

alcuni "slogan ingannevoli" delle grandi marche dell'acqua in bottiglia

SE VI DICONO...

L'acqua a zero calorie

SAPPIATE CHE...

Qualsiasi acqua (ovviamente compresa quella del rubinetto) è priva di calorie

SE VI DICONO...

Vitasnella: l'acqua che elimina l'acqua (oppure: ha effetti diuretici)

SAPPIATE CHE...

Ogni genere di acqua (compresa quella del rubinetto), ha per sua natura effetti diuretici, o in altre parole "elimina l'acqua"

SE VI DICONO...

8 bicchieri di acqua Nestlé Vera vi assicurano una corretta idratazione

SAPPIATE CHE...

8 bicchieri di acqua del rubinetto fanno esattamente la stessa cosa

N.B.: il continuo incitamento a bere quantità industriali (anche due-tre litri al giorno) di acqua oligominerale ("bevi ancora prima di aver sete!") è privo di senso e controproducente, perché provoca un eccessivo "lavaggio" dei reni con perdita di minerali importanti (e poi ci saranno altre pubblicità che vi consigliano di integrare il magnesio o altro), tranne che in specifiche situazioni (prolungati e intensi sforzi fisici, forte caldo, vomito e diarrea), in cui peraltro conviene bere acqua un po' più ricche di minerali.

SE VI DICONO...

Che è un'acqua leggera, leggerissima

SAPPIATE CHE...

Questa espressione di per sé non vuole dire niente. Se si intende che è oligominerale (cioè povera di minerali), allora sappiate che anche l'acqua del rubinetto, in linea di massima, è oligominerale, oppure tra oligo- e medio-minerale.

N.B.: Ci sono situazioni in cui occorre assumere dosi maggiori di certi minerali. Solo in questo caso, e dietro consiglio medico (come succedeva una volta), può essere conveniente il consumo di una specifica acqua mediominerale o fortemente mineralizzata.

SE VI DICONO...

Che una data acqua minerale vi "disintossica"

SAPPIATE CHE...

Qualsiasi genere di acqua (compresa quella del rubinetto) è indispensabile per l'eliminazione delle scorie del metabolismo, e non ci sono acque più "disintossicanti" di altre.



SE VI FANNO VEDERE...

Una povera molecola di sodio che si sente tanto sola

SAPPIATE CHE...

Anche l'acqua di rubinetto di norma è povera di sodio.

N.B.: ci sono situazioni (per esempio, quando fa molto caldo e si fa molto movimento, o per altre ragioni si perdono molti liquidi) in cui è opportuno assumere un po' di sodio (che poi è banale sale) in più

SE VI FANNO INTENDERE...

Che una data acqua minerale (ad esempio la Lilia, prodotta da Coca Cola) vi aiuta a "ringiovanire"

SAPPIATE CHE...

L'acqua (anche quella del rubinetto) è indispensabile alla vita, ma in nessun modo vi può far diventare più giovani

SE VI DICONO...

Che quell'acqua (Rocchetta, Uliveto o quella che è) ha proprietà digestive

*SAPPIATE CHE...
Lo sono solo le acque fortemente mineralizzate e in particolare ricche di bicarbonati e solfati (che comunque non possono superare certi livelli), quindi non le oligominerali normalmente consumate a tavola. L'anidride carbonica (le "bollicine") può dare la sensazione di "far digerire" ma in realtà riempie di gas stomaco e intestino.*

Numerose sono le condanne per "pubblicità ingannevole"

- **L'acqua Silvana** è stata multata dall'Antitrust per 9.100 € perché lasciava intendere che soltanto le acque minerali con un basso contenuto di ione nitrico, come l'acqua Silvana, siano pure, mentre la purezza va valutata con altri parametri, es. l'assenza di microrganismi patogeni.
- Nel 2007, **il gruppo Ferrarelle** è stato obbligato a sospendere una pubblicità che dichiarava che solo Ferrarelle vi garantisce preziosi sali e delicate bollicine e ancora Ferrarelle l'unica effervescente naturale garantita.
- Nel 2015 **Uliveto e Rocchetta** sono state condannate dall'Antitrust (è la quarta censura in pochi anni) per pubblicità ingannevole per presentare l'acqua come un prodotto in grado di lenire i malanni correlati a osteoporosi e calcolosi urinaria.

Assoc. Dimensioni Diverse - Onlus
via Due Giugno 4 - 20153 Milano
info@dimensionidiverse.it

