

INTERROGAZIONE N. 194.25

Bevande energetiche e giovani: a che punto siamo?

Le bevande energetiche hanno grande successo soprattutto nelle fasce giovanili. Con una pubblicità attraente e aggressiva (la più famosa dice che “mette le ali”), con un contenuto di zuccheri in genere molto alto, con la promessa di dare una scossa vitale, catturano molte ragazze e ragazzi. Lo fanno attraverso la pubblicità classica, ma soprattutto nei social media.

Negli ultimi anni diversi Paesi europei e catene di vendita hanno introdotto limiti o restrizioni alla vendita di *energy drinks* ai minori, motivati da evidenze su effetti cardiovascolari, disturbi del sonno, problemi di comportamento e dal contributo all'apporto di zuccheri semplici nella dieta dei giovani.

Ci sono vari Stati che hanno introdotto divieti per fasce d'età (vendita vietata agli under 18 in Lituania e Lettonia; divieti entrati in vigore recentemente in Polonia e Romania; la Norvegia ha pianificato restrizioni per gli under 16). Queste misure riguardano spesso bevande con più di 150 mg caffeina/per litro. Nel Regno Unito grandi catene di vendita (Tesco, Sainsbury's, ad esempio) si sono impegnate a non vendere energy drinks a minori di 16 anni e il Governo inglese ha annunciato norme che limitino la vendita di bevande ad alta caffeina ai minori, dopo aver constatato che un terzo delle persone sotto i sedici anni le consuma regolarmente.

Il Regolamento UE impone etichettature per bevande con più di 50 mg caffeina (avvertenze «alto contenuto di caffeina — non raccomandato per bambini...»), ma non stabilisce un divieto uniforme di vendita ai minori, la materia è lasciata ai singoli Stati.

In Svizzera non ci sono norme che limitano la vendita di bevande energetiche, ma c'è la necessità di indicare la presenza di caffeina sulle etichette. Se contengono più di 30 mg caffeina per litro c'è obbligo della dicitura “contiene caffeina”. Se superano 150 mg caffeina per litro: oltre alla quantità di caffeina devono indicare un avviso specifico del tipo “alta caffeina, non raccomandato per bambini, donne in gravidanza o allattamento. Per quanto riguarda gli zuccheri vale l'etichettatura nutrizionale (calorie, carboidrati, zuccheri). Queste indicazioni sono stampate sulle lattine e quindi di non semplice lettura.

L'Agenzia Europea per la sicurezza alimentare indica che singole dosi di caffeina fino a 3 mg/kg peso corporeo non sollevano preoccupazioni per la popolazione adulta; per adolescenti il parametro raccomandato è più restrittivo e l'eccesso può essere associato a tachicardia, aritmie, ansia, insonnia, disturbi gastrointestinali e, nelle situazioni estreme, a crisi convulsive o ricoveri in pronto soccorso. L'EFSA (Agenzia Europea) e letteratura sanitaria avvertono cautela nei minorenni.

Una lattina da 250 ml di Red Bull, la più famosa delle bevande energetiche, contiene circa 80 mg di caffeina; altri prodotti arrivano anche a 150–300 mg per lattina. C'è poi l'aspetto degli zuccheri, visto che le bevande energetiche apportano quantità elevate di zucchero, contribuendo a rischi di carie dentaria, aumento calorico non compensato e sovrappeso. L'OMS raccomanda di ridurre gli zuccheri liberi a meno del 10% dell'apporto energetico giornaliero (idealmente meno del 5%, ovvero circa 25 g di zucchero al giorno).

Il consumo di bevande energetiche è spesso associato a quello di alcol con cocktail di alcolici forti e bevanda energetica, tipicamente associata alla vodka, oppure ad attività fisica intensa (prima per dare energia, dopo per recuperarne). In entrambi i casi, come sempre, sono decisive quantità e frequenza del consumo.

INTERROGAZIONE N. 194.25

In Ticino non risultano ricoveri in pronto soccorso per effetti di un consumo eccessivo di bevande energetiche, ma la diffusione del fenomeno preoccupa molte famiglie e pone alcuni interrogativi.

Chiedo dunque al Governo:

1. Esistono studi o statistiche sul consumo di bevande energetiche in Ticino da parte dei giovani al di sotto dei 18 anni? Se no, ne sono previsti?
2. Esistono norme sulla vendita o il consumo di bevande energetiche nelle scuole e nei distributori automatici presenti negli edifici pubblici e scolastici?
3. È intenzione del Cantone richiedere, nei limiti delle proprie competenze, avvertenze più visibili per i prodotti venduti sul territorio (per esempio pannelli informativi nei punti vendita)?
4. Il Governo ha intenzione di limitare o vietare forme di marketing rivolte a minori (sponsorizzazioni locali, materiale promozionale o pubblicità nei pressi delle scuole)?
5. Quali iniziative di prevenzione e informazione (in collaborazione con scuole, medici scolastici, organizzazioni di genitori) il Governo ritiene necessarie introdurre per ridurre il consumo non necessario di caffeina e zuccheri tra i giovani?
6. È ipotizzabile da parte del Cantone un'informazione capillare presso i medici affinché il consumo di bevande energetiche sia considerato nell'anamnesi dei giovani al di sotto dei 18 anni?

Maurizio Canetta
Lepori - Zanini Barzaghi