



Coloriamo lo stomaco

di Redazione | 20.01.2015



Quante volte, da piccoli, abbiamo storto il naso all'idea di seguire i consigli di mamme e nonne, paladine di infinite crociate a difesa di frutta e verdura? Ebbene, avevano ragione, perché è stato appurato che consumare più frutta e verdura porti a un notevole incremento in termini di salute, riducendo del 15% il rischio di malattie cardiovascolari, del 27% quello di malattie respiratorie e del 40% il rischio relativo a malattie dell'apparato digerente rispetto a un consumo giornaliero di 250 grammi.

A confermare questo dato anche l'ultimo rapporto realizzato da Associazione Italiana di Oncologia Medica - Associazione Italiana Registri Tumori e Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie del Ministero della Salute, secondo cui, nel 2012, in Italia le forme tumorali hanno inciso per 7,5 miliardi di euro, ovvero il 6,7%, sulla spesa sanitaria totale. Una percentuale che però potrebbe cambiare radicalmente ipotizzando un consumo di prodotti ortofrutticoli pari a 600 grammi al giorno (oggi ne consumiamo soltanto 300 n.d.r), con un risparmio annuo di circa 1 miliardo di euro per le sole forme tumorali.

E proprio questo sarà il tema al centro della conferenza stampa indetta da Unaproa nella sede del Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali il prossimo 22 gennaio, dove verranno illustrati i risultati della campagna "Nutritevi dei colori della Vita", presentata anche nell'ultima edizione di Golosaria a Milano. "Un'iniziativa - ha commentato il presidente Unaproa Ambrogio De Ponti - che ha contribuito a diffondere una corretta cultura dell'alimentazione. Siamo molto soddisfatti dei risultati ottenuti e della valutazione della Commissione europea che ha voluto riconfermare il suo sostegno al progetto, che si protrarrà anche per il prossimo triennio".