

a cura di Marco Angarano

Z  
O  
O  
M

**FOOD SUPPLEMENTS CONTAINING BOTANICALS: BENEFITS, SIDE EFFECTS AND REGULATORY ASPECTS**

Editor: Patrizia Restani  
Springer, 2018  
467 pagg. - Euro 155,99

Il Progetto PlantLIBRA (Plant Food Supplements: Level of Intake, Benefit and Risk Assessment) finanziato dall'Unione europea nell'ambito del 7° Programma Quadro (2007-2013), ha avuto come finalità quella di produrre dati scientifici a sostegno della sicurezza di integratori alimentari a base di piante e derivati al fine di supportare il compito decisionale delle autorità regolatorie e di tutti gli operatori della catena alimentare, in special modo le PMI (piccole e medie imprese). Il progetto, durato 4 anni, dal 2010 al 2014, è stato coordinato dalla Prof.ssa Patrizia Restani dell'Università degli Studi di Milano e ha coinvolto 25 partecipanti tra gruppi di ricerca accademici, pubblici, PMI e organizzazioni no profit.

"Food Supplements Containing Botanicals: Benefits, Side Effects and Regulatory Aspects. The Scientific Inheritance of the EU Project PlantLIBRA", pubblicato da Springer, è il risultato della colla-

borazione dei numerosi partecipanti al progetto PlantLIBRA e raccoglie buona parte dei documenti e dei risultati scientifici prodotti nel corso del lavoro.

Il volume è articolato in tre parti: Stato dell'arte dei prodotti contenenti botanicals; Controllo di qualità per la sicurezza dei consumatori; Valutazione dei rischi e dei benefici per la sicurezza dei consumatori.

Viene fornita una panoramica storica e di attualità sull'uso dei botanicals, sulla complessità delle differenti posizioni scientifiche e legislative a livello europeo e degli altri continenti, basate anche sugli usi tradizionali delle piante nei diversi paesi. A garanzia della sicurezza dei consumatori alcuni stati, come l'Italia, hanno definito liste "positive" di piante e loro parti ammesse all'uso nella formulazione di integratori alimentari, oltre a delle linee guida specifiche per assicurare la qualità di tali prodotti.

Patrizia Restani sottolinea come l'idea della Lista BELFRIT (la lista comune elaborata da Belgio, Francia e Italia) sia nata proprio all'interno del progetto PlantLIBRA. Ogni capitolo del volume affronta uno dei diversi aspetti che hanno caratterizzato il progetto europeo, illustrando indagini e ricerche epidemiologiche condotte e gli strumenti usati per valutare il consumo degli integratori alimentari a base di botanicals, il problema degli eventi avversi nell'uomo e i dati prodotti dal progetto in tale ambito integrati con i più recenti dati di letteratura, la valutazione di rischi e benefici di tali prodotti e la percezione dei rischi e dei benefici da parte dei consumatori, partendo dal credo comune che "tutto ciò che è naturale (come i fitoderivati) è sempre sicuro".

Patrizia Restani, editor del libro, auspica che questo lavoro collettivo possa rappresentare un'utile guida per tutti coloro che lavorano nel campo dei botanicals.



**Spirulife**

ALTO VALORE NUTRITIVO

SPIRULINA PLATENSIS BIOLOGICA



effetto rivitalizzante



IT-BIO-007 Agricoltura non UE



La spirulina è un'alga di lago che contiene tutti gli elementi nutritivi di cui necessita l'organismo: aminoacidi, acidi grassi essenziali, vitamine e minerali che apportano **energia, tono e vitalità**. È la migliore fonte di proteine vegetali, possiede un contenuto proteico maggiore di qualsiasi altro alimento presente in natura, addirittura superiore alle uova, alla carne e al pesce. Tra i vari nutrienti, apporta buone quantità dell'amminoacido la **fenilalanina** (che si suppone agisca a livello dei centri nervosi nell'attenuazione dell'appetito) e di **vitamina B12** (importante per vegani e vegetariani che possono entrare in carenza). È anche un'ottima fonte naturale di **ferro**, facilmente assimilabile dall'organismo. Fornisce inoltre moltissimi oligoelementi tra i quali manganese, cromo, rame, selenio e zinco. La spirulina è **ideale per tutte le fasce di età**, per sportivi e per chi conduce una vita dinamica. È un complemento alimentare utile anche ai bambini e agli anziani, che spesso a causa di un'alimentazione inadeguata, incorrono in carenze alimentari.

**Spirulife** è a base di **Spirulina Platensis biologica**, coltivata in un borgo incontaminato nel sud dell'India, senza siti industriali nei dintorni. Viene prodotta in capsule vegetali, non contiene eccipienti, allergeni e glutine.



Natural Point srl  
via P. Mariani, 4 - 20128 Milano  
Tel. 02 27007247  
www.naturalpoint.it

a cura di *Camilla Corradi*

Z  
O  
O  
M

**TUTTO BIO 2018**  
L'annuario del biologico  
24ª edizione

A cura di *Rosa Maria Bertino, Achille Mingozzi, Emanuele Mingozzi.*

312 pagine - Formato 16,5x23,5 - Stampato su carta ecologica, salvando 37 alberi  
Edito da Bio Bank

Il tema di questa nuova edizione di Tutto Bio, la 24esima per la precisione, è senza dubbio **l'innovazione**. E non è un caso. Il 2018 è infatti l'anno dedicato al cibo italiano dai Ministeri dell'agricoltura e dei beni culturali e Tutto Bio ha dunque scelto come tema l'innovazione, elemento propulsivo del biologico, alimentare e non. Per sottolineare che nel cuore del made in Italy c'è il **Made in Bio!** Il biologico ha in sé la spinta all'innovazione... A volte è innovativa l'idea di prodotto, a volte è innovativo il processo per realizzarlo, a volte entrambi. "Non sapevano che fosse impossibile, allora l'hanno fatto". In questo aforisma dello scrittore americano Mark Twain c'è l'essenza delle 10 storie "ad alto tasso di innovazione" raccontate in questo nuovo volume. Storie che raccontano sì di prodotti innovativi (alcuni dei quali hanno anche ricevuto importanti premi e riconoscimenti), ma che - a partire da un'in-

tuizione - rivelano sempre un percorso costellato di curiosità, ricerca e originalità. Questa 24ª edizione di Tutto Bio è dedicata inoltre ai **bioanniversari** del 2018: 40 anni dalla nascita di Probios, 40 per La Finestra sul Cielo, 30 per Sana, 30 per il Ccpb, **25 anni per Bio Bank...** Oggi che tutti fanno bio, la storia fa la differenza! In tutti questi anni la missione di Bio Bank è rimasta sempre la stessa: raccogliere, organizzare ed elaborare informazioni sulle varie attività bio in Italia, contribuendo a una descrizione condivisa della realtà. Un lavoro puntuale, diffuso tra carta, digitale e web, che si traduce anche nelle oltre 300 pagine dell'annuario cartaceo e nelle oltre 100 dell'estratto digitale pubblicato su Issuu per amplificarne la lettura online. Sono 11.000 le attività bio in Italia pubblicate su Tutto Bio 2018 e censite in banca dati, cuore pulsante di tutta l'attività editoriale. Per averne un'idea, ecco di seguito i numeri: **Intro** - 656 Bio Bank Card; **Info** - 58 Fiere & Co, 104 Associazioni; **Vendita diretta** - 32 Cassette a domicilio, 2.879 Aziende, 813 Gruppi d'acquisto; **Punti vendita** - 22 Supermercati, 1.437 Negozi; **Fuori casa** - 556 Ristoranti & Co, 1.497 Agriturismi Alimenti, 20 Organismi di controllo & Co, 52 Aziende, 82 Fattorie sociali, 8 Centrali



equosolidali, 113 Aziende equosolidali; **Cosmesi & Co** - 15 Organismi di controllo & Co, 245 Profumerie & Co, 426 Aziende; **Infanzia** - 14 Aziende di ristorazione, 1.311 Mense scolastiche, 641 Fattorie didattiche. La **vetrina dei prodotti**, che prosegue e si amplia online nella sezione "Prodotti" su [www.biobank.it](http://www.biobank.it), è sempre cartina tornasole dei trend emergenti. Trionfa il cibo italiano, con materie prime italiane, ed emergono con forza i legumi come prezioso ingrediente assolutamente trasversale in tutte le categorie. I legumi interpretano infatti alla perfezione i nuovi stili alimentari che privile-

giano le proteine vegetali, il senza glutine, le qualità funzionali del cibo. Non si ferma dunque l'onda lunga del superfood. Infine, fedele compagna da oltre vent'anni, è come sempre in omaggio con l'annuario, la **Bio Bank Card**, per ricevere lo sconto del 10% presso 656 attività convenzionate: Ristoranti & Co, Agriturismi, Aziende con vendita diretta, Negozi e Profumerie & Co. Tutto Bio si conferma quindi prezioso strumento di servizio, con le sue pagine da leggere, consultare e da cui trarre ispirazione.

Website: [www.biobank.it](http://www.biobank.it)