

SICUREZZA, UTILIZZO E RISCHIO ALLERGOLOGICO DEGLI INTEGRATORI ALIMENTARI: L'OPINIONE DI UN GRUPPO DI ATLETI E PROFESSIONISTI DEL SETTORE

Giovanni Teppa¹, Carla Ferraris¹, Roberta La Brasca¹, Marina Bagni², Emiliano Ventura³, Lucia Decastelli¹, Daniela Manila Bianchi¹

¹Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Piemonte Liguria e Valle d'Aosta, via Bologna 148, Torino, Italia

²Ministero della Salute, Viale Giorgio Ribotta 5, Roma, Italia

³Libero Professionista

INTRODUZIONE

Gli integratori alimentari sono ampiamente utilizzati dalla popolazione ed in particolare dagli atleti: la loro popolarità ha portato i consumatori a preoccuparsi della loro sicurezza e dei possibili rischi per la salute, soprattutto per quanto riguarda la loro qualità e composizione.

SCOPO DEL LAVORO

Indagare l'opinione degli **atleti** e di **professionisti** della salute sugli integratori alimentari:

Atleti agonisti e non agonisti, Dietisti, Nutrizionisti, Medici dietologi, Preparatori atletici

Verificare la presenza di allergeni e sostanze che provocano intolleranze non dichiarati

MATERIALI E METODI

QUESTIONARIO ANONIMO PER ATLETI E PROFESSIONISTI

DATI SOCIO-DEMOGRAFICI	CONSUMO/PRESCRIZIONE E DI INTEGRATORI	SPECIFICHE DEL PRODOTTO
<ul style="list-style-type: none"> Fascia di età Sesso Sport praticato Formazione conseguita 	<ul style="list-style-type: none"> Utilizzo o prescrizione Tipologia Mezzi di informazione 	<ul style="list-style-type: none"> Letture delle etichette Caratteristiche fondamentali Effetti collaterali riscontrati (es. allergie)

ANALISI PER LA PRESENZA DI ALLERGENI NON DICHIARATI

ALLERGENE/SOSTANZA TARGET	METODICA
Lattosio	Metodo enzimatico
Uova	ELISA
Crostacei	PCR
Nocciola	ELISA
Caseine	ELISA
Glutine	ELISA
Soia	PCR
β-lattoglobuline	ELISA

RISULTATI

QUESTIONARIO ANONIMO PER ATLETI E PROFESSIONISTI

66 risposte

- n = 44
- ✓ Uomini → 70%
 - ✓ Atleti agonisti → 89%
 - ✓ Utilizzano integratori alimentari → 57%, **prescritti** da nutrizionisti/dietisti (46%) e scelti in autonomia (46%)
 - ✓ Consumano **integratori vitaminici**, di **sali minerali**, **proteici**
 - ✓ Caratteristiche peculiari: **dose** raccomandata, **valori nutrizionali**, **modalità** di assunzione
 - ✓ **Effetti collaterali gastrointestinali** in 5 rispondenti

- n = 22
- ✓ Donne → 59%
 - ✓ Dietisti/Nutrizionisti/Dietologi → 55%
 - ✓ Prescrivono **integratori vitaminici** (38%), di **sali minerali** (25%), **proteici** (20%)
 - ✓ Canale di informazione: **seminari e convegni**
 - ✓ Caratteristiche peculiari: **valori nutrizionali**, presenza **allergeni** e **dose** raccomandata

ANALISI PER LA PRESENZA DI ALLERGENI NON DICHIARATI

32 integratori acquistati → 133 analisi effettuate

Target	N° analisi	N° campioni neg	N° campioni pos
Lattosio	30	30	0
Uova	18	18	0
Crostacei	17	16*	0
Nocciola	17	17	0
Caseine	16	16	0
Glutine	16	16	0
Soia	10	10	0
β-lattoglobuline	9	9	0
Tot	133	132	0
		*1 campione non eseguibile	

CONCLUSIONI

Gli integratori alimentari sono risultati molto utilizzati da atleti e professionisti della salute: nel campione analizzato non sono stati riscontrati allergeni non dichiarati, gli atleti rispondenti nutrono fiducia nei professionisti della salute consultati per l'integrazione. I valori nutrizionali seguiti dalla presenza di allergeni sono fattori fondamentali per la scelta di un integratore da parte dei professionisti della salute.