

Ministero della Salute

ALTRI NUTRIENTI E ALTRE SOSTANZE AD EFFETTO NUTRITIVO O FISIOLOGICO (Revisione settembre 2019)

A livello UE, nel settore degli integratori alimentari, vi sono ad oggi disposizioni normative solo per l'impiego di vitamine e minerali (cfr. regolamento CE 1170/2009) e non per gli altri nutrienti e le altre sostanze ad effetto nutritivo o fisiologico.

L'elenco delle sostanze ammesse all'impiego negli integratori di questo documento non è esaustivo. Resta fermo che in assenza di una storia di consumo significativo una sostanza/ingrediente si configura come un novel food, ai sensi del regolamento (UE) 2015/2283. Al riguardo sostanze/ingredienti autorizzati per l'uso negli integratori (e relative condizioni) sono contemplati anche dal regolamento (UE) 2017/2470 che istituisce l'elenco dell'Unione dei nuovi alimenti a norma del regolamento (UE) 2015/2283. Inoltre il Catalogo sui novel food (EU Novel Food Catalogue) pubblicato dalla Commissione UE, pur non essendo a sua volta esaustivo, può dare utili indicazioni sull'ammissibilità o meno di una sostanza/ingrediente negli integratori alimentari. Per consultare il Ministero al fine di determinare se un ingrediente o una sostanza rientrano o meno nell'ambito di applicazione del regolamento (UE) 2015/2283 sui novel food, occorre seguire la procedura prevista dal regolamento (UE) 2018/456.

Tutte le sostanze contemplate dal regolamento (UE) 609/2013 per l'impiego nei prodotti ricadenti nel suo campo di applicazione sono impiegabili anche negli integratori alimentari. Per l'acido aspartico, oltre alla forma L, è ammessa negli integratori anche la forma D

Non è ammesso l'impiego di argille per il loro contenuto di alluminio.

Resta ferma l'applicazione del regolamento (CE) 1924/2006 per indicazioni rispondenti alla definizione di claims sulla salute o sulla riduzione di un fattore di rischio di malattia, per cui nel vigente quadro normativo l'articolo 6, comma 4 lettera f) del decreto legislativo 21 maggio 2004, n. 169 è applicabile solo se non contrasta con il predetto regolamento.

Eventuali indicazioni sulle caratteristiche di un integratore non ricadenti nel campo di applicazione del regolamento (CE) 1924/2006, nell'ottica di orientare correttamente i consumatori nelle scelte, devono risultare conformi alle disposizioni vigenti in materia di etichettatura. Si consideri in particolare quanto previsto dall'articolo 7 del Regolamento (UE) 1169/2011.

Nella sezione "Eventuali indicazioni", in alcuni casi, sono riportate esemplificazioni di proprietà volte a fornire informazioni per orientare i consumatori nelle scelte che non si configurano come claims sulla salute.

Per l'impiego di probiotici e prebiotici si rimanda a quanto previsto dalla apposita sezione delle linee guida ministeriali sugli integratori alimentari

Per l'impiego di sostanze e preparati vegetali (botanicals) si rimanda a quanto previsto dal DM 9 luglio 2012. Detto DM, a decorrere dal 9 gennaio 2019, sarà sostituito dal DM 10 agosto 2018, che aggiorna la disciplina sulla materia.

SOSTANZA/INGREDIENTE	AVVERTENZE IN ETICHETTA	LIMITI DI APPORTO	DISPOSIZIONI	EVENTUALI INDICAZIONI
Aminoacidi essenziali	<i>Non utilizzare in gravidanza e nei bambini, o comunque per periodi prolungati, senza sentire il parere del medico.</i>		Devono essere presenti tutti gli aminoacidi essenziali (l'istidina può essere considerata facoltativa)	Contributo al soddisfacimento del fabbisogno proteico/azotato
Aminoacidi ramificati	<i>Non utilizzare in gravidanza e nei bambini, o comunque per periodi prolungati, senza sentire il parere del medico.</i>	5 g come somma di leucina, isoleucina e valina		Integrazione della dieta dello sportivo

Acido idrossi-isocaproico (HICA)				
Acido ialuronico				
Acido linoleico coniugato (CLA)				
Acido lipoico	<i>Per l'uso del prodotto si consiglia di sentire il parere del medico. In rari casi l'acido lipoico può dare ipoglicemia".</i>			
Acido nervonico				
Alfa chetoisocaproato (KIC)				
Arabinogalattano				
Arabinosilano				
Arginina alfa chetoglutarato (AAKG)				
Astaxantina				
Beta alanina				Precursore della carnosina
Betaina		1,5 g		
Beta glucani				
Butirrato				
Caffeina	<i>Non raccomandato per i bambini, in gravidanza e durante l'allattamento</i>	200 mg		
Carnitina (anche da L-carnitina)		1000 mg		
Carnosina		500 mg		
Chitosano		3 g		
Citicolina (CDP colina)				
Clorofilla				
Coenzima Q10 e ubichinolo		200 mg		
Colina		1000 mg		
Collagene				
Colostro				
Complessi enzimatici da substrati vegetali fermentati				Sono ammessi i complessi enzimatici con storia di consumo significativo
Condroitinsolfato		500 mg		

Creatina	<i>Per la presenza di creatina il prodotto è destinato ai soli adulti. Non utilizzare in gravidanza</i>	g 3- Per prodotti destinati agli sportivi l'apporto giornaliero può arrivare a 6 g per non più di un mese		
D-mannosio				
Dimetilglicina		200 mg		
ENZIMI - alfa-galattosidasi - bromelina - lattasi (beta-galattosidasi) - papaina - superossido-dismutasi (SOD)				
Epigallocatechinagallato (EGCG) da tè verde	<i>Si sconsiglia l'uso in gravidanza</i>	mg 300		
Fitosteroli		3 g		
Flavonoidi (come complesso)		1000 mg		
Flavonoidi - Quercetina (come aglicone)		200 mg		
Flavonoidi -Quercitrina (glicoside della quercetina)		300 mg		
Flavonoidi -Rutina (glicoside della quercetina)		300 mg		
Flavonoidi -Spireoside o spireina (glicoside della quercetina)		300 mg		
Flavonoidi -Esperidina (glicoside della esperitina)		600 mg		
Flavonoidi -Esperitina (aglicone della esperidina)		300 mg		
Flavonoidi -Diosmina (glicoside della diosmetina)				
FOSFOLIPIDI Fosfatidilcolina Fosfatidilserina Fosfoferina				
GABA				
Gamma orizanolo		150 mg		

Glicerofosforiletanolamina				
Glicociamina				
Glucomannano (A. konjac)		4 g		
Glucosamina		500 mg		
Glucuronolattone				
Glutazione		250 mg		
Gomma di guar		10 g		
Idrossimetilbutirrato (HMB)		3 g		
Idrossitirosolo/polifenoli da olivo				
Inositolo		4 g		
Isoflavoni come genisteina (aglicone o genina) o isoflavoni in miscela		80 mg		
Lattoferrina		200 mg		
Lattulosio		10 g		
Licopene		15 mg		
Luteina				
Melatonina		1 mg		
Metilsulfonilmetano (MSM)				
Monacolina K (estratto di riso rosso fermentato con <i>Monascus purpureus</i> titolato in monacolina K)	<i>Per l'uso del prodotto si consiglia di sentire il parere del medico. Non usare in gravidanza, durante l'allattamento e in caso di terapia con farmaci ipolipidemizzanti</i>	10 mg		
N-acetilcisteina	<i>Non somministrare ai bambini al di sotto dei tre anni di età</i>	600 mg		
N-acetil D-glucosamina				Sintesi dell'acido ialuronico
NADH				
Naringina				
Norvalina				
Nucleotidi				
Omotaurina				
Ornitina alfa-chetoglutarato (OKG)				
Palmitoiletanolamide (PEA)				

PABA				
Pectine				
Picnogenolo				
Policosanoli				
Polidatina				
Resveratrolo				
Ribosio				
S-adenosilmetionina (SAME)		250 mg		
Spermidina				
Squalene				
Taurina		1000 mg		
Teanina				
Zeaxantina, mesozeaxantina				