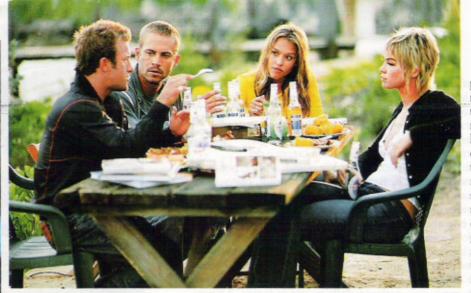
# Mangi light? Ahi,

Trionfano i cibi leggeri. Arricchiti. Addizionati. Che promettono di tenere sotto controllo, peso, colesterolo, intestino. Vero? In massima parte, no. Ecco perché

di Nicola Nosengo

angiare sano è facile: basta comprare. O no? Entrate in qualunque supermercato e sarete circondati da prodotti alimentari che si vantano di essere più salutari degli altri, più magri, più genuini. Ci sono quelli senza grassi, quelli con meno zuccheri, quelli con più fibre e vitamine. Pane e pasta così integrali che più integrali non si può. Cibi arricchiti e impoveriti, addizionati. E poi integratori, cibi funzionali, probiotici... Per anni una mania tutta americana, il claim nutrizionale o salutistico (quella parte dell'etichetta che vanta un minor contenuto di un ingrediente dannoso, o al contrario la presenza in forze di uno salutare, o che promette esplicitamente benefici per la salute) è ormai una presenza fissa anche sugli scaffali italiani. Ed è, soprattutto, un potente strumento di marketing. In un mercato del cibo da anni stagnante sono proprio i prodotti che promettono benefici per la salute gli unici il cui fatturato cresce costantemente. Secondo l'ultimo rapporto dell'Ismea (l'Istituto di servizi per il mercato alimentare), il settore dei biscotti dietetici è salito del 16,7 per cento nell'ultimo anno; quello degli integratori alimentari del 17,7; i succhi di frutta light hanno guadagnato addirittura il 60. Non solo: i prodotti salutistici sono anche, spiegano sempre all'Ismea, quelli meno elastici rispetto al prezzo nei consumi degli italiani. Fuori dal linguaggio statistico, più salgono i loro prezzi, più gli italiani li comprano, a costo di risparmiare sui più ordinari pasta o verdure.



Caan, Walker, Alba e Scott in "Into the Blue". A sinistra: Angelina Jolie sul set di "Mr e Mrs Smith"

Soldi ben spesi? O piuttosto una nuova ossessione che i nutrizionisti guardano con sospetto. Perché il cibo low fat o cholesterol free potrebbe essere il meno sano di tutti. Per capire quanti prodotti mantengano quello che le etichette promettono, "L'espresso" ha sottoporsto i claim più diffusi all'esame di esperti legali e di nutrizionisti. Per scoprire che molti cibi light non sono leggeri per niente, che i benefici per la salute vantati dalla pubblicità non sono quasi mai provati da studi clinici, e che in molti casi a rigor di legge l'etichetta andrebbe rifatta di sana pianta per non ingannare il consumatore. L'etichetta è infatti l'unico strumento che garantisce al consumatore la possibilità di scegliere a ragion veduta. In teoria, deve dire che cosa c'è nel prodotto, non deve vantare caratteristiche che sono comuni a tutti i prodotti di quella categoria, non deve nemmeno alludere a pro-

prietà curative (perché i cibi non sono farmaci), e se lascia intendere un vantaggio comparativo rispetto ai concorrenti (peresempio "con meno zuccheri"), lo deve documentare. Questo dice un decreto legislativo del 1992 che regola l'etichettatura degli alimenti in Italia, e questo ribadisce con ancora maggiore chiarezza un regolamento europeo entrato in vigore il 1 luglio 2007, emanato proprio in risposta all'uso troppo disinvolto dei claim salutistici sui prodotti (gli alimenti etichettati prima del 1 luglio

non conformi possono essere commercializzati fino al 31 luglio 2009). E oggi, certo, molte le etichette non sono in regola, come hanno constatato gli esperti di Total Quality Food, società specializzata nella consulenza tecnico-legale all'industria alimentare, cui "L'espresso" ha fatto analizzare un centinaio di prodotti pescati a caso tra quelli che puntano più sul marketing salutistico (vedi scheda a pag. 38).

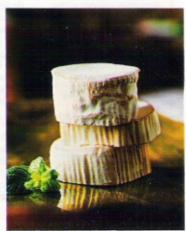
Prendiamo i biscotti "leggeri". Secondo Massimo Buonavita, responsabile dell'unità legale della società di consulenza Total Quality Food, non c'è da fidarsi dell'etichetta di grandi marchi come Galbusera, Lazzaroni, Bistefani, che si vantano di essere "senza grassi" o "senza colesterolo", quando in realtà una percentuale degli uni come dell'altro, per quanto bassa, c'è sempre. Non a caso, la nuova normativa comunitaria che fissa l'elenco dei claim ammissibili fa piazza pulita di quel "senza colesterolo", che dovrà sparire dalle etichette. Altri prodotti si presentano come "più leggeri" (ma rispetto ad altri prodotti della stessa casa o ai concorrenti?) senza fornire al consumatore i numeri per fare il confronto.

Parte del problema è che la legge italiana lascia al momento troppa libertà nell'utilizzo di dizioni come "light" o "magro". Solo per i latticini esistono norme precise, che consentono di chiamali "leggeri" se c'è meno del 35 per cento di grassi e "magri" sotto il 20. Ma anche quando l'etichetta è a norma di legge, è la scienza dell'alimentazione a suggerire di non farsi abbagliare. Sulla carta il ragionamento non fa una grinza: meno grassi, meno colesterolo, minor rischio di aumentare di peso e ammalarsi di tante cose, dai disturbi cardiovascolari a diversi tumori. «Ma prima di tutto c'è un problema di incentivo al consumo», spiega Andrea Ghiselli, ricercatore dell'Istituto nazionale per la ricerca sugli alimenti e la nutrizione: «È dimostrato che si tende a consumare quantità maggiori di un cibo ritenuto più leggero, e alla fine il conto totale di calorie è più alto del prodotto tradizionale». Poi bisogna vedere come viene raggiunta quella soglia dello 0,1 per cento di grassi strillata sull'etichetta. Nel caso dei latticini si parte da latte magro, centrifugato in modo da eliminare i grassi, «Ma così si sottraggono anche proteine e vitamine fondamentali. Per questo noi nutrizionisti non raccomandiamo nemmeno il latte screma-

to, che è poi la base per la maggior parte dei latticini light», spiega Ghiselli: «Meglio il latte intero, con un occhio alla quantità ovviamente». In tutti gli altri casi (derivati del pane, biscotti, dolci, maionese e così via), i grassi devono essere sostituiti da qualcos'altro per mantenere sapore e volume del prodotto: proteine o amidi, tipicamente, che riportano parte delle calorie sottratte con i grassi. Oppure aria e acqua, con il risultato di allontanare la sensazione di sazietà e portare ancora una volta a consumare di più. Un'indagine a tappeto dell'associazione Altroconsumo, che ha passato al setaccio decine tra i prodotti light in commercio nel nostro Paese, confrontandoli con i loro equivalenti tradizionali, ha dimostrato come in molti casi, dalle sottilette ai biscotti, dalla mozzarella alla majonese, la differenza reale di calorie per porzione sia minima, e in qualche caso il prodotto light risulti addirittura più heavy della sua controparte.

Forse i prodotti dal marketing "salutistico" più aggressivo sono gli yogurt, presenza irrinunciabile nel frigo di chi ci tiene a mangiare sano. E anche, secondo il rapporto annuale "Insights on Growth in Food and Beverages" pubblicato da AcNielsen, in assoluto il prodotto alimentare il cui fatturato cresce più rapidamente in tutto il mondo occidentale. I più vanitosi sono i probiotici, arricchiti da particolari ceppi di fermenti lattici che promettono benefici di ogni gene-

I nutrizionisti bocciano la nuova ossessione degli alimenti sani. E invitano a non fidarsi delle etichette. Ingannevoli



re: un aiuto alla funzione intestinale, ma anche il rinforzamento delle difese immunitarie e la riduzione del colesterolo (vedi scheda a pag. 40). In effetti qualche studio clinico, per quanto ristretto, ha confermato che questi prodotti aiutano in particolare a combattere le infezioni intestinali: i loro fermenti rinforzano la barriera protettiva dell'intestino, contrastando l'adesione di batteri nocivi e stimolando la produzione di anticorpi e citochine. Il problema è se abbia senso riempirsene il frigo quando si è sani. Di certo non se lo scopo è dimagrire, perché questi prodotti sono spesso molto calorici. Sempre secondo i dati raccolti da Altroconsumo in un'inchiesta dello scorso anno, un vasetto di uno dei probiotici più diffusi contiene quasi la metà dell'apporto quotidiano di zucchero consigliato dai nutrizionisti.

Peggio ancora va con gli integratori alimentari, prodotti a metà strada tra il cibo e il farmaco che promettono benefici di ogni ordine, dal minore assorbimento di grassi alla riduzione del colesterolo, fino alla protezione da molti tumori. Anche qui il ragionamento sembra filare. Chi mangia molta frutta e verdura sta meglio, e questo ce lo dice l'epidemiologia, Perché allora non isolare i composti chimici responsabili di quell'effetto, trasformarli in pillole o gocce, e liberarsi del fastidio di mangiare il resto della carota o del

pomodoro? Via quindi a fibre, polifenoli, flavonoidi e carotenoidi, chitosano e glucomannano, sali minerali come cromo e iodio, estratti di alghe e piante esotiche. Un mercato, come si è visto, in crescita costante.

Per prima cosa, il consumatore dovrebbe almeno poter capire che c'è davvero dentro a questi prodotti. Nei due integratori prelevati dalla nostra indagine, il lievito di birra Matt&Diet e l'integratore all'Aloe Vera de La Tradizione Erboristica, il claim sull'etichetta parla di un prodotto "naturalmente ricco di vitamine del gruppo B" o "ricco di sostanze pregiate, tra cui i polisaccaridi" senza che nessuna tabella nutrizionale permetta di verificare la presenza di queste sostanze. E questo, secondo le leggi vigenti, non va bene. Ma ancora una volta sono soprattutto i nutrizionisti a scoraggiare l'uso di questi prodotti a

John Cusack al supermercato nel film "Marthian Child". Sotto a destra: Massimo Carlotto



meno di particolari esigenze mediche. Allora? Meglio stare alla larga dai prodotti che si vantano di essere più sani degli altri? «Sarà noioso ripeterlo, ma non esiste un alimento sano, esiste solo una dieta sana. Mangiare cose semplici, non troppo e variando il più possibile», conclude Andrea Ghiselli: «Chi segue queste consigli e fa un po' di movimento può fregarsene di tutti i prodotti light, probiotici o quant'al-

#### Biscotti nella provetta

Leggero, sano, artigianale, genuino... Parole talvolta usate sulle etichette con disinvoltura. Spesso troppa, secondo gli esperti di Total Quality Food, una società specializzata nella consulenza tecnico-scientifica al settore alimentare cui "L'espresso" ha fatto analizzare 86 prodotti scelti a caso in 7 diversi punti vendita sul territorio nazionale. Ben 26 etichette presentavano almeno qualche violazione delle normative esistenti. Ecco le principali

#### Biscotti e dolciumi

Sono tra i prodotti più calorici, e quindi tra quelli su cui si trovano le etichette più fantasiose per convincere i consumatori di una presunta leggerezza. Ecco allora i biscotti ZeroGi Galbusera che dicono di essere "senza grassi" ma in realtà, come riportato tra gli ingredienti, ne contengono l'1,5 per cento. I Più leggeri, su cui si legge "senza colesterolo", una dizione che presto sarà messa fuorilegge da una normativa europea e che già oggi non è sostenibile, perché una percentuale, per quanto bassa, di colesterolo comunque c'è. Poi ci sono le comparazioni non adeguatamente



documentate: i Krumiri della colazione Bistefani si definiscono "più leggeri" di quelli classici, ma senza spiegare il perché. I Leggerissimi Lazzaroni si proclamano "con meno grassi e senza colesterolo", ma la prima dizione non è documentata (meno rispetto a cosa?) e la seconda non è vera. Occhio poi a dizioni come "ricchi in fibre" riscontrare sui biscotti Cereal, preparati con farina integrale e farro. A partire da luglio questa dizione sarà riservata a prodotti che abbiano 6 grammi di fibre ogni 100 grammi di prodotto o 3 grammi di fibre ogni 100 kilocalorie. Mentre il prodotto in questione ne contiene solo 3,4 grammi per 100 grammi di prodotto.

Il latte di capra è consigliato da molti nutrizionisti perché più digeribile e meno allergenico di quello vaccino. Questo non consente però di scrivere "prevenire è vita"

su una confezione di latte, come si trova invece su un prodotto trovato nei magazzini Conad, perché la legge vieta espressamente di attribuire, anche in modo indiretto, proprietà preventive o curative a un alimento. Che per quanto sano non è un farmaco. Peccati di marketing veniali, ma pur sempre violazioni delle norme esistenti secondo Total Quality Food, si trovano poi sugli yogurt bianchi, tra i preferiti dell'alimentazione salutista. Lo Yogurt Granarolo e quello Sisa dicono per esempio di essere "senza conservanti", ma tutti gli yogurt bianchi lo sono.

#### Confetture

"Frutta fresca a pezzettoni" si trova scritto sull'etichetta di uno dei più noti marchi di confetture, Santa Rosa, Ma la frutta in questione fresca non è, visto che la data di scadenza è sempre lontana di almeno un anno. A rigore, quel "fresca" in etichetta non ci dovrebbe stare.



Fatta come una volta, fatta a mano, essiccata al sole, trafilata al bronzo...Si trova scritto un po' di tutto sulle etichette della pasta. Garanzie di qualità e cura artigianale che possono costare caro, portando il prezzo di un pacco di pasta fino a 6 euro. Peccato che, per esempio, l'essiccazione al sole sia vietata dalle norme sulla sicurezza igienica degli alimenti; che l'espressione "lavorato a mano" andrebbe, a norma di legge, accompagnata dalla precisa indicazione di quali fasi di lavorazione vengano effettivamente svolte a mano (in qualche caso si tratta del trasporto dei sacchi di farina). Indicazioni come "senza additivi", "senza coloranti" o "senza conservanti" non si dovrebbero proprio trovare sulla pasta, perché per legge nessuna di gueste sostanze può trovarsi in questo prodotto. Stesso discorso per la dizione "senza Ogm": l'uso di Ogm è ammesso solo per i derivati di soia e mais, non del grano duro. E se trovate su una confezione di pasta biologica il claim "solo semola di alta qualità", sappiate che non esiste nessuna distinzione legale tra diverse qualità di semola. Insomma, nella maggior parte dei casi l'unica differenza tra la pasta artigianale e quella industriale è il prezzo.

#### Patatine

Le patatine Pai si vantano di essere "naturalmente ricche" di vitamine, fibre, sali minerali, e promettono di aiutare a "regolare il funzionamento intestinale" e invitano a "consumare senza moderazione". Difficilmente un nutrizionista consiglierebbe mai un consumo smodato di patatine fritte. Al punto che, secondo gli esperti di Total Quality Food, l'etichetta rappresenta una vera e propria violazione della normativa che protegge il consumatore dai claim ingannevoli.



tro. L'idea di correggere stili di vita sbagliati con cibi opportunamente ritoccati è pericolosa. Basta guardare come è fallita negli Stati Uniti, dove l'epidemia di obesità è inarrestabile». E proprio negli Usa, qualche mese fa il "New York Times Magazine" dedicava un servizio di copertina al grande business dei cibi light, colesterol free e via vantando. E, in conclusione, invitava i lettori a starne alla larga.

Allo stesso modo i Quadrelli di fiocchi di patate San Carlo si proclamano "Leggeri!!!", con tre punti esclamativi; ma un vero e proprio claim nutrizionale di questo tipo dovrebbe essere accompagnato da un'etichetta con le percentuali di grassi e carboidrati, che invece manca.

#### Omogeneizzati

I leader della grande distribuzione, da Carrefour a Coop a Esselunga, hanno deciso il ritiro dagli scaffali dei cosiddetti omogeneizzati al prosciutto. La ragione: una querelle nata proprio attorno alla parola "prosciutto". Delle tre aziende, soltanto Plasmon produce e commercializza un omogeneizzato nel quale l'ingrediente prosciutto possiede tutti i requisiti previsti dalla normativa sugli insaccati (D. M. 21/09/2005), compreso quello della stagionatura. Nestlè-Mio e Mellin. invece, commercializzano omogeneizzati nei quali viene utilizzata della carne di coscia di maiale non stagionata, che non potrebbe pertanto essere definita come "prosciutto" ai sensi del D. M. 21/09/2005 sopraccitato. È vero che alla

parola "prosciutto" entrambe le aziende fanno seguire un asterisco che rimanda alla dicitura "coscia di maiale non stagionata", ma è pur vero che questo viene riportato in etichetta con un'evidenza molto inferiore a quella della dicitura "prosciutto", dalla quale parte il rinvio con l'asterisco. Plasmon, dunque. sostiene, di essere l'unica a produrre omogeneizzati col prosciutto. Ma Nestlè-Mio e Mellin non sono d'accordo, e ritengono. al contrario, che anche una coscia di maiale non stagionata si possa definire come "prosciutto", se impiegata in alimenti trasformati come gli omogeneizzati. Chi ha ragione? Le autorità ispettive e giurisdizionali non si sono ancora pronunciate, e anche l'Aiipa (Associazione italiana industrie prodotti alimentari) non ha preso posizione.



# Arrestate quelle vongole

Un noir racconta i crimini alimentari. Ed è tam tam. Tra i lettori che riconoscono i cibi incriminati. E stilano una black list. L'autore racconta una nuova paura

di Massimo Carlotto

Gigi Vianello è il proprietario del ristorante per gourmet Chez Momò dove, al riparo da piatti salutisti e raffinati, guadagna soldi riciclando e smistando partite di cibo sofisticato in ogni angolo del pianeta. Cibo che va nei discount, dove è costretto a fare la spesa chi non può andare tanto per il sottile, nei ristoranti alla buona o nelle mense dei poveri e della comunità: così prende il via il nuovo best seller di Massimo Carlotto e Francesco Abate: "Mi fido di te" (Einaudi Stile Libero). È basato su casi realmente accaduti e il pubblico se ne è accorto, dando vita a un susseguirsi

di forum tra i lettori e a una sorta di lista nera dei cibi sofisticati. Ecco come ce la racconta l'autore.

l campanello d'allarme ha suonato tre volte. Anche se i sensori erano accesi da tempo. Marzo 2004, relazione della Direzione investigativa antimafia al Parlamento. Cosa dice? La camorra ha ampliato il giro dei propri affari investendo nella sofisticazione alimentare. Aprile 2005: nel mantovano la Guardia di Finanza scopre un ciclopico giro di latte adulterato. Poi, ecco un'intercettazione fra due "venditori"che si accordano: «La produzione merda al mercato nazionale, la merdaccia a quello greco». È da qui che la realtà ha toccato le corde della trasposizione letteraria per dar vita al romanzo che trascina il lettore fra gli abissi di un nuovo mondo criminale, dove il delitto si consuma attraverso ciò che quotidianamente ingeriamo a favore di speculazioni miliardarie.

Andare alle radici dell'avvelenamento della vita ha scatenato un gioco di rimandi dove realtà e fiction narrativa hanno finito per non essere più distinguibili perché identiche. Solo un esempio. Alcuni informatori ci avevano segnalato la dubbia genuinità delle vongole pescate in alcuni tratti della laguna di Chioggia. Le indicazioni erano chiare tanto da spingerci a utilizzarle per l'avvio del nostro racconto. Aprile 2007 (in contemporanea con l'uscita del romanzo) "la Repubblica" titola: "A pesca nella Laguna dei veleni. Ecco le vongole del Petrolchimico". Un riassunto dei fatti: le vongole vengono pescate a tonnellate nelle acque contaminate, il lavoro viene affidato a extracomunitari, i battelli utilizzati sono moderni e veloci, gli introiti sono milionari, le vongole cariche di batteri finiscono non si sa mai dove.

I casi sono tanti. A volte vengono classificati come le stranezze di tre balordi che si sono inventati un rocambolesco trucco per far denari. Ma si sbaglia. Il sistema va inquadrato all'interno di gruppi ben strutturati che hanno individuato nella sofisticazione un settore in continuo sviluppo: si fanno soldi a palate, si rischia

meno che trafficare in stupefacenti. L'equazione: si immette sul mercato cibo di im-

Molluschi, latte, carne. Così il consumatore scopre i nuovi traffici illegali. E chi fa soldi a palate sulla nostra pelle









La cover del noir di Massimo Carlotto e Francesco Abate "Mi fido di te". A sinistra: Adam Brody in "In the Land of Woman"

estetico. Il timore genera anche fobie: è da anni che l'influenza punta sempre più a minare l'apparato digerente, causando nausee e diarree.

passaparola su Internet non è sfuggito che vitamine, minerali e acidi grassi spariscono nel ciclo produttivo e vengono sostituite da grandi quantità di sale, zuccheri e grassi idrogenati. Non passa neppure in seconda linea il fatto che solo una bassa percentuale (fra il 2 e l'1 per cento) degli additivi serve a conservare gli alimen-

ti mentre la restante percentuale

svolge un ruolo aromatico ed

Strappa un sorriso la frase ricorrente: «Tranquillo è l'influenza che quest'anno prende così». Salvo porsi il dubbio se si tratti di intossicazione alimentare diffusa da un sistema sbagliato. Esagerazioni? Suggestioni? Forse.

Però è bene ricordare un episodio che racchiude in se la precarietà di questa epoca gastronomica. Maggio 1981, a Madrid si scatena un'epidemia di broncopolmonite. Sono 20 mila i contagiati, 12 mila i ricoveri, 400 i morti. Si capisce che le cause non sono quelle "classiche", il virus è particolarmente resisten-

te e aggressivo. Poco dopo si stabilisce che si tratta di avvelenamento di olio di colza addizionato, importato illegalmente dalla Francia e venduto nel quartiere più colpito da alcuni ambulanti. Oggi le autorità sono ancora divise sulle cause esatte di quella mattanza.

Nessun dubbio invece sul significato di un'intercettazione dei Nas campani impegnati nell'operazione "Meat Guarantor". Il macellajo: «La carne non si riesce a vendere, è verde dentro, è tutta verde».

Il venditore: «Realizza i quarti, realizza qualche cosa. C'è sempre un po' di carne che si può recuperare... In qualche maniera... Macinata...».

Facile capire allora perché in un forum un lettore chiede a un altro: «Ma allora, cosa ci è restato da mangiare?». L'altro risponde: «...Le unghie».

proponibile qualità, costi dunque bassi, e lo si rivende al giusto prezzo.

Alla luce di tutto ciò si è scatenato sul Web un passaparola fra i lettori-consumatori sempre più spaventati. Da qualche nome sospetto sembra si sia arrivati a una lista che, come un samizdat dei vecchi tempi, denuncia e mette in guardia. Non ci sono ancora tutti gli elementi per confermare la reale esistenza della

black list. È sicuro invece che i consumatori pubblicano nei forum i casi di sofisticazione alimentare venuti alla luce. La paura ha portato ad alzare il livello del controllo anche in chi era sordo agli avvertimenti delle associazioni che su questo fronte spendono da anni entusiasmo e fatiche. Non solo ci si chiede se ciò che acquistiamo sia merdaccia in arrivo da un sistema illegale che riesce a infiltrarsi nel ciclo distributivo, ma si cerca di capire quanto nell'industrializzazione della preparazione dei cibi sia stato sacrificato alla voce salute. A chi sta animando il

## Sul Web decine di forum mettono in guardia dalle truffe alimentari. Diffondono i casi venuti alla luce. E cresce la fobia

### Se la gallina fa le uova in farmacia

Una nuova generazione di bestseller avanza al supermercato. sono i cibi creati su misura per prevenire o curare alcune delle patologie più diffuse. Li chiamano cibi funzionali: vogurt, latte e addirittura uova trasformate in modo da favorire il benessere dell'organismo. Sono i cosiddetti functional foods, in sintesi, come spiega Lorenzo Morelli, ordinario di Microbiologia presso la facoltà di Agraria dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Piacenza: «Alimenti che contengono ingredienti in grado di provvedere a un beneficio salutare nel consumatore grazie ai principi nutrizionali in essi contenuti».

Sono i cibi addizionati di acidi grassi Omega-3, di sostanze vegetali per favorire l'abbassamento dei valori del colesterolo nel sangue. Sono prodotti lattiero-caseari arricchiti in batteri probiotici, colture batteriche vive che migliorano l'equilibrio microbico intestinale e quindi gli effetti della flora batterica sul benessere dell'organismo, e in prebiotici, componenti come l'inulina che non vengono digeriti ma svolgono un effetto benefico stimolando la crescita di batteri nel colon. Altrettanto diffusi, per favorire l'abbassamento del colesterolo nel sangue, sono particolari grassi come i fitosteroli e gli stanoli che in pratica contrastano

l'assorbimento del colesterolo presente nell'intestino, favorendone l'eliminazione. Negli ultimi mesi infine si è addirittura reso disponibile un latte che promette di favorire un miglior controllo della pressione arteriosa grazie all'azione di un particolare ceppo batterico che favorisce in laboratorio una riduzione dell'attività del sistema dell'angiotensina. Funzionano? Al momento sono stati condotti alcuni studi su piccole popolazioni. E gli esperti sostengono la necessità, anche per proteggere i consumatori, di aumentare gli studi per confermare su larga scala la reale efficacia di questi trattamenti.

Federico Mereta