

## I Mangiare frutta e verdura riduce tumori, malattie cardiovascolari e spesa sanitaria

0

(MeridianaNotizie) Roma, 22 gennaio 2015 – Un elevato consumo di frutta e verdura, circa 600 grammi quotidiana, sia in grado di ridurre 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 ad un consumo giornaliero di 250 grammi. Un aumento del consumo di frutta e verdura porterebbe dunque ad un notevole incremento in termini di salute dei singoli, con una popolazione decisamente più sana ed un conseguente considerevole risparmio di spesa sanitaria.

È questo su cui si basa la campagna **“Nutritevi dei colori della vita, promossa da UNAPROA, Unione nazionale tra le organizzazioni dei produttori, Agrumai e di Frutta di Guscio.**

Il presidente **UNAPROA Ambrogio De Ponti** ha illustrato gli obiettivi strategici dell'Unione e i risultati dell'attività di comunicazione del programma. “Nutritevi dei colori della vita – dichiara De Ponti – ha contribuito a diffondere una corretta cultura dell'alimentazione, importante obiettivo sociale per la salute dei cittadini e per il conseguente risparmio dello Stato in termini di spesa sanitaria”. “Siamo molto soddisfatti dei risultati ottenuti – spiega De Ponti – e della valutazione della



Commissione europea che ha voluto riconfermare il suo sostegno al progetto “Nutritevi dei colori della vita”. La nostra campagna, finanziata dal contributo dell'Unione europea e dallo Stato italiano, si protrarrà infatti anche per il prossimo triennio, nella convinzione di fornire un importante servizio di informazione utile al benessere di ognuno”.

Alla conferenza parteciperanno Salvatore Parlato, commissario Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria, Carlo La Vecchia, Capo del Dipartimento di Epidemiologia dell'Istituto di ricerche farmacologiche “Mario Negri” di Milano, Pietro Migliaccio, presidente della società italiana di Scienza dell'Alimentazione, lo chef Alessandro Circiello, autore di “Ricette per ragazzi”. Interverrà il ministro delle Politiche agricole alimentari e forestali, Maurizio Martina e modererà l'incontro Luciano Onder.

Servizio di Cristina Pantaleoni

<https://www.youtube.com/watch?v=uY0kkFxWctg&feature=youtu.be&hd=1>