

A cura di
Roberto De Petro



LA RIFLESSIONE LOLLOBRIGIDA: «LO STATO DEVE AIUTARE I CITTADINI A STARE BENE»

Dal cibo sano a quello di moda

Dice il ministro Lollobrigida: «Lo Stato deve sostenere un'agricoltura e una trasformazione del cibo di qualità, che permetta ai cittadini di essere sani oggi e nel futuro. Per generazioni, nelle nostre famiglie ci è stata trasmessa un'educazione alimentare corretta, basata sulla Dieta Mediterranea, un modello che oggi rischia di essere distorto da logiche di mercato. Ci hanno educato al concetto di cibo buono e sano, oggi invece c'è il cibo che va di moda. Per questo, con il supporto della scienza, dobbiamo offrire corrette informazioni alle persone, che hanno il diritto di poter discernere tra un prodotto e l'altro e scegliere consapevolmente la propria dieta». Così il ministro dell'Agricoltura e della Sovranità alimentare e delle Foreste, in occasione del Congresso di due giorni dedicato al rapporto fra alimentazione sana, varia e bilanciata e prevenzione delle malattie cardiovascolari.

«Come Crea ha dichiarato il prof. Carlo Gaudio, presidente del-

l'Ente pubblico di ricerca e fondatore del Congresso

abbiamo voluto fare, con la massima società di cardiologia italiana, la SIC, il punto sugli effetti salutari e preventivi di una corretta e sana alimentazione».

E, dato il successo di questa prima giornata nazionale dell'Alimentazione, Nutrizione e Cuore, evento unico e pionieristico in Europa, è stato annunciato che la giornata sarà ripetuta anche nei prossimi anni.

Gli illustri relatori di questo importante congresso, ricercatori ed esperti del Crea assieme ai docenti universitari e primari della car-

diologia italiana - hanno messo in evidenza che la Dieta Mediterranea è da seguire sempre di più e sin dall'età scolare.

«Con le sue giuste quantità - ha concluso Gaudio - con la varietà e freschezza dei suoi alimenti, con la sua stagionalità, con il consumo moderato nei pasti principali di olio extravergine d'oliva e di vino - grazie al legame dei prodotti di qualità con la tipicità dei territori da cui provengono, fonte di ricchezza anche culturale e sociale - la Dieta Mediterranea è lo stile alimentare che più di ogni altro ha dimostrato di produrre significativi benefici sulla salute, come è provato dalla longevità degli Italiani».

Sul rapporto tra consumo moderato di vino nell'ambito della dieta mediterranea e salute cardiovascolare, si è soffermato il Presidente della Società Italia-



Peso: 41%

Sezione: CREA

na di Cardiologia (SIC), prof. Pasquale Perrone Filardi: «La Società Europea di Cardiologia, la più rinomata al mondo per Paesi aderenti e numero di iscritti, già dal 2021 ha fortemente raccomandato, nelle sue Linee Guida di prevenzione, la Dieta Mediterranea, riconosciuta come l'unica fortemente protettiva per il sistema cardiovascolare.

All'interno della quale – ha sottolineato l'illustre cattedratico – è raccomandato un consumo giornaliero moderato di vino che, anche in grandi studi epidemiologici, ha dimostrato di avere effetti protettivi sulle patologie cardiovascolari ed effetti favorevoli sulla mortalità per tutte le cause».

**Gli studi dimostrano
che la dieta
mediterranea
è da seguire
sin dall'età scolare**



Peso: 41%