tipo di carattere chiaramente distinto dagli altri ingredienti elencati, per esempio per dimensioni, stile o colore di sfondo.~~

Ma PATNERE CONI

~~In mancanza di un elenco degli ingredienti, le indicazioni di cui all'articolo 9, paragrafo 1, lettera c), includono il termine **contiene** seguito dalla denominazione della sostanza o del prodotto figurante nell'elenco dell'allegato II.~~

Quando più ingredienti o coadiuvanti tecnologici di un alimento provengono da un'unica sostanza o da un unico prodotto figurante nell'elenco dell'allegato II, ciò è precisato nell'etichettatura per ciascun ingrediente o coadiuvante tecnologico in questione.

Nei casi in cui la denominazione dell'alimento fa chiaramente riferimento alla sostanza o al prodotto in questione, le indicazioni di cui all'articolo 9, paragrafo 1, lettera c), non sono richieste.

2. Per garantire una migliore informazione dei consumatori e tenere conto del progresso scientifico e delle conoscenze tecniche più recenti, la Commissione riesamina sistematicamente e, se necessario, aggiorna l'elenco dell'allegato II mediante atti delegati, ai sensi dell'articolo 51.

Qualora, in caso di emergenza che ponga a rischio la salute dei consumatori, motivi imperativi d'urgenza lo richiedano, la procedura di cui all'articolo 52 si applica agli atti delegati adottati ai sensi del presente articolo.

Articolo 22

Indicazione quantitativa degli ingredienti

1. L'indicazione della quantità di un ingrediente o di una categoria di ingredienti utilizzati nella fabbricazione o nella preparazione di un alimento è richiesta quando tale ingrediente o categoria di ingredienti:

- figura nella denominazione dell'alimento o è generalmente associato a tale denominazione dal consumatore;
- è evidenziato nell'etichettatura mediante parole, immagini o una rappresentazione grafica; o
- è essenziale per caratterizzare un alimento e distinguerlo dai prodotti con i quali potrebbe essere confuso a causa della sua denominazione o del suo aspetto.

2. Le norme tecniche per l'applicazione del paragrafo 1, compresi i casi particolari nei quali l'indicazione della quantità di taluni ingredienti non è richiesta, sono stabilite nell'allegato VIII.

Articolo 23

Quantità netta

1. La quantità netta di un alimento è espressa utilizzando, a seconda dei casi, il litro, il centilitro, il millilitro, il chilogrammo o il grammo:

- in unità di volume per i prodotti liquidi;
- in unità di massa per gli altri prodotti.

2. Per garantire una migliore comprensione delle informazioni sugli alimenti figuranti sull'etichettatura da parte del consumatore, la Commissione può stabilire, mediante atti delegati ai sensi dell'articolo 51, un modo di espressione della quantità netta diverso da quello previsto dal paragrafo 1 del presente articolo.

3. Le norme tecniche per l'applicazione del paragrafo 1, compresi i casi particolari nei quali l'indicazione della quantità netta non è richiesta, sono stabilite nell'allegato IX.

Articolo 24

Termine minimo di conservazione, data di scadenza e data di congelamento

1. Nel caso di alimenti molto deperibili dal punto di vista microbiologico che potrebbero pertanto costituire, dopo un breve periodo, un pericolo immediato per la salute umana, il termine minimo di conservazione è sostituito dalla data di scadenza. Successivamente alla data di scadenza un alimento è considerato a rischio a norma dell'articolo 14, paragrafi da 2 a 5, del regolamento (CE) n. 178/2002.

2. La data da menzionare è indicata conformemente all'allegato X.

3. Per assicurare un'applicazione uniforme del modo d'indicare il termine minimo di conservazione di cui all'allegato X, punto 1, lettera c), la Commissione può adottare atti di esecuzione che definiscono le norme al riguardo. Tali atti di esecuzione sono adottati secondo la procedura d'esame di cui all'articolo 48, paragrafo 2.

Articolo 25

Condizioni di conservazione o d'uso

1. Per gli alimenti che richiedono condizioni particolari di conservazione e/o d'uso, tali condizioni devono essere indicate.

2. Per consentire una conservazione o un uso adeguato degli alimenti dopo l'apertura della confezione, devono essere indicate le condizioni di conservazione e/o il periodo di consumo, se del caso.

ALLEGATO II

SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

1. Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:
 - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio⁽¹⁾;
 - b) maltodestrine a base di grano⁽¹⁾;
 - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
 - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
2. Crostacei e prodotti a base di crostacei,
3. Uova e prodotti a base di uova,
4. Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:
 - a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
 - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
5. Arachidi e prodotti a base di arachidi,
6. Soia e prodotti a base di soia, tranne:
 - a) olio e grasso di soia raffinato⁽¹⁾;
 - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
 - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
 - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.
7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
 - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
 - b) latticello.
8. Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
9. Sedano e prodotti a base di sedano.
10. Senape e prodotti a base di senape.
11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.
12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
13. Lupini e prodotti a base di lupini.
14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

⁽¹⁾ E i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato dall'Autorità per il prodotto di base da cui sono derivati.

02.2 Ordinanza del DFI sulla caratterizzazione e la pubblicità delle derrate alimentari (OCDerr)

Ordinanza del DFI sulla caratterizzazione e la pubblicità delle derrate alimentari (OCDerr)

817.022.21

del 23 novembre 2005 (Stato 1° gennaio 2014)

Il Dipartimento federale dell'Interno (DFI),

visti gli articoli 10 capoverso 3, 26 capoversi 2, 5 e 6, 27 capoverso 3, 29 capoverso 2 e 80 capoverso 9 dell'ordinanza del 23 novembre 2005¹ sulle derrate alimentari e gli oggetti d'uso (ODerr),²

ordina:

Capitolo 1: Disposizioni generali

Art. 1

¹ La presente ordinanza disciplina le indicazioni che devono caratterizzare le derrate alimentari in generale, le modalità di tale caratterizzazione e della loro pubblicità.

² Le caratterizzazioni specifiche e la pubblicità dei singoli tipi di derrate alimentari sono disciplinate nelle ordinanze concernenti i prodotti specifici della legislazione sulle derrate alimentari.

³ La caratterizzazione comprende tutte le diciture sull'imballaggio, la confezione o l'etichetta di un prodotto.

Capitolo 2: Derrate alimentari preimballate

Sezione 1: Indicazioni necessarie

Art. 2

¹ Le derrate alimentari preimballate, al momento della consegna al consumatore devono essere caratterizzate con le indicazioni seguenti:

- a. la denominazione specifica (art. 3 e 4);
- b. l'elenco degli ingredienti (art. 5-7);
- c. indicazioni concernenti allergeni e altre sostanze che potrebbero provocare reazioni indesiderate (art. 8);

RU 2005 6159

¹ RS 817.02

² Nuovo testo giusta il n. I dell'O del DFI del 26 nov. 2012, in vigore dal 1° gen. 2013 (RU 2012 6811).

¹¹ Le derrate alimentari la cui conservabilità è prolungata mediante gas d'imballaggio devono recare un'indicazione quale «confezionato in atmosfera protettiva».

¹² È vietato usare nomi di fantasia o nomi di produttore.

Art. 7 Indicazione degli ingredienti composti

¹ Se un ingrediente è a sua volta composto da due o più ingredienti (ingrediente composto; p. es. cioccolato in quanto ingrediente, che a sua volta è composto da zucchero, burro di cacao, massa di cacao ecc.) ed è disciplinato da un'ordinanza, esso può essere indicato mediante la sua denominazione specifica (p. es. cioccolato), a condizione di aggiungere immediatamente la sua composizione. Per gli additivi, devono essere indicati solo quelli che hanno ancora tecnologicamente effetto sul prodotto finale. È fatto salvo l'articolo 8.

² Se nel prodotto finale la parte di ingrediente composto è inferiore a 5 per cento in massa, devono essere dichiarati solo gli additivi che hanno ancora tecnologicamente effetto sul prodotto finale. È fatto salvo l'articolo 8.

³ Se un ingrediente è componente della derrata alimentare, ma anche sottocomponente di un suo ingrediente composto dichiarato nell'elenco degli ingredienti con la sua denominazione specifica, non occorre indicarlo più di una volta nell'elenco degli ingredienti. In tal caso va indicato, vicino all'elenco degli ingredienti, che l'ingrediente in questione è parte della derrata, ma anche sottoingrediente di un suo ingrediente.

⁴ Se una derrata alimentare autorizzata (art. 5 cpv. 1 ODerr) è ingrediente di una derrata alimentare composta (art. 4 cpv. 3 ODerr), nell'elenco degli ingredienti va indicato il numero di autorizzazione (art. 6 cpv. 3 ODerr), immediatamente dopo l'indicazione dell'ingrediente, tra parentesi.

Sezione 4: Sostanze che potrebbero provocare allergie o altre reazioni indesiderate

Art. 8

¹ Per gli ingredienti (derrate alimentari e additivi) che sono allergeni o sostanze provocanti altre reazioni indesiderate secondo l'allegato 4 o ricavati da tali sostanze e che, anche se eventualmente in forma modificata, sono presenti nel prodotto finito, vale quanto segue:

- a. devono essere **chiaramente denominati nell'elenco degli ingredienti** (p. es. «malto d'orzo», «emulsionante (lecitina di soia)», «aroma naturale di arachidi»);
- b. la loro indicazione deve essere **evidenziata rispetto al resto dell'elenco degli ingredienti mediante il carattere, lo stile, il colore dello sfondo o altri accorgimenti adeguati**;

817.022.21

Derrate alimentari e oggetti d'uso

- c. per i prodotti per cui non è previsto un elenco degli ingredienti devono essere indicati con la parola «contiene» seguita dalla denominazione degli ingredienti corrispondenti.²⁶

^{1bis} L'indicazione secondo il capoverso 1 non è necessaria:

- a. se la denominazione specifica della derrata alimentare contiene un'informazione chiara relativa all'ingrediente corrispondente;
- b. per formaggio e burro, latte e panna fermentati, sempre che i loro ingredienti consistano esclusivamente nelle sostanze costitutive del latte, negli enzimi e nelle colture di microrganismi necessari per la fabbricazione oppure nel sale necessario alla fabbricazione di formaggio, salvo il formaggio fresco o formaggio fuso.²⁷

² Il capoverso 1 si applica per analogia anche alle sostanze ausiliarie per la lavorazione, alle sostanze di supporto e ai solventi veicolati, agli antiossidanti e ai conservanti autorizzati negli aromi, così come agli additivi trasferiti (p. es. «colorante E 129 (su amido di frumento)»).

^{2bis} Se in una derrata alimentare vari ingredienti o sostanze ausiliarie per la lavorazione di cui ai capoversi 1 e 2 sono stati ottenuti da un'unica sostanza o prodotto menzionato nell'allegato 1, ciò deve risultare chiaramente dalla caratterizzazione di cui al capoverso 1 lettera a per ciascuno di questi ingredienti o sostanze ausiliarie.²⁸

³ Gli ingredienti ai sensi dei capoversi 1 e 2 devono essere indicati anche se sono stati mescolati inavvertitamente in un'altra derrata alimentare o ne hanno contaminato il contenuto, purché il loro tenore, riferito al prodotto finale, superi o possa superare le quantità seguenti:

- a. 10 mg di SO₂ per kg o l, nel caso dei solfiti;
- b. 10 mg di prolamina (gliadina) per 100 g in massa liofilizzata di derrata alimentare, nel caso di cereali contenenti glutine;
- ^{b^{bis}}²⁹ 1 g per kg o l di derrata alimentare pronta al consumo, nel caso del lattosio;
- c. 1 g per kg o l di derrata alimentare pronta al consumo, per tutti gli altri casi;
- d.³⁰ nel caso degli oli e grassi vegetali contenenti olio d'arachidi completamente raffinato; 10 g di olio di arachidi per chilogrammo o litro di derrata alimentare pronta al consumo.

²⁶ Nuovo testo giusta il n. I dell'O del DFI del 25 nov. 2013, in vigore dal 1° gen. 2014 (RU 2013 5031).

²⁷ Introdotto dal n. I dell'O del DFI dell'11 mag. 2009 (RU 2009 2025). Nuovo testo giusta il n. I dell'O del DFI del 13 ott. 2010, in vigore dal 1° nov. 2010 (RU 2010 4649). Vedi anche la disp. fin. della mod. dell'11 mag. 2009 alla fine del presente testo.

²⁸ Introdotto dal n. I dell'O del DFI del 25 nov. 2013, in vigore dal 1° gen. 2014 (RU 2013 5031).

²⁹ Introdotto dal n. I dell'O del DFI del 25 nov. 2013, in vigore dal 1° gen. 2014 (RU 2013 5031).

³⁰ Introdotto dal n. I dell'O del DFI dell'11 mag. 2009 (RU 2009 2025). Nuovo testo giusta il n. I dell'O del DFI del 17 mar. 2010, in vigore dal 1° apr. 2010 (RU 2010 975). Vedi anche la disp. fin. della mod. dell'11 mag. 2009 alla fine del presente testo.

⁴ Il responsabile deve essere in grado di provare che sono state applicate tutte le misure previste nell'ambito della «Buona prassi di fabbricazione» allo scopo di impedire o ridurre al minimo le miscele casuali ai sensi del capoverso 3.

⁵ Le miscele ai sensi del capoverso 3, che si situano al di sotto dei limiti massimi stabiliti nel capoverso stesso, possono essere indicate.

⁶ ~~Le indicazioni ai sensi del capoverso 3~~ (p. es. «può contenere arachidi») **vanno poste immediatamente dopo l'elenco degli ingredienti.**

⁷ Se è possibile fornire la prova che singoli ingredienti, fabbricati con ingredienti di cui all'allegato 1, non provocano allergie o altre reazioni indesiderate, è consentito rinunciare all'indicazione prevista dai capoversi 1-3.

⁸ Gli ingredienti ai sensi del capoverso 2 ed elencati nell'allegato 1 **devono essere indicati sull'etichettatura di bevande con un tenore alcolico superiore all'1,2 per cento in volume.** Questa indicazione è composta dalla parola «contiene» seguita dalla denominazione dell'ingrediente corrispondente.³¹

Sezione 5: Indicazione quantitativa degli ingredienti

Art. 9 Principio ed eccezioni

¹ La quantità di un ingrediente deve essere indicata se l'ingrediente è:

- a. menzionato nella denominazione specifica (p. es. «yogurt alle fragole», «sorbetto alla frutta», «pizza al prosciutto»);
- b. abitualmente messo in relazione dai consumatori alla denominazione specifica della derrata alimentare (p. es. carne di manzo nel «gulasch»); oppure
- c. messo in evidenza sull'etichetta, sull'imballaggio o sulla confezione con parole, immagini o rappresentazioni grafiche (p. es. «al burro», «con arachidi»).

² Il capoverso 1 non si applica a:

- a. ingredienti il cui peso sgocciolato è specificato;
- b. ingredienti utilizzati in quantitativi minimi per conferire un sapore (p. es. spezie o loro estratti);
- c. casi nei quali, in base ad altre prescrizioni della presente ordinanza, occorre indicare la presenza di edulcoranti, alcol, caffeina, chinina, anidride carbonica o zucchero (p. es. «con zucchero ed edulcoranti», «contiene alcol», «contiene anidride carbonica», «zuccherato»);
- d. ingredienti le cui quantità devono figurare conformemente a un'altra prescrizione;

³¹ Introdotto dal n. 1 dell'O del DFI dell'11 mag. 2009, in vigore dal 25 mag. 2009 (RU 2009 2025). Vedi anche la disp. fin. di detta mod. alla fine del presente testo.

Interviste

Che differenza c'è tra allergie e intolleranze alimentari?

Nell'allergia solitamente c'è implicato il sistema immunitario che produce degli anticorpi anomali che si chiamano IgE è un tipo di anticorpo particolare che da origine alle reazioni di tipo allergiche, quindi quando c'è un'allergia il paziente ha questi anticorpi che si chiamano IgE che possiamo trovare nel sangue che producono allergie alla nocciola per chi è allergico alla nocciola e poi possiamo verificarlo facendo test sulla pelle mettendo un estratto di nocciola che da origine a un ponfo rosso che gratta se questo paziente a questi anticorpi anomali che scatenano questa reazione allergica, questo è per noi la definizione di allergia. La definizione di intolleranza significa solitamente è quando ci sono delle reazioni avverse dove il sistema immunitario non è implicato, quindi se uno ha un'intolleranza al lattosio è perché ha un enzima che non digerisce il lattosio quindi il sistema immunitario non ha niente a che vedere, se uno ha un'intolleranza al fruttosio quando mangia la frutta lì si gonfia la pancia, ma non c'entra niente il sistema immunitario perché manca l'enzima che digerisce il fruttosio. Tra questi c'è una sola eccezione la celiachia che non è un'allergia fa parte delle intolleranze e lì il sistema immunitario però è implicato perché produce certe volte degli anticorpi diversi che si chiamano IgG che sono all'origine delle reazioni che portano un danno della mucosa intestinale che è quella tipica del celiaco. Ecco una cosa che la gente pensa sempre che è sbagliatissima non è che l'allergia è grave e l'intolleranza non è grave che è un pò il concetto che ha la gente in giro. E' grave allora ho l'allergia non è grave allora ho l'intolleranza. Non ha niente a che vedere, la celiachia è una malattia gravissima ed è un'intolleranza, mentre c'è gente allergica alle mele che li gratta un pò la bocca e non è grave per niente. Ecco questa è un pò la definizione di allergia e intolleranza.

Da quali fattori possono nascere allergie e intolleranze?

Sono discorsi completamente diversi, l'allergia è una cosa ereditaria quindi magari la mamma e il papà hanno il raffreddore da fieno e il bambino ha l'allergia alle spagnolette, agli arachidi o alla nocciola, quindi qui c'è una componente genetica evidente. Il perché uno da un giorno all'altro diventa allergico al sedano o all'arachide nessuno lo sa ancora c'è una predisposizione genetica bisogna mangiare l'alimento un pò di volte poi perché da un giorno all'altro il sistema immunitario comincia a produrre gli anticorpi anomali non si sa ancora non c'è una spiegazione che ti permette di dare una risposta, si diventa malati ma il perché lo si diventa non si sa.

Mentre per le intolleranze, noi usiamo molto poco la parola intolleranza a differenza dei colleghi naturopati da noi ci sono poche intolleranze c'è l'intolleranza al lattosio, fruttosio, la celiachia, l'intolleranza all'istamina che è un'entità che non è così sicura che quando la gente la mangia si gratta. Per esempio l'intolleranza al lattosio è anche qui un pò genetica, c'è tanta gente che sviluppa un'intolleranza al lattosio perché ha nel suo dna il gene che deve un pò sviluppare, questo è un pò ereditario. La celiachia è parzialmente ereditaria non lo è così in modo evidente però qui anche spesso in famiglia, ho dei pazienti che hanno il nonno o la nonna celiaca quindi hanno il rischio di sviluppare anche loro la celiachia. C'è una componente quindi genetica poi il perché a un certo punto perché uno sviluppa la malattia nelle allergie non sappiamo, nelle intolleranze è più semplice, ad esempio nell'intolleranza al lattosio la gente nasce con l'enzima per digerire il lattosio poi a un certo punto nel suo dna c'è l'ordine che questo enzima deve scomparire con l'età 7, 8, 15 anni e quindi viene a mancare dopo non c'è più quindi queste persone non possono più bere latte con lattosio se no si gonfia la pancia, flatulenza e questo è scritto nel dna, quindi è obbligatorio non ci sfuggi.

E' possibile guarire da un'allergia o un'intolleranza?

Con quella genetica quando ti viene ti resta, la celiachia quando ti viene ti resta non te la toglie più idem con l'intolleranza al fruttosio, quindi purtroppo quando ti viene non ti passa più. Le allergie ad esempio c'è gente che diventa allergico alle allergie alimentari. E' diverso da adulti e bambini, molti bambini perdono l'allergia. Molto frequente l'allergia al latte di mucca nei piccoli ci sono bambini che sono allattati non han problemi poi vengono messi al latte di mucca e si riempiono di ezema, diventano rossi si grattano, sono nervosi non dormono, allora li li toglie il latte e guariscono dopo tot mesi e questi bambini sono allergici al latte se li fai il test sulla pelle o del sangue risultano positivi al latte. Spesso questi bambini qui li lasci senza latte per un pò di anni e poi dopo glielo rimetti e hanno perso la loro allergia al latte, quasi tutti dai 6/7 anni hanno perso l'allergia al latte. Quindi le allergie alimentari nel bambino spesso vengono a scomparire diventando più grandi. Se uno da adulto diventa allergico ai gamberoni e ai crostacei se la tiene tutta la vita non li va più via, per cui per tutta la vita non potrà mai più mangiare crostacei. E' molto diversa da un'allergia alimentare da bambino da un'allergia alimentare da adulto.

Quindi Bisogno di MIEGLIORI CAMMINI CROTONI

Da quanto tempo si parla di allergie e intolleranze alimentari? Perché nell'ultimo se ne sente parlare sempre più spesso?

Di allergia se ne parla dal 1800, l'allergia è una cosa molto codificata abbiamo dei test affidabili, abbiamo delle diagnosi molto più precise, degli esami del sangue molto più affidabili e già da sempre sappiamo che ci sono le allergie alimentari. Di allergia si moriva già nel 3000 a.C. ad esempio un faraone è morto perché stato punto da un'ape, quindi le allergie ci sono sempre state erano meno diagnosticate forse anche perché c'erano anche meno allergologi. Le allergie alimentari stanno aumentando, il numero di allergici aumenta, la gente è sempre più allergica e quindi c'è non solo più raffreddore da fieno o asma, ma anche più allergie alimentari. Un'altro fattore importante per l'aumento è anche perché mangiamo molte più cose del passato, io vedo tante allergie ai kiwi, cinquantanni fa il kiwi in Ticino non esisteva e nessuno in Ticino era allergico ai kiwi, adesso c'è un sacco di gente allergica ai kiwi, o allergica ai Lici o agli alimenti che sono arrivati dall'Asia ecc, che fanno anche tanta allergia, per cui capisci che anche molto legato all'alimentazione che è diventata molto più variata. Quando i nostri nonni mangiavano solo farina di castagne o erano allergici alla castagna o non avevano allergie. L'aumento del cibo ha implicato molte più allergie perché siamo esposti a molte più sostanze. C'è da dire che probabilmente ci sono dei cambiamenti anche proprio negli alimenti stessi che sono diventati un pò più allergizzanti e questo evidentemente è un altro fattore che può spiegare il fatto che ci sono più allergici alimentari. Ti segnalo che le allergie alimentari sono nell'ordine gli alimenti più allergizzanti in assoluto in Svizzera sono primo il sedano crudo che è quello che fa le allergie più gravi, subito dopo la nocciola, le nocciole le noci e le mandorle, e poi dopo ci sono tanti altri alimenti che possono fare allergia, lì poi dipende sempre dall'età adesso parlo piuttosto degli adulti, che tra le più gravi troviamo anche l'allergia ai crostacei. Nel bambino quelle che vediamo spesso sono latte uova farina, sono diciamo quelle che fanno spesso allergia nel bambino. Chi deve diventare allergico al latte lo diventa da bambino, non lo diventa da adulto, l'allergia al latte da adulto è rarissima. Per quanto riguarda le intolleranze se ne sente parlare sempre di più perché è diventata la moda e tante persone che non son neanche dottori fanno naturopati che prima facevano il fisioterapista o l'elettricista, si mettono a fare dei test che non sono affidabili e trovano un'intolleranza a tutti e quindi c'è in giro una caterba di gente che dice che ha intolleranze o che ha cose, ma in realtà non c'è nessuna prova scientifica che lo dimostri, per cui si parla tanto di intolleranza alimentare perché è la moda, i giornali sempre più ne parlano e quindi la gente va a fare i test del capello, della biorisonanza, test che purtroppo non hanno nessuna affidabilità, per cui c'è un sacco di gente che dice di soffrire d'intolleranze. Per quelle vere soprattutto per quanto riguarda la celiachia c'è un aumento certamente perché viene più diagnosticata di prima, prima non ci pensavamo, quindi adesso c'è molta più gente che soffre di celiachia perché stiamo molto più attenti a fare test col sangue e gastroscopia con la biopsia dell'intestino

per fare la diagnosi, mentre vent'anni fa non ci pensavamo e non lo facevamo è aumentato il numero anche perché i dottori sono migliorati nel diagnosticarlo. Da un lato aumenta il numero di gente che è allergica, forse aumenta la gente che ha la celiachia però anche perché la diagnosticiamo di più, la diagnosticiamo meglio e poi c'è una caterba di gente che ha delle presunte intolleranze che quelle sono un po' la moda ecco.

Allergeni all'interno dei prodotti alimentari

È pessima in Svizzera è pessima, devo dire la verità è una cosa catastrofica adesso c'è una revisione che si sta facendo a livello federale, verrà fuori una nuova ordinanza federale per l'etichettatura, perché si sono resi conto che non siamo molto compatibili, cioè non siamo a livello del resto dell'Europa. L'Europa ha delle normative molto più severe, molto più affidabili, molto più precise, il fabbricante deve scrivere tutto quello che c'è, se la fabbricazione è fatta in una catena di montaggio dove è passato un alimento che conteneva una sostanza allergizzante può contenere tracce di arachide, di nocciola, se è stato fabbricato nella stessa catena di montaggio dove hanno prodotto il giorno prima biscotti con le nocciole, poi però il giorno dopo ne producono senza anche se hanno fatto le pulizie nell'intervallo bisogna marcarlo. L'Europa sono già davanti, l'Italia è molto forte, molto migliore di noi, rispetto a quello che abbiamo noi in Svizzera proprio perché le etichette sono estremamente lacunose e devo dire che anche per me; quando io chiedo qui è molto più difficile che avere delle informazioni in Italia, in Italia se io scrivo mi rispondono, invece qui non mi rispondono neanche, perché io ho avuto delle reazioni allergiche volevo sapere cosa c'era in quel prodotto. Noi siamo veramente ancora un po' all'età della pietra in questo ambito, però ci sarà una revisione delle direttive a livello federale per cui probabilmente ci adegueremo alle direttive europee. Per esperienza personale ti garantisco che siamo un po' indietro in Svizzera.



BISOGNO DEL MIO PROGETTO

Intervista Denise

Diane 6 anni Svizzera

Di cosa soffri?

Intolleranza alimentare.

A quali alimenti sei allergico o intollerante?

Sono celiachia

Bisogno di maggiore
comunicazione

PROBLEMI CARATTERI

Trovi che gli allergeni siano segnalati in maniera chiara ed efficace sulle confezioni dei prodotti, o riscontri delle difficoltà nel riconoscerli?

E' molto difficile perché poi le etichette son scritte molto in piccolo, devi proprio andare in ricerca, perché in generale qui in Svizzera ci sono pochi prodotti che c'è scritto abbastanza esplicitamente senza glutine, perché il glutine non è contenuto solo all'interno delle farine ma ci sono anche altri ingredienti che lo tengono e devi quasi fare uno studio per capire quali sono. Non puoi essere sicura se non c'è scritto dal fabbricante senza glutine, il quale si deve prendere la responsabilità, anche perché ci sono persone ipersensibili che devono fare attenzione anche ad esempio a non mischiare gli attrezzi da cucina con attrezzi utilizzati per preparare pietanze contenenti glutine.

Vi capita di avere difficoltà a capire se è presente o meno l'allergene all'interno del prodotto?

Ci sono dei prodotti che se tu guardi bene e leggi bene dici ok questo posso comprarlo è senza glutine, però sarebbe meglio se fosse scritto esplicitamente. Su certi prodotti se devi per forza leggere gli ingredienti per la dimensione dei caratteri è difficile leggere tutto non riesci ma anche per la luce dei negozi o il tipo di carta utilizzata nelle confezioni.

Pensi che la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti potrebbe essere migliorata?

Se ci fosse una segnalazione anche davanti, con la scritta senza glutine non ci vorrebbe chissà che cosa, così la gente capisce subito. Oppure trovare la segnalazione sempre nella stessa posizione in maniera da sapere che se la cerco la trovo in quel posto. In modo che non devi andare più a leggere ingrediente per ingrediente, che tante volte è nascosto sotto qualche nome ad esempio in latino e non si capisce. Anche per chi allergico ai latticini ho visto che vendono alla Migros dei prodotti marchiati Ahà!, che ha anche dei prodotti senza glutine, e lì c'è scritto proprio davanti senza uova e senza lattosio però non senza glutine io non sapevo presempio se andava bene per me, così devi leggerli comunque l'etichetta per vedere se è presente e a volte capita appunto che sia nascosto con qualche nome o abbreviazione che non conosci. Come qui davanti in tre righe c'era che non c'era lattosio, uova e qualcosa altro e poi ho dovuto verificare io che all'interno c'era il glutine.

Ti è mai capitato di acquistare un prodotto e renderti conto successivamente che non era adatto alla tua dieta?

Sì, ho letto l'etichetta e secondo me era perfetto, poi l'ho cucinato e poi nel giro di dieci minuti ho capito che c'era qualcosa che non funzionava, però non era un prodotto con scritto senza glutine, ma pensavo io leggendo tutti gli ingredienti che non era contenuto, poi ho dovuto capire che invece era nascosto in un altro ingrediente. Quindi sarebbe meglio specificare la parola glutine.

All'interno dei negozi trovi subito i prodotti adatti alla tua alimentazione o riscontri delle difficoltà?

In Italia sono molto più avanti, qui devi proprio cercare nella speranza di capire e di trovare i prodotti, perché se vai in un negozio piccolo è un conto ma in un negozio grande cerchi o ti metti in contatto con la commessa e dici mi aiuti a trovare, altrimenti vai a cercarli e poi tante volte non saltano all'occhio per niente.

Come ha scoperto di essere celiachia?

Non sono celiaca dalla nascita. A me è capitato dopo la nascita di mio figlio, ho iniziato a star male e a 3 mesi dal parto sono finita all'ospedale, a primo impatto i medici non capivano, per una settimana mi hanno fatto un sacco di analisi da cima a fondo, parliamo del '88 in quel momento la celiachia non era molto conosciuta, infatti poi è arrivata una dottoressa e ha detto abbiamo scoperto cosa hai è celiachia, e cos'è la celiachia? Infatti poi mi sono alimentata completamente sbagliata in quel momento in cui son stata male, mangiavo il glutine che avrei dovuto mangiare. Ho dovuto fare due anni senza, neanche mezzo biscotto, poi mi han fatto riniziare a mangiare per vedere se ero migliorata. Questa era la risposta nel '88 e nel '90. Oggi invece ti dicono di non mangiare proprio niente perché fa male al fegato e poi rischi tumori al Colon. Io sicuramente l'avevo già prima, e l'avrò ereditato, solitamente è più facile che lo ereditano le femmine, infatti mia figlia soffre di celiachia mentre mio figlio no. Secondo il dottore io l'avevo già ma con il parto cesareo ha fatto scoppiare la celiachia facendomi presentare i primi sintomi. Anche a una mia collega è comparsa a 46 anni dopo un incidente in macchina ha iniziato a sentirsi male. La celiachia in questi casi era come dormiente e poi si attiva. Io mi ricordo che prima mangiavo un sacco di pasta anche due piatti e non mi ha mai fatto niente e avrei già dovuto avere certi disturbi, così anche mia figlia da piccola ha sempre mangiato la pasta senza problemi e secondo me è stato la nascita di mio figlio per me, e di mio nipote per lei. Perché comunque continuando a mangiare alimenti contenenti glutine ho continuato ad infiammare il mio corpo fino allo scatenamento dei sintomi più gravi, infatti ci sono questi bili nell'intestino tenue che prendono le vitamine importanti del mangiare e da me erano piatti completamente, non esistevano più, il mio corpo non assorbiva più niente. Per questo è molto importante regolarsi col mangiare.

! SPECIFICARE !

Nei supermercati mi piacerebbe di più avere un reparto dedicato alla celiachia e alle altre intolleranze. Non trovo adatto mischiare i prodotti con quelli "normali": ad esempio la farina senza glutine di frumento a quella di frumento può sicuramente venire contaminata. Inoltre un reparto dedicato sarebbe utile anche alle persone che non soffrono di intolleranze o allergie ma che necessitano di un prodotto dietetico per un amico o un parente invitato a cena... dove ci sono, questi prodotti sono in genere facili da trovare. Quello che si potrebbe migliorare è la scelta, a volte si trova solo la pasta o il pane. Specialmente le catene di supermercati (vedi Coop) nelle piccole filiali hanno un assortimento ridotto o quasi nullo. A mio avviso sarebbe buona cosa fare un angolo solo per questi prodotti; dal surgelato, al pane, alla pasta, ai dolci ecc. Ogni volta bisogna capire quale è la filosofia del negozio: c'è chi raggruppa tutti i prodotti "free from ..." in un solo reparto e c'è chi li mescola a seconda del genere con i prodotti normali (quindi la pasta senza glutine nel reparto pasta normale e così via)9

Preferiresti che le confezioni dei prodotti specifici per le persone allergiche siano differenziate rispetto ai normali prodotti alimentari o che venissero trattati alla stessa maniera? Per quale motivo?

si, per poterle vedere meglio Preferirei che le confezioni dei prodotti appositi siano differenziate anche se spesso le confezioni apposite per i prodotti che non contengono allergeni non sono molto invitanti. A mio avviso potrebbe essere interessante che tutti i prodotti vengano specificati meglio. Ad esempio con delle icone sul fronte del pacchetto che: - o mi dicono che anche gli allergici possono mangiare il contenuto - Oppure il contrario, ovvero che contengono alimenti a rischio in modo che uno non debba per forza leggersi tutte le etichette ma che possa osservare il pacchetto del prodotto e visualizzare subito se fa al caso suo. La immagino come regola simile a quella del codice a barre, ovvero obbligatoria x tutti i prodotti in commercio. Come se fosse una nuova regola dettata dalla federazione. Secondo me sarebbe molto utile avere una dicitura - un bollino - un segnale - qualche cosa che faccia capire chiaramente se l'alimento sia senza glutine. Credo che andrebbero differenziati in modo differenziati per poterli trovare subito tale da essere subito individuati. Si effettivamente sarebbe più comodo. La cosa importante è che venga specificato sulla confezione l'assenza di glutine e che l'articolo venga fatto in uno stabilimento adeguato dove non viene a contatto con dei prodotti contenenti glutine. Sarebbe già buono che le segnalassero con un bollino. Solo in casi come celiachia o problemi con il lattosio siano trattati alla stessa maniera ma ben chiare le etichette meglio differenziarli dalla produzione originale per evitare la contaminazione venissero trattati alla stessa maniera, così magari il prezzo diminuisce. L'importante è che si capisca quali siano i prodotti specifici per le persone allergiche. Sarebbe più comodo se le confezioni dei prodotti per le persone allergiche fossero differenziate rispetto alle altre va bene che siano trattati alla stessa maniera perché magari vengono scelti per altri motivi anche da persone che non sono intolleranti, però dovrebbero essere segnalati meglio magari tramite simboli unici facilmente riconoscibili. Devono essere segnalati per non sbagliare. Sarebbe interessante che i prodotti indicassero sempre la lista dei possibili allergeni oltre a tutti i componenti, così sarebbe più rapido vedere se l'allergene che ci interessa è presente nell'alimento; di conseguenza adatto a noi o meno. Preferirei che siano differenziati per comodità nella ricerca. Preferirei che fossero differenziate per non incorrere in problemi di salute direi meglio per un celiaco raggruppare in un solo reparto tutto quello che lo concerne, principalmente pasta pane e biscotti. Importante che vengano usate confezioni differenziate per una maggiore visibilità. Meglio sarebbe trovare i prodotti dietetici in un reparto particolare con un cartello che li segnali: prodotti senza glutine ecc. Sinceramente preferirei che fossero molto specifici e posizionati tutti assieme. A mio parere faciliterebbe l'acquisto e lo aumenterebbe. Infatti trovandomi davanti ad un unico scaffale con tutti i prodotti specifici sarei più invogliata a provare prodotti nuovi, invece che andare nei reparti e scovare le novità. Faciliterebbe la scelta se il prodotto fosse in una confezione differenziata, ma probabilmente sarebbe difficile per il commercio stesso. Sarebbe ideale che tutte le confezioni avessero per esempio un striscia colorata per farla riconoscere. trattati nella stessa maniera, una differenziazione non è necessaria se sono differenti sono riconoscibili più in fretta, specialmente per i miei bambini che hanno la celiachia meglio differenziate per trovarli più facilmente si per la facilità per trovarli a volte è molto facile confondersi va bene se sono differenziati, così per i "nuovi" è più facile trovarli...buon lavoro! Che siano diversi così è più facile riconoscerli e ci sono minori rischi di sbagliare. Quel poco che trovo vorrei che gli ingredienti fossero segnalati visibili e veri. Dtsa mancoera ma ben identificati. Ci sono troppe allergie diverse per differenziare. Ma un'identificazione dettagliata sarebbe ben accetta. non è necessario che siano trattati diversamente. importante però è che siano ben evidenziati gli allergeni sulle etichette. Boh direi che sono meglio le confezioni differenziate perché altrimenti, come detto prima, è davvero difficile trovare i diversi prodotti e ci si metterebbe una vita a fare la spesa. si, per poterle riconoscere bene. non reputo opportuno differenziare, l'importante che il prodotto non venga contaminato. Per un celiaco è importante che il simbolo della spiga barrata sia ben visibile sulla confezione. meglio se le confezioni sono differenziate, così si evitano errori di acquisto. Tutto quello che facilita l'identificazione di un prodotto specifico è utile. Non mi sento discriminata per questo

SPUNTI progetto
+ INT

// DIFFICOLTA'
// SUGGERIMENTI

Sveva 37 anni Svizzera

Di cosa soffri?
Sia di allergie alimentari che intolleranze.

A quali alimenti sei allergico o intollerante?
Allergie a molti alimenti es: frutta secca, frutta con nocciola, verdure crude(carote, sedano...)pasta, riso, farine (tutte) intollerante al lattosio e cellaca.

Trovi che gli allergeni siano segnalati in maniera chiara ed efficace sulle confezioni dei prodotti, o riscontri delle difficoltà nel riconoscerli?
Generalmente x allergie si trova scritto...

Vi capita di avere difficoltà a capire se è presente o meno l'allergene all'interno del prodotto?
No

Pensi che la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti potrebbe essere migliorata?
Si sinceramente.

Ti è mai capitato di acquistare un prodotto e renderti conto successivamente che non era adatto alla tua dieta?
Si più di una volta.

All'interno dei negozi trovi subito i prodotti adatti alla tua alimentazione o riscontri delle difficoltà?
Nel mio caso è difficile trovare qualche cosa nei negozi, devo prestare molta attenzione.

Elio 20 anni Svizzera

Di cosa soffri?
Allergia alimentare.

A quali alimenti sei allergico o intollerante?
Mela, pesca, mandorle, nocciole, noci, arachidi, mais, sedano, finocchio, prezzemolo.

Trovi che gli allergeni siano segnalati in maniera chiara ed efficace sulle confezioni dei prodotti, o riscontri delle difficoltà nel riconoscerli?
Normalmente sono segnalati tutti allo stesso modo, sull'etichetta degli ingredienti e in fondo dove ci sono le informazioni per le persone allergiche. Mi è capitato di avere qualche difficoltà con prodotti le quali etichette sono state tradotte male, per esempio mi è capitato di leggere in tedesco e francese la parola "mele" (nelle rispettive lingue) mentre in italiano vi era scritto "miele". Trovo che errori del genere potrebbero causare seri problemi a persone che soffrono di allergie.

Vi capita di avere difficoltà a capire se è presente o meno l'allergene all'interno del prodotto?
Capita, a volte quando sull'etichetta è riportata la voce "spezie miste" o "miscela di spezie", tu sai solo che ci sono dentro chissà quante spezie ma non sai se sono comprese anche quelle che potrebbero farti star male.

Pensi che la segnalazione degli allergeni all'interno dei prodotti potrebbe essere migliorata?
Decisamente si, anche solo un cambio di colore o un font più grande risulterebbe di più e faciliterebbe di molto la segnalazione.

Ti è mai capitato di acquistare un prodotto e renderti conto successivamente che non era adatto alla tua dieta?
Si, è capitato recentemente con un pacchetto di patatine, confezione normalissima e quasi identica a quella classica se non per il fatto che c'era scritto "multigrain" come sottotitolo, in queste patatine vi era del mais che purtroppo mi ha causato una pessima reazione allergica.

All'interno dei negozi trovi subito i prodotti adatti alla tua alimentazione o riscontri delle difficoltà?
No, nei negozi mi trovo bene, riesco sempre a trovare qualcosa per che vada bene per me senza troppe difficoltà

Piano di lavoro

ALLEGATI

PIANO DI LAVORO

Maggio

Giugno

29

10

12

7

Inizio tesi

Stesura tesi

Lettura fonti bibliografiche

Informazioni tipografie

Layout dossier

Elaborazione iniziale del progetto

Consegna intermedia

Incontro commissione

Finalizzazione progetto

Correttura bozze

Stampa prodotto e dossier

Incontri relatrici

Consegna finale

Allestimento tesi

Difesa

Luglio

Agosto

Settembre

17

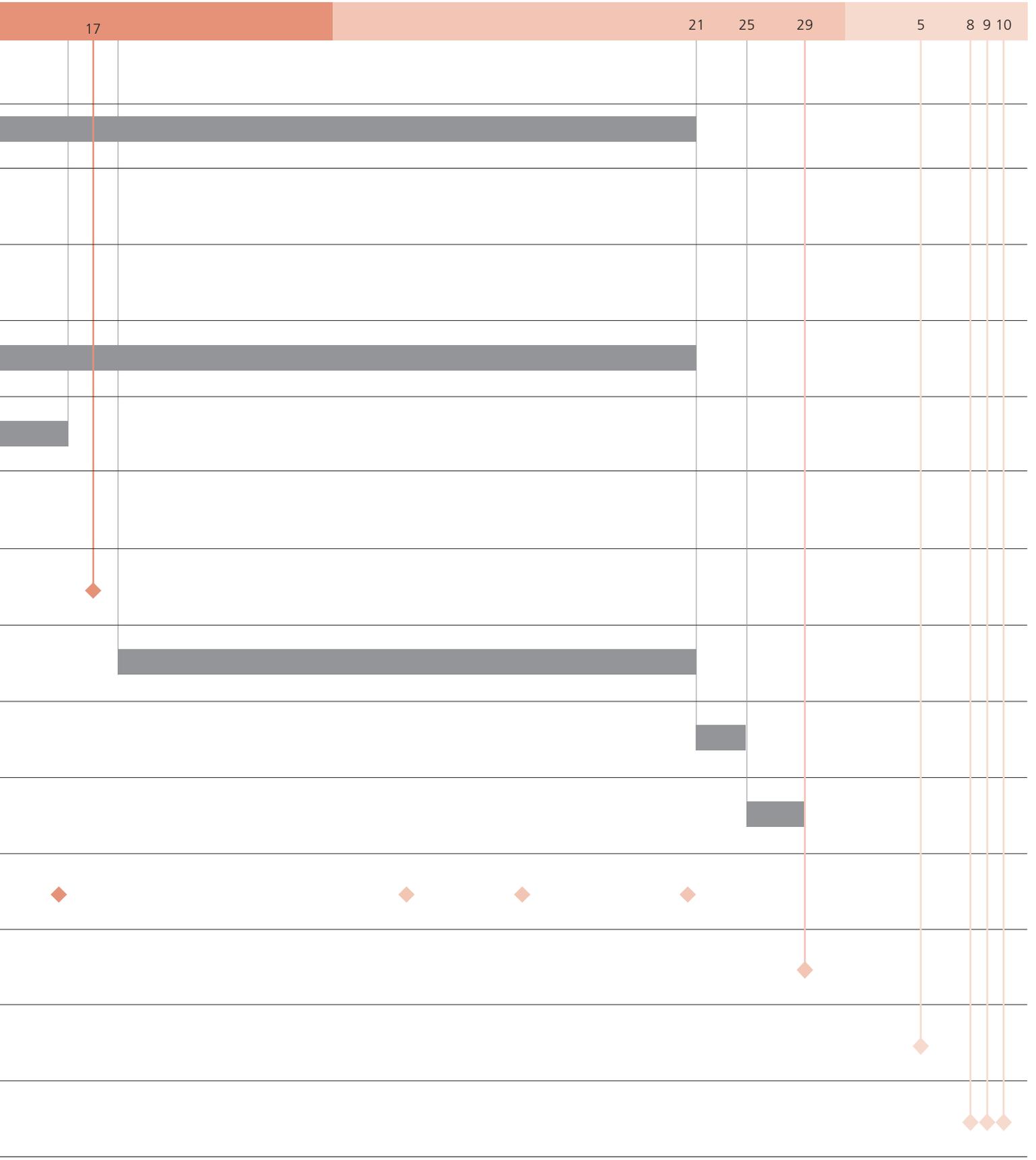
21

25

29

5

8 9 10



Fonti

Bibliografia

Rayan Abdullah, Roger Hübner, *Pictograms Icon & Signs. A guide to information graphics*, Thames & Hudson, London, 2006.

Ed Annink, Max Bruinsma, Gerd Arnt. *Graphic designer*, Idea Books, Rotterdam, 2010.

Daniele Barbieri, *Guardare e leggere. La comunicazione visiva dalla pittura alla tipografia*, Carocci, Roma, 2011, pp.155-172.

Emanuela Bianchi, *Europa: la nuova etichetta alimentare è legge* in "Consumatori e diritti" pp. 112-119, n.1, 2012.

Michael Beer, Sabine Jacob, Iso Schmid, (et all), *Intolleranze alimentari in "Sesto Rapporto sull'Alimentazione in Svizzera"*, Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), Berna, 2012, pp.169-173.

Werner J. Pichler, Arthur Helbling, Barbara Ballmer-Weber, *Allergie e intolleranze alimentari*, Fondazione aha! Centro Allergie Svizzera, Egger AG, Frutigen, 2013.

Lia Luzzato, Renata Pompas, *Il colore persuasivo. Grafica Pubblicità Comunicazione New Media*, Il Castello, Milano, 2001.

Lia Luzzato, Renata Pompas, *Il linguaggio del colore*, Il Castello, Milano, 1980 pp.41- 49.

Philipp Meuser, Daniela Pogage, *Constructuion and Design Manual. Wayfindign and Signage*, DOM publisher, Berlino, 2010.

Attilio Speciani, *Recuperare le tolleranze alimentari*, Tecniche Nuove, Milano, 2010.

Karin Stalder, aha! Centro Allergie Svizzera e Urs Stalder, *Allergie nelle derrate alimentari: per essere ben informati*, Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), Berna, 2011.

Karin Stalder, aha! Centro Allergie Svizzera e Urs Stalder, *Dichiarare correttamente gli allergeni Guida per una buona pratica di caratterizzazione degli allergeni contenuti nelle derrate alimentari preimballate e per un'adeguata gestione degli allergeni nella produzione alimentare*, Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), Berna, 2011.

Sitografia

Acsi, <http://www.acsi.ch/>.

Nuova guida dei marchi alimentari: non tutti i label bio sono al top, <http://www.acsi.ch/index.cfm?scheda=1806>

Aha! Centro Allergie Svizzera, <http://www.aha.ch/>.

AIGA: Professional resources: Information design, <http://www.aiga.org/>.

Revisione della legge sulle derrate alimentari, <http://www.blv.admin.ch/themen/04678/04802/04926/04927/index.html?lang=it>

Usav, <http://www.blv.admin.ch/?lang=it>.

Freefrom, <http://www.coop.ch/pb/site/freefrom/>.

Gruppo Celliachia della Svizzera Italiana, <http://www.celiachia.ch/>.

Eufic, <http://www.eufic.org/>.

Intolleranze-allergie, <http://www.eurosalus.com/intolleranze-allergie/>.

Gerd Arntz Web Archive, www.gerdarntz.com.

Cosa c'è da sapere sul Marchio Spiga Barrata, <http://www.glutenfreetravelandliving.it>.

intégral Ruedi Baur Paris, www.irb-paris.eu.

Colore e Packaging. La tavolozza del marketing, <http://ilficosecco.blogspot.ch/2012/07/colore-e-packaging-la-tavolozza-del.html>

Food facts allergen icon guide, <http://www.foodfacts.com/allergies/>

Allergeni in etichette, <http://www.foodpackages.net/>.

L'etichetta nei prodotti alimentari, <http://www.leziosa.com/>.

La storia delle etichette, <http://www.marcido.com/Sezioneetichette/storia.html>.

Menu and more, <http://menuandmore.ch/>

Diete, Alimentazione & Intolleranze, <http://www.migros.ch/generation-m/it/mangiare-cucinare/diete-alimentazioni-intolleranze.html>

Alimenti implicati nelle reazioni allergiche, http://www.my-personaltrainer.it/nutrizione/allergie-alimentari5.html#Alimenti_implicati_nelle_reazioni_allergiche

Recallerprogram.com, <http://www.recallerprogram.com/it/>.

Service Allergie Suisse, <http://www.service-allergie-suisse.ch/>.

SNN, <http://www.sge-ssn.ch/it/>

I pittogrammi delle olimpiadi, www.tapook.com.

Verner Wheelock Associates Training Blog, <http://vwa.co.uk/blog/news/its-national-allergy-awareness-week-so-lets-talk-food-allergens-allergyawarenessweek-foodallergies-allergens/>

Infografica, <http://it.wikipedia.org/wiki/Infografica>.

Isotype, <http://it.wikipedia.org/wiki/Isotype>.

Otl Aicher - Wikipedia, the free encyclopedia, www.wikipedia.org

Ringraziamenti

Grazie

Arrivati alla fine del mio percorso vorrei ringraziare alcune persone che sono state fondamentali durante questo periodo.

Grazie di cuore alle mie relatrici **Alessandra** e **Fulvia** che con la loro professionalità mi hanno accompagnato e spronato ad affrontare questo percorso con determinazione ed a raggiungere un risultato di cui son fiera.

Grazie a tutti gli specialisti, dottori, enti e associazioni che hanno risposto alle mie domande e mi hanno fornito materiali per la riuscita di questo lavoro.

Grazie ai miei **genitori** che mi hanno dato la possibilità di intraprendere questo percorso e continuano a credere in me.

Grazie a **Leo** e **Chiara** per essermi stati così vicini anche se lontani.

Grazie a **William** per avermi aspettato e sopportato pazientemente durante tutto questo periodo.

Grazie alle mie **amiche** per le serate in cui mi hanno aiutato a staccare.

Grazie a **Giulia, Valentina, Lisa, Daria e Ramona** le mie compagne di atelier, ma soprattutto amiche con le quali ho condiviso questi tre mesi unici di fatica e gioia.

Grazie a tutti i miei **compagni** con cui ho condiviso questi tre anni.

