

L'utilizzo dello iodio nell'industria alimentare: Quali prospettive?

Lo iodio negli alimenti

La principale fonte di iodio è rappresentata dagli alimenti, poiché lo iodio non è sintetizzato dall'organismo umano

La quantità assunta attraverso l'alimentazione è generalmente insufficiente a soddisfare il fabbisogno quotidiano necessario per garantire la normale attività secretoria della tiroide

Categoria	Dosi giornaliere raccomandate di Iodio (RDA*)
Adolescenti e Adulti	150 µg/die
Bambini al di sotto di 5 anni	90 µg/die
Bambini al di sotto di 12 anni	120 µg/die
Donne in gravidanza e durante l'allattamento	250 µg/die

Lo iodio negli alimenti

La quantità di iodio presente negli alimenti è molto variabile: nei vegetali dipende dal terreno in cui sono coltivati, mentre negli alimenti di origine animale dipende dallo iodio assunto dall'animale con l'alimentazione

Categoria	Contenuto Iodio *
Prodotti ittici	100-115 µg/100 g
Crostacei	300 µg/100 g
Latte	10-20 µg/100 g
Uova	9 µg/100 g
Carne	5 µg/100 g
Cereali	5 µg/100 g

*Pastorelli A. A., Cerron M., Morelli S., Sagratella E., Olivieri A., Stacchini P., *Assunzione di iodio a livello di popolazione* in Attività di monitoraggio del programma nazionale per la prevenzione dei disordini da carenza iodica, A cura di Olivieri A. e Vittori P., ISS, Rapporti ISTISAN 14/6, 2014



Gli alimenti fortificati e le preparazioni alimentari arricchite con sale iodato

Sale iodato

Mangimi fortificati
con iodio / latte e
derivati ricchi di iodio

Insaporitori con sale
iodato protetto

Pane e derivati/
sostituti del pane con
sale iodato

Preparati
carnei/formaggi con
sale iodato protetto

Patate, carote,
pomodori ed erbe
aromatiche arricchite
con iodio



Le alghe

Il contenuto di iodio varia grandemente a seconda del tipo di alga (è massimo in Kombu e minimo in Nori) e diversa dovrà essere la loro frequenza e dose di utilizzo
Il consiglio è quello di variare la scelta delle alghe e di consumarle complessivamente 3-4 volte/settimana utilizzandole per cucinare legumi (alga kombu) e zuppe (alga wakame) e per condire cereali, verdure e minestre (tutte le altre).

Categoria	Contenuto Iodio *
Alga kombu	265 000 µg/100 g
Alga arame	71 000 µg/100 g
Alga hijiki	39 000 µg/100 g
Alga wakame	16 000 µg/100 g
Alga dulse	4 410 µg/100 g
Alga nori	1 500 µg/100 g

L'indagine

Obiettivo dell'indagine : rilevare le dinamiche di consumo del sale iodato e conoscere il grado di notorietà del programma di iodoprofilassi

Metodologia: Indagine CAWI a scadenza con campionamento a valanga. Si sono raccolte informazioni mediante l'utilizzo di un questionario strutturato composto da 21 domande somministrato via web tramite invito mediante email

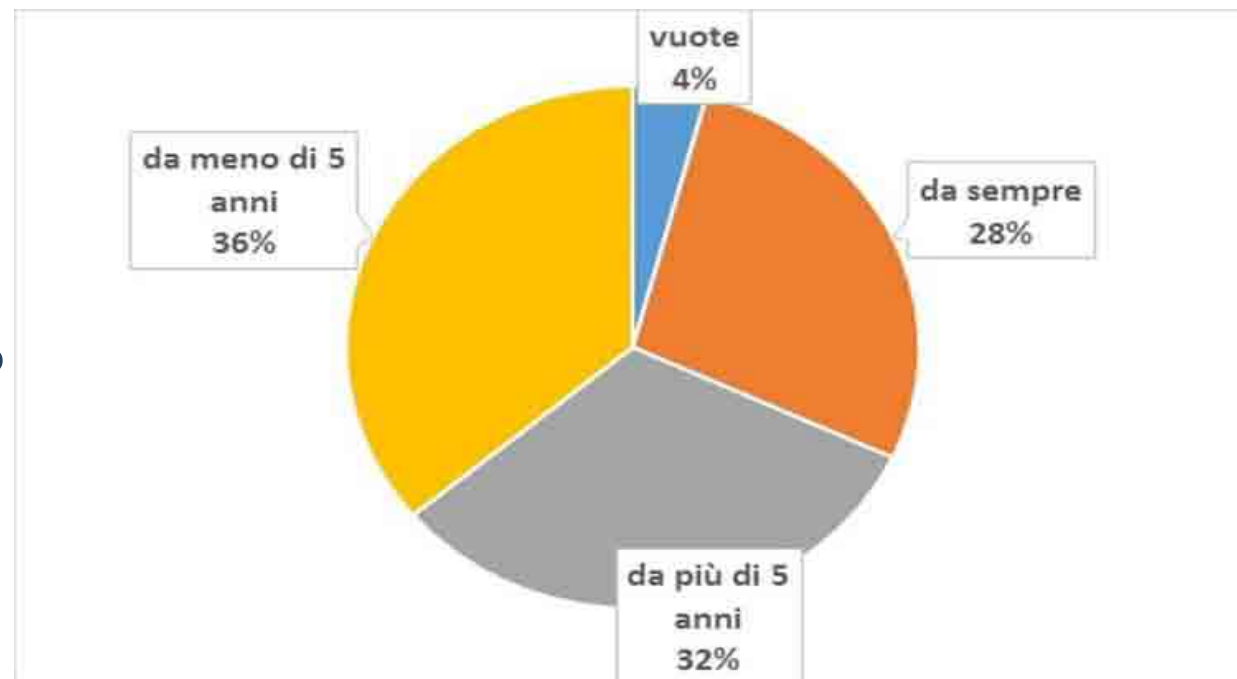
L'indagine - Risultati -

Acquista sale iodato per Lei e la Sua famiglia?

71% SI

29% NO

Da quanto tempo acquista sale iodato?



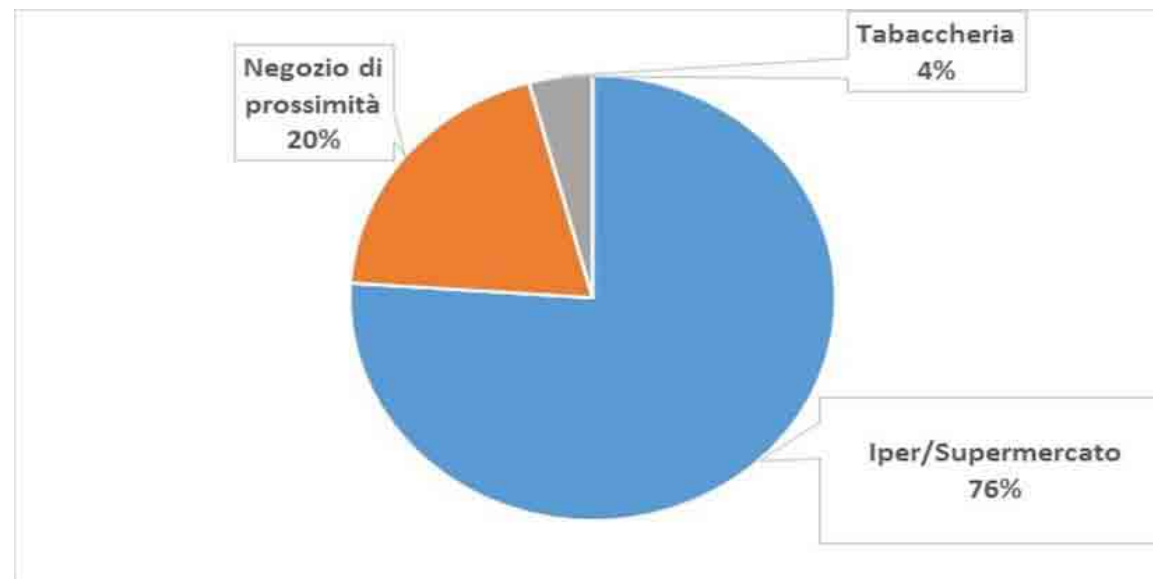
L'indagine - Risultati -

Ha difficoltà a trovare sale iodato?

20% SI

80% NO

Dove acquista sale iodato?



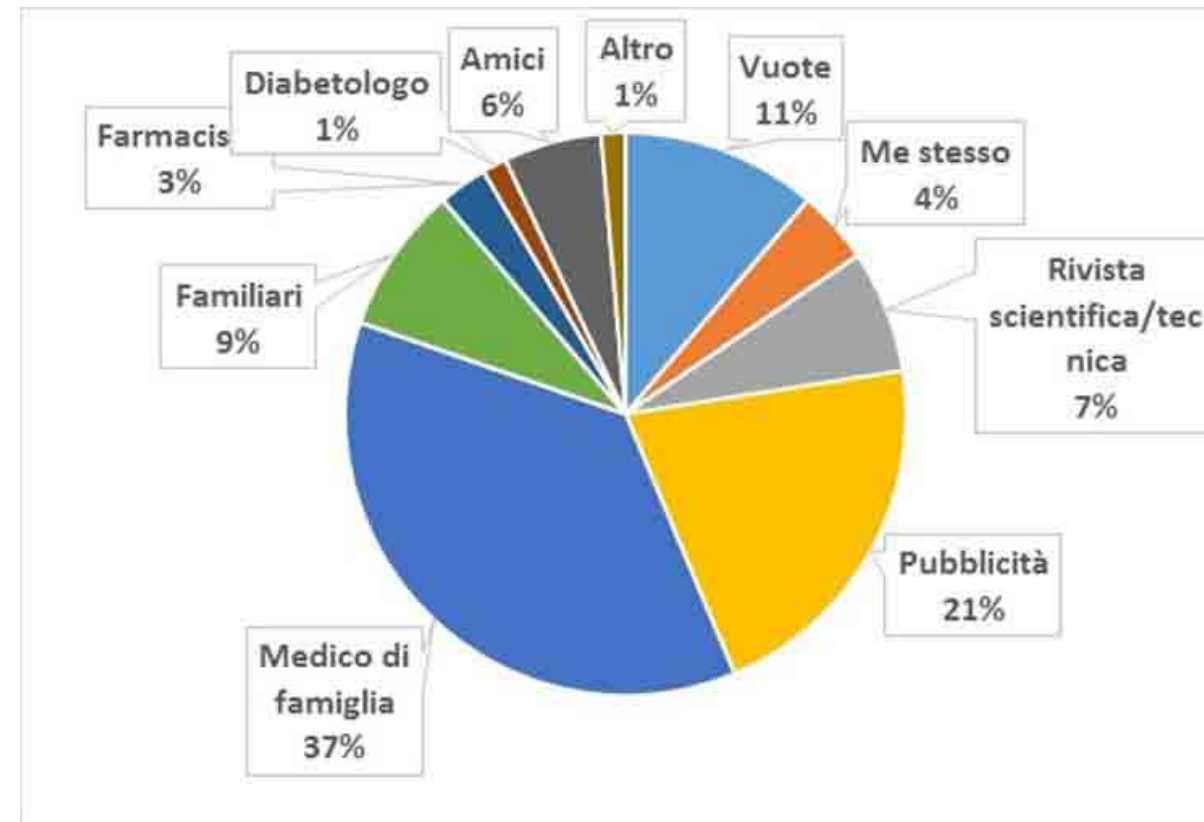
L'indagine - Risultati -

Chi le ha suggerito di utilizzare il sale iodato?

Sa che il sale iodato, se assunto con regolarità, previene la formazione del gozzo?

63% SI

37% NO



L'indagine - Risultati -

Sa che in gravidanza il fabbisogno giornaliero di iodio aumenta?

50% SI

50% NO

Lei ha problemi di ipotiroidismo?

7% SI

93% NO

Sa che un adeguato apporto di iodio con la dieta è fondamentale per il normale sviluppo del feto??

54% SI

46% NO

Lei ha problemi di ipotiroidismo?

5% SI

95% NO

L'indagine - Risultati -

Ha avuto qualcuno in famiglia che ha sofferto di ipotiroidismo?

17% SI

52% NO

31% NON SO

Ha avuto qualcuno in famiglia che ha sofferto di ipertiroidismo?

19% SI

53% NO

28% NON SO

Conosce il programma di iodoprofilassi attivo in Italia?

11% SI

89% NO

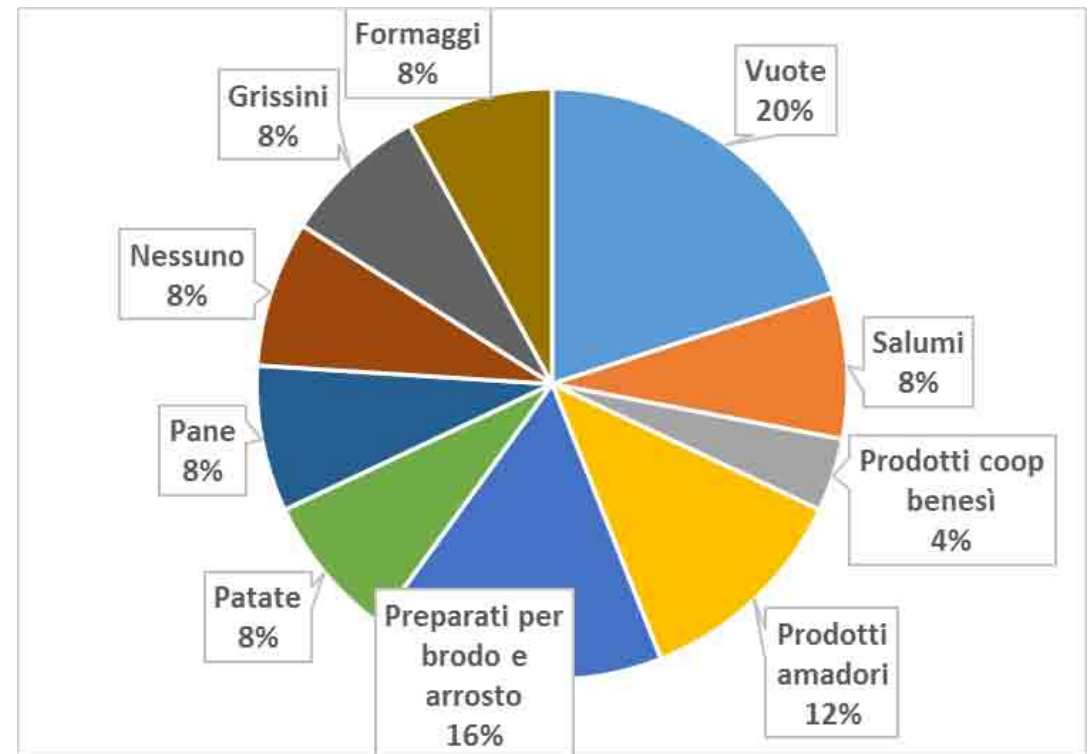
L'indagine - Risultati -

Sa che esistono prodotti alimentari preparati con sale iodato?

24% SI

76% NO

Se si, quali prodotti conosce?



L'indagine - Risultati -

Sarebbe disposto a pagare qualcosa in più per preparati alimentari con sale iodato?

71% SI

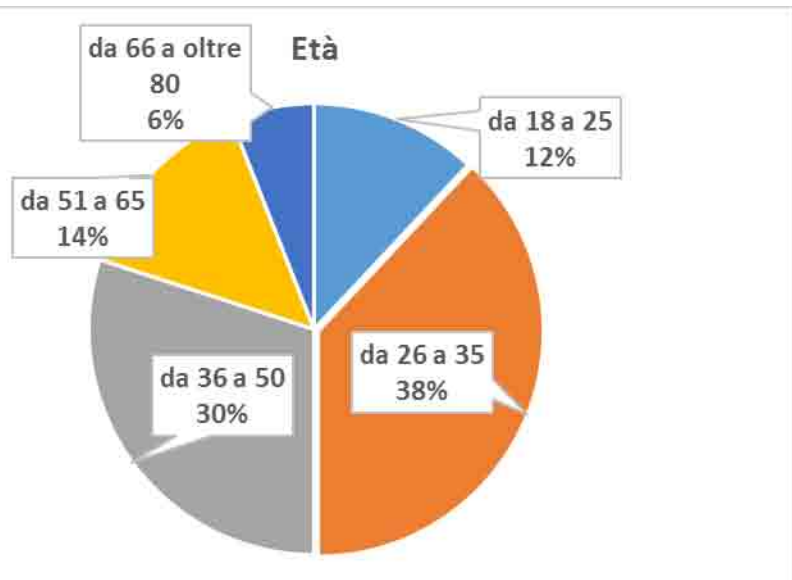
29% NO

Se si, quanto sarebbe disposto a pagare in più?

%maggiorazione prezzo	% rispondenti
2%	58%
5%	23%
10%	14%
15%	1%
20%	4%

L'indagine

- Risultati sociodemografici -



50% Maschi

50% Femmine

Titolo di studio	Percentuale
Post Laurea	18%
Laurea	43%
Diploma	29%
Licenza Media	6%
Licenza Elementare	4%

Professione	Percentuale
Studente	7%
Ricercatore	3%
Casalinga	11%
Commerciante	3%
Impiegato	24%
In cerca di occupazione	14%
Pensionato	6%
Altre professioni	32%

Conclusioni

Il 71% dei rispondenti acquista sale iodato e di questi solo il 28% lo fa da sempre, il resto ha iniziato ad acquistare sale iodato dopo l'introduzione della legge 55/2005. Infatti, la maggioranza dei rispondenti ha affermato che il consumo di sale iodato è avvenuto dietro suggerimento del medico di famiglia e grazie alla pubblicità, che conosce i benefici legati all'utilizzo del sale iodato ma non conosce il programma di iodoprofilassi

Da quanto affermato possiamo dedurre che pur non essendoci da parte dei consumatori una consapevolezza esplicita delle specifiche attività svolte all'interno del programma di iodoprofilassi. L'aumento dei consumi di sale iodato a seguito della legge 55/2005 è un beneficio implicito derivante dall'introduzione della legge stessa

Conclusioni

Per quanto concerne le dinamiche di consumo del sale iodato, la maggioranza degli acquirenti afferma di non avere difficoltà ad acquistare sale iodato e il canale di acquisto preferito è rappresentato dalla GDO

Inoltre, i rispondenti dimostrano una disponibilità a pagare per avere preparati con iodio che può essere quantificata pari al 2% in più del prezzo di mercato del prodotto senza iodio

Certamente, tale indagine è solo un punto di partenza non esaustivo dell'intero fenomeno ma vuole fornire spunti di riflessione per le aziende alimentari in grado di cogliere le opportunità offerte dal un mercato dove i prodotti salutistici e funzionali non rappresentano più la nicchia ma possono mostrarsi essere grandi opportunità