

SALUTE E MEDICINA

DA

CORRIERE DEL WEB

TUTTO SUL SALUTE, BENESSERE E MEDICINA

MERCOLEDÌ 3 DICEMBRE 2014

PIÙ FRUTTA E VERDURA PER VIVERE MEGLIO E ABBATTERE LA SPESA SANITARIA



UNAPROA, con la sua campagna di informazione "Nutritevi dei colori della vita", main sponsor della presentazione del 15esimo rapporto Mercati Frutta & Verdura 2014 di MARK UP Sole 24Ore

Ogni italiano consuma 303 grammi di frutta e verdura al giorno, con un drastico calo rispetto a 15 anni fa, quando il consumo quotidiano di ortofrutta era di 361 grammi a persona. Numeri che preoccupano, se si pensa che il consumo ideale per una corretta alimentazione dovrebbe essere di almeno 500 grammi al giorno, e che fanno riflettere sulla necessità di un'inversione di tendenza, non solo per migliorare la salute e le aspettative di vita degli italiani, ma anche per contenere la spesa sanitaria: basterebbe un aumento dei consumi di appena 200 grammi per risparmiare 1,5 miliardi di euro all'anno di costi sanitari, solo per le malattie cardiovascolari. La ricetta per tornare ad un'alimentazione "virtuosa" e sana? Sostituire almeno una quota di prodotti raffinati, ricchi di zuccheri aggiunti, con l'ortofrutta, in linea con i principi della dieta mediterranea.

Sono questi alcuni degli spunti offerti dal 15esimo rapporto Mercati Frutta & Verdura 2014 di MARK UP Sole 24Ore, redatto dal **professor Roberto Della Casa** e illustrato oggi a Milano con un evento di cui UNAPROA è stata main sponsor con la campagna di informazione *Nutritevi dei colori della vita*, finanziata con il contributo dell'Unione Europea e dello Stato Italiano: un progetto che punta a valorizzare le specifiche proprietà nutrizionali dei prodotti ortofrutticoli, distinguendoli per colore, per far crescere la consapevolezza dell'eccellenza, della qualità e dei benefici di frutta e verdura, passo indispensabile per cambiare i modelli di consumo, migliorare le abitudini alimentari degli italiani e, quindi, alzare il livello di redditività delle imprese del comparto, come ampiamente illustrato nella **Guida ai colori del benessere** scaricabile dal sito www.nutritevideicoloridellavita.com.

«Per raggiungere questo obiettivo - spiega il **presidente UNAPROA Ambrogio De Ponti** - basterebbe dire "Frutta e verdura, alimenti chiave per vivere meglio e più a lungo", riprendendo il titolo dell'appuntamento di oggi, ma non si può perché gli iter burocratici impediscono di dire ciò che è scontato e che appartiene al buon senso comune. Oggi, per lanciare un messaggio riconducibile alla salute, questo deve sottostare ad un percorso lungo e costoso e noi, convinti da sempre di produrre e vendere prodotti che sono SALUTE, non possiamo raccontarlo come vorremmo. Per questo credo sia ormai tempo di chiedere alle istituzioni, alla politica, di costruire una strada meno complessa per i messaggi salutistici basati sul consumo di frutta e verdura. Se necessario, chiediamo che si intervenga per regolamento comunitario. Lavoriamo insieme per raggiungere questo traguardo».

Ma, per rilanciare il comparto ortofrutticolo, è soprattutto importante parlare di bontà, come ha suggerito **Francesco Pugliese, Presidente di Adm (Associazione distribuzione moderna)**, Amministratore Delegato e Direttore Generale di Conad, «per allontanare il rischio che frutta e verdura possano essere considerati farmaci per mantenersi in buona salute. Occorre chiedere alle istituzioni di promuovere campagna informative in questo senso, perché risparmiare anche solo una piccola percentuale dei costi sanitari che attualmente sosteniamo sarebbe un risultato straordinario».

Per UNAPROA e per la campagna *Nutritevi dei colori della vita* l'appuntamento di oggi è stato anche l'occasione per dare un saggio sia della salute che della bontà di frutta e verdura e per suggerire modi gustosi per introdurle nella propria alimentazione quotidiana: sono infatti state offerte salutari centrifughe di frutta e verdura con ricette ispirate al principio dei "5 colori del benessere" promosso da UNAPROA.

Tra i relatori che hanno preso parte al dibattito, **Chiara Daltri** (Marketing Manager di Agroter ed Italiafruit News) e **Michele Dall'Olio** (Marketing Specialist di Agroter), che hanno illustrato i dati sui consumi emersi dal Monitor Ortofrutta di Agroter. Ospiti d'eccezione, il **Prof. Fabio Ancarani**, Direttore dell'Area Marketing delle Scuole di Direzione Aziendale dell'Università Bocconi; **Federico Francesco Ferrero**, vincitore dell'edizione 2014 di "Masterchef Italia"; **Gian Luigi Russo**, Primo Ricercatore e Responsabile dell'Unità "Alimenti e Salute dell'Uomo" presso l'Istituto di Scienze dell'Alimentazione del Consiglio Nazionale delle Ricerche (Isa-Cnr), e **Katia Petroni**, Professoressa di Nutrigenomica presso l'Università degli Studi di Milano e membro del Comitato Scientifico di valutazione della Fondazione Umberto Veronesi, Cristina Lazzati, Direttore Mark Up.

Roma, 3 dicembre 2014