

# Giornata della Nutrizione CREA: focus su Covid e alimentazione

*Nutrinformarsi: Nutrizione e immunità, lezioni dalla pandemia*

RASSEGNA STAMPA

A cura di Giulio Viggiani  
- Ufficio Stampa CREA

# EVENTO ONLINE - Nutrinformarsi, Nutrizione e immunità: lezioni dalla pandemia

Focus su covid-19 e alimentazione alla **4° Giornata della Nutrizione Crea**.  
L'evento si terrà online lunedì 15 novembre dalle 9.30 alle 13.30



**Alimentazione e covid-19:** il tema della quarta **Giornata della Nutrizione**, in epoca di pandemia, non poteva essere diverso da qui il titolo "**Nutrinformarsi - Nutrizione e immunità: lezioni dalla pandemia**". In questa edizione, l'ormai consueto appuntamento con l'approfondimento, organizzato dal **Crea Alimenti e Nutrizione** si terrà online e si terrà lunedì **15 novembre 2021** dalle 9.30 alle 13.30.

I ricercatori faranno **chiarezza** sui **luoghi comuni** e la tanta **disinformazione** in circolazione su questo tema. Un'alimentazione corretta può aiutare a proteggerci nel decorso della malattia? Perché i soggetti obesi o affetti da malattie metaboliche sono più esposti alla forma grave mentre ragazzi e atleti lo sono molto meno? E come e quanto il lockdown e lo smart working hanno modificato la nostra dieta, il nostro stile di vita? Queste alcune delle molte domande a cui risponderanno i relatori.

La Giornata sarà dedicata anche ad un'altra pandemia, quella delle **fake news**. Gli **studiosi Crea** ne hanno raccolto un significativo campionario - basti pensare a quella che consiglia di *"bere acqua calda perché il virus morirebbe sopra i 27 gradi"* - che sarà vagliato e illustrato caso per caso.

In particolare, si parlerà di:

- **Nutrizione e immunità**, un piccolo viaggio alla scoperta di come le scelte alimentari possano influire sulla risposta immunitaria e sul microbiota intestinale, con inevitabili ripercussioni, anche importanti, sul nostro stato di salute.
- **Covid-19 e composizione corporea**, attraverso l'analisi dei dati presenti in letteratura, emerge l'importanza della valutazione dello stato di nutrizione come punto critico nella prevenzione nonché nella risposta individuale a infezioni e terapie.
- **Integratori alimentari in tempo di covid-19**, per comprendere se e quali di questi prodotti possono davvero essere utili.
- **Fake news**, per evidenziare attraverso numerosi esempi, da una parte la portata allarmante di questa vera e propria "infodemia", dall'altra come istituzioni e autorità sanitarie stiano cercando di contrastare il fenomeno grazie ad una costante attività di informazione ed educazione.

*"La Giornata della Nutrizione, arrivata alla sua quarta edizione, sta diventando una piacevole consuetudine - commenta **Fausta Natella**, ricercatrice Crea Alimenti e Nutrizione e ideatrice dell'evento -. È un modo per disseminare le nostre attività di ricerca in modo semplice, aprendo le porte, per ora solo virtualmente del nostro Ente".*

Il webinar è gratuito, l'iscrizione può essere fatta a **questo link**

Il convegno si rivolge al pubblico generalista, ma anche ai ricercatori del settore e agli operatori delle professioni sanitarie per cui è prevista l'acquisizione di **7,5 crediti Ecm**.

**Scopri di più**

## CREA: FOCUS SU NUTRIZIONE E IMMUNITÀ IN TEMPO DI COVID

ROMA (ITALPRESS) - Alimentazione e Covid: il tema della quarta giornata della **nutrizione**, in epoca di pandemia, non poteva essere diverso. In questa edizione, l'ormai consueto **appuntamento con l'approfondimento, organizzato dal Crea Alimenti e nutrizione** si terrà online. La giornata, in programma lunedì 15 novembre dalle 9.30 alle 13.30, sarà dedicata anche a un'altra pandemia, quella delle fake-news. **Gli studiosi del Crea** ne hanno raccolto un significativo campionario che sarà vagliato e illustrato caso per caso. In particolare, si parlerà di **nutrizione** e immunità, un piccolo viaggio alla scoperta di come le scelte alimentari possano influire sulla risposta immunitaria e sul microbiota intestinale, con inevitabili ripercussioni, anche importanti, sul nostro stato di salute. Covid-19 e composizione corporea, attraverso l'analisi dei dati presenti in letteratura, emerge l'importanza della valutazione dello stato di **nutrizione** come punto critico nella prevenzione nonché nella risposta individuale a infezioni e terapie. (SEGUE).

RASSEGNA



## **CREA: FOCUS SU NUTRIZIONE E IMMUNITÀ IN TEMPO DI COVID -2-**

Integratori alimentari in tempo di Covid, per comprendere se e quali di questi prodotti possono davvero essere utili. Fake news, per evidenziare attraverso numerosi esempi, da una parte la portata allarmante di questa vera e propria "infodemia", dall'altra come Istituzioni e autorità sanitarie, stiano cercando di contrastare il fenomeno grazie ad una costante attività di informazione ed educazione.

"La Giornata della Nutrizione, arrivata alla sua IV edizione, sta diventando una piacevole consuetudine - commenta **Fausta Natella, ricercatrice Crea Alimenti e Nutrizione e ideatrice dell'evento** - E' un modo per disseminare le nostre attività di ricerca in modo semplice, aprendo le porte, per ora solo virtualmente del nostro Ente".

RASSEGNA

## Giornata della Nutrizione CREA: focus su Covid e alimentazione

Alimentazione e COVID: il tema della quarta giornata della nutrizione, in epoca di pandemia, non poteva essere diverso. In questa edizione, l'ormai consueto appuntamento con l'approfondimento, organizzato dal CREA Alimenti e Nutrizione si terrà online.

Tante le domande a cui i ricercatori risponderanno, facendo chiarezza sui luoghi comuni e la tanta disinformazione in circolazione su questo tema. Un'alimentazione corretta può aiutare a proteggerci nel decorso della malattia? Perché i soggetti obesi o affetti da malattie metaboliche sono più esposti alla forma grave mentre ragazzi e atleti lo sono molto meno? E come e quanto il lockdown e lo smart working hanno modificato la nostra dieta, il nostro stile di vita?

La Giornata sarà dedicata anche ad un'altra pandemia, quella delle fake-news. Gli studiosi CREA ne hanno raccolto un significativo campionario – basti pensare a quella che consiglia di “bere acqua calda perché il virus morirebbe sopra i 27 gradi” - che sarà vagliato e illustrato caso per caso.

In particolare, si parlerà di:

- **Nutrizione e immunità**, un piccolo viaggio alla scoperta di come le scelte alimentari possano influire sulla risposta immunitaria e sul microbiota intestinale, con inevitabili ripercussioni, anche importanti, sul nostro stato di salute.
- **COVID 19 e composizione corporea**, attraverso l'analisi dei dati presenti in letteratura, emerge l'importanza della valutazione dello stato di nutrizione come punto critico nella prevenzione nonché nella risposta individuale a infezioni e terapie.
- **Integratori alimentari in tempo di COVID**, per comprendere se e quali di questi prodotti possono davvero essere utili.
- **Fake news**, per evidenziare attraverso numerosi esempi, da una parte la portata allarmante di questa vera e propria “infodemia”, dall'altra come Istituzioni e autorità sanitarie, stiano cercando di contrastare il fenomeno grazie ad una costante attività di informazione ed educazione.

*“La Giornata della Nutrizione, arrivata alla sua IV edizione, sta diventando una piacevole consuetudine -commenta **Fausta Natella**, ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione e ideatrice dell'evento - “E’ un modo per disseminare le nostre attività di ricerca in modo semplice, aprendo le porte, per ora solo virtualmente del nostro Ente”.*

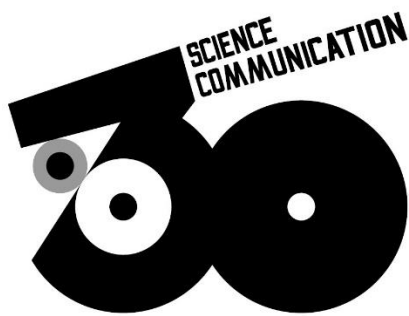
**Il webinar è gratuito e si terrà lunedì 15 novembre 2021 dalle 9.30 alle 13.30**

**L'iscrizione può essere fatta al seguente**

**link: <https://www.clioedu.it/lagiornatadellanutrizione>**

Il convegno si rivolge al pubblico generalista, ma anche ai ricercatori del settore e agli operatori delle professioni sanitarie per cui è prevista l'acquisizione di 7,5 crediti ECM.

RASSEGNA STAMPATA



## NUTRINFORMARSI: NUTRIZIONE E IMMUNITÀ, LEZIONI DALLA PANDEMIA

CREA ALIMENTI E NUTRIZIONE 9 h 30 min - 13 h 30 min

### EVENT DETAILS

(30Science.com) – Roma, 12 nov. – Alimentazione e COVID: il tema della quarta giornata della nutrizione, in epoca di pandemia, non poteva essere diverso. In questa edizione, l'ormai consueto appuntamento con l'approfondimento, organizzato dal CREA Alimenti e Nutrizione si terrà online.

Tante le domande a cui i ricercatori risponderanno, facendo chiarezza sui luoghi comuni e la tanta disinformazione in circolazione su questo tema. Un'alimentazione corretta può aiutare a proteggerci nel decorso della malattia? Perché i soggetti obesi o affetti da malattie metaboliche sono più esposti alla forma grave mentre ragazzi e atleti lo sono molto meno? E come e quanto il lockdown e lo smart working hanno modificato la nostra dieta, il nostro stile di vita?

La Giornata sarà dedicata anche ad un'altra pandemia, quella delle fake-news. Gli studiosi CREA ne hanno raccolto un significativo campionario – basti pensare a quella che consiglia di "bere acqua calda perché il virus morirebbe sopra i 27 gradi" – che sarà vagliato e illustrato caso per caso.

In particolare, si parlerà di:

- **Nutrizione e immunità**, un piccolo viaggio alla scoperta di come le scelte alimentari possano influire sulla risposta immunitaria e sul microbiota intestinale, con inevitabili ripercussioni, anche importanti, sul nostro stato di salute.



- **COVID 19 e composizione corporea**, attraverso l'analisi dei dati presenti in letteratura, emerge l'importanza della valutazione dello stato di nutrizione come punto critico nella prevenzione nonché nella risposta individuale a infezioni e terapie.
- **Integratori alimentari in tempo di COVID**, per comprendere se e quali di questi prodotti possono davvero essere utili.
- **Fake news**, per evidenziare attraverso numerosi esempi, da una parte la portata allarmante di questa vera e propria "infodemia", dall'altra come Istituzioni e autorità sanitarie, stiano cercando di contrastare il fenomeno grazie ad una costante attività di informazione ed educazione.

*"La Giornata della Nutrizione, arrivata alla sua IV edizione, sta diventando una piacevole consuetudine – commenta **Fausta Natella**, ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione e ideatrice dell'evento – "E' un modo per disseminare le nostre attività di ricerca in modo semplice, aprendo le porte, per ora solo virtualmente del nostro Ente".*

**Il webinar è gratuito e si terrà lunedì 15 novembre 2021 dalle 9.30 alle 13.30**

**L'iscrizione può essere fatta al seguente**

**link: <https://www.clioedu.it/lagiornatadellanutrizione>**

Il convegno si rivolge al pubblico generalista, ma anche ai ricercatori del settore e agli operatori delle professioni sanitarie per cui è prevista l'acquisizione di 7,5 crediti ECM. (30Science.com)

## Evento CREA. Nutrizione e immunità: lezioni dalla pandemia



Lunedì 15 Novembre 2021  
4ª edizione ore 9.30-14.00  
DIGITAL EDITION



**4ª Giornata della Nutrizione, il prossimo 15 novembre, dalle 9.30 alle 13.30**

Il **CREA**, Ente di ricerca italiano dedicato alle filiere agroalimentari e vigilato dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali, organizza la **4ª Giornata della Nutrizione**, il prossimo **15 novembre**, dalle **9.30 alle 13.30**.

Il titolo per questa edizione è: **Nutrizione e immunità: lezioni dalla pandemia**; tratterà, in particolare, di quanto siano cambiate le abitudini alimentari durante la pandemia e le fake news sviluppatesi intorno ad essa.

Anche quest'anno, dopo il successo avuto nel 2020, **ClioEdu** è partner di **Crea** per l'evento, che sarà erogato solo in edizione digitale.

È possibile iscriversi e consultare il programma completo, tramite il seguente link: <https://www.clioedu.it/lagiornatadellanutrizione>.

Ai partecipanti verranno assegnati 7,5 crediti ECM.

### PROGRAMMA

9.30 Apertura piattaforma per accoglienza on line

10.00 Saluti istituzionali

Carlo Gaudio

Presidente CREA

Elisabetta Lupotto  
Direttrice del Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione

Moderatori

Giuditta Perozzi

Prima Ricercatrice Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione

Anna Saba

Prima Ricercatrice Centro di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione

10.30 relazione introduttiva – La pandemia di fake sulla pandemia...

Andrea Ghiselli

Già Dirigente di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione

10.50 Dieta, microbiota e sistema immunitario: un "trialogo" più attuale.

Marianna Roselli

Ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione

11.10 COVID-19 e composizione corporea

Angela Polito

Prima Ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione

11.30 Integratori alimentari in tempo di COVID

Fausta Natella

Prima Ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione

### 11.50 **Tavola Rotonda**

La Pandemia ha cambiato le nostre abitudini: come e quanto?

Discussione aperta con i partecipanti

Moderatori: Andrea Ghiselli, Già Dirigente di ricerca CREA Alimenti e Nutrizione

Stefania Ruggeri - Ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione

Partecipanti: Emanuela Bologna (ISTAT), Laura Censi (CREA Alimenti e

Nutrizione), Fabrizio Del Bravo (ISMEA), Laura Di Rienzo (Università

Tor Vergata), Agostino Macrì (Unione dei Consumatori)

13.30 Un momento per sorridere e pensare

RAS

## Giornata della Nutrizione CREA: focus su Covid e alimentazione

Nutrinformarsi: Nutrizione e immunità, lezioni dalla pandemia.  
Online lunedì 15 novembre dalle 9.30 alle 13.30



### Alimentazione e Covid: giornata della nutrizione Crea

Alimentazione e **COVID**: il tema della quarta giornata della nutrizione, in epoca di pandemia, non poteva essere diverso. In questa edizione, l'ormai consueto appuntamento con l'approfondimento, organizzato dal **CREA Alimenti e Nutrizione** si terrà online.

Tante le domande a cui i ricercatori risponderanno, facendo chiarezza sui luoghi **comuni** e la

tanta disinformazione in circolazione su questo tema. Un'alimentazione corretta può aiutare a proteggerci nel decorso della malattia? Perché i soggetti obesi o affetti da malattie metaboliche sono più esposti alla forma grave mentre ragazzi e atleti lo sono molto meno? E come e quanto il **lockdown** e lo **smart working** hanno modificato la nostra dieta, il nostro stile di vita?

### Gli argomenti della discussione

La Giornata sarà dedicata anche ad un'altra pandemia, quella delle **fake-news**. Gli **studiosi CREA** ne hanno raccolto un significativo campionario – basti pensare a quella che consiglia di “bere acqua calda perché il virus morirebbe sopra i 27 gradi” – che sarà vagliato e illustrato caso per caso.

In particolare, si parlerà di:

- Nutrizione e immunità, un piccolo viaggio alla scoperta di come le scelte alimentari possano influire sulla risposta immunitaria e sul microbiota intestinale, con inevitabili ripercussioni, anche importanti, sul nostro **stato** di salute.
- **COVID 19** e composizione corporea, attraverso l'analisi dei dati presenti in letteratura, emerge l'importanza della valutazione dello **stato** di nutrizione come punto critico nella prevenzione nonché nella risposta individuale a infezioni e terapie.
- Integratori alimentari in tempo di COVID, per comprendere se e quali di questi prodotti possono davvero essere utili.
- Fake news, per evidenziare attraverso numerosi esempi, da una parte la portata allarmante di questa vera e propria “infodemia”, dall'altra come Istituzioni e **autorità** sanitarie, stiano cercando di contrastare il fenomeno grazie ad una costante attività di informazione ed educazione.

### Il webinar

“La **Giornata della Nutrizione**, arrivata alla sua IV edizione, sta diventando una piacevole consuetudine commenta **Fausta Natella**, ricercatrice CREA Alimenti e Nutrizione e ideatrice dell'evento – “E' un modo per disseminare le nostre attività di ricerca in modo semplice, aprendo le porte, per ora solo virtualmente del nostro Ente”.

Il **webinar** è gratuito e si terrà **lunedì 15 novembre 2021** dalle **9.30** alle **13.30**

L'iscrizione può essere fatta al seguente

link: <https://www.clioedu.it/lagiornatadellanutrizione>

Il convegno si rivolge al pubblico generalista, ma anche ai ricercatori del settore e agli operatori delle professioni sanitarie per cui è prevista l'acquisizione di 7,5 crediti ECM.

### Di seguito il programma:

**IV GdN\_Nutrizione\_Immunità (2)**



# Borsa Italiana

## AGROALIMENTARE: GLI AVVENIMENTI DI LUNEDI' 15 NOVEMBRE

EVENTI E CONFERENZE STAMPA - Giornata della Nutrizione CREA: focus su Covid e alimentazione. Ore 9,30. In streaming.

RASSEGNA STAMPA

## Covid e bufale: nessun integratore è raccomandato per efficacia terapeutica



**Mai come** in occasione della pandemia da Covid-19, gli effetti del cibo sulla nostra salute sono stati oggetto di manipolazione e bufale. È di questo che ha parlato **Andrea Ghiselli**, già dirigente del Crea Alimenti e Nutrizione, in occasione della quarta edizione della Giornata della nutrizione organizzata dal Centro di ricerca. Con l'esplosione della pandemia, è esplosa infatti anche la domanda di alimenti e integratori che svolgessero un ruolo protettivo nei confronti della malattia e si sono moltiplicate le iniziative di chi ha cavalcato quest'esigenza, pubblicizzando gli effetti immunostimolanti dei prodotti. **"Il problema** delle fake news nutrizionali esisteva già da tempo – sottolinea Ghiselli –, ma la situazione di emergenza ha determinato un forte incremento del fenomeno. Questo è evidente non solo in rete, ma anche sulle confezioni di alimenti e integratori, che ne reclamizzano spesso le doti immunostimolanti". Tutto ciò nonostante nessun integratore o alimento sia raccomandato per efficacia terapeutica o preventiva contro il Covid-19. "Le



informazioni si sono diffuse in rete troppo rapidamente – prosegue **Ghiselli** –, una velocità che non è adeguata allo sviluppo e all'acquisizione di conoscenze scientifiche su basi solide. In presenza di una pandemia la comunicazione ha un ruolo delicato ed è evidente che, in questo contesto, ha fallito la sua missione”.



Un esempio di fake news è rappresentato dal ruolo ‘salvifico’ attribuito a molti integratori, in particolare alle vitamine C e D

**Un esempio** di tali comunicazioni fuorvianti è rappresentato dal ruolo ‘salvifico’ che è stato attribuito ad alcuni integratori alimentari. Durante la pandemia questi prodotti e la loro correlazione con il Covid sono stati tra le voci più ricercate online. “Tra tutti i prodotti, sono emerse in particolare le vitamine C e D, che hanno registrato in questi anni un aumento della domanda – spiega **Fausta Natella, ricercatrice del Crea Alimenti e Nutrizione** –. Eppure, le informazioni a nostra disposizione sul potere protettivo di queste vitamine rispetto al Covid deriva quasi esclusivamente da studi di tipo osservazionale; un genere di ricerca per sua natura soggetto a molti errori. Questi studi, infatti, trovano una correlazione tra fenomeni, ma non possono dimostrare un’effettiva relazione di causa effetto. Sarebbero molto più significative ricerche condotte con altri metodi, come gli studi clinici randomizzati, ma finora gli studi di questo tipo sull’efficacia delle vitamine C e D nei confronti del Covid sono pochi e di bassa qualità. Si tratta infatti generalmente di ricerche condotte su pochi individui, oppure senza gruppo di controllo o, per esempio, realizzate senza definire le tempistiche di somministrazione”.

**Il caso** della vitamina D è chiarificatore, la carenza di questa sostanza è stata riscontrata con una certa frequenza nei pazienti Covid. Si tratta però di una semplice correlazione, che non necessariamente significa che la carenza di vitamina D renda più probabile contrarre il virus o più infausto il decorso della malattia. “I fattori confondenti sono qui di diverso tipo



– prosegue Natella –, da una parte, infatti, negli anziani, i soggetti più fragili anche rispetto al virus, si registra comunque un problema di carenza di questa molecola e, dall'altra la riduzione della presenza di vitamina D nel sangue potrebbe anche essere determinata dallo stato infiammatorio causato dal Covid-19. I fattori confondenti negli studi sono insomma tanti”.



La diffusione di bufale ha subito un'accelerazione a causa della pandemia e le istituzioni mediche hanno cercato di porre un argine a questo fenomeno

**Un discorso** analogo vale per la vitamina C. “Rispetto agli effetti protettivi di questa molecola – spiega **Natella** – l'unico studio clinico impostato in maniera rigorosa è stato interrotto per futilità”. Nessuno di questi due integratori vitaminici è insomma confermato come adatto a prevenire o trattare il Covid. “Il modo corretto per mantenersi in buona salute e avere un sistema immunitario efficiente – ha detto Fausta Natella a conclusione del suo intervento– è avere una dieta equilibrata e adeguata alle esigenze. È chiaro poi che gli integratori vanno presi se vi è una carenza di qualche tipo, come accade spesso proprio con la vitamina D”.

**Per evitare** di cadere vittima delle fake news, è comunque possibile seguire alcune semplici indicazioni, [qui le sette regole proposte dall'Organizzazione mondiale della sanità](#) e riproposte da **Andrea Ghiselli** nel suo intervento:

1. Controllare la fonte, il sito di provenienza dell'informazione, diffidando della scientificità di testi contenenti errori di grammatica e ortografia o nei quali i concetti sono espressi con troppa enfasi, con grassetti e punti esclamativi;

2. Non limitarsi a leggere i titoli e ricercare la stessa informazione anche da fonti diverse;
3. Cercare online il nome dell'autore o degli esperti citati e verificarne la credibilità;
4. Controllare le date: spesso sono utilizzate immagini o informazioni fuori contesto;
5. Valutare gli esperti e verificare i link citati;
6. Valutare i propri pregiudizi: spesso una storia ci attrae perché conferma quello che già pensavamo;
7. Quando si hanno dei dubbi, controllare la notizia sui servizi online creati proprio a questo scopo. Ce ne sono ormai molti, sia nazionali che internazionali

Spesso basta poco per interrompere la catena delle bufale e fare sì che la pandemia di informazioni false torni a essere contenuta in ambiti delimitati.

RASSEGNA STAMP