



CRONACA

Offerte di lavoro

Migliaia di offerte di lavoro solo per te. Registrati subito gratis!



Porzione in più di frutta al di assicurazione per la vita

Campagna triennale Unaproa per promuovere consumo ortofrutta

postato 3 giorni fa da ANSA

**ARTICOLI A TEMA**

- con una porzione frutta in più...
- più frutta e verdura contro...
- più frutta e verdura contro...
- Altri

(ANSA) - ROMA, 22 GEN - Mettere più frutta e verdura nella dieta di ogni giorno è un'assicurazione per la vita, e fa bene all'economia del Paese. E' quanto sottolineato nella conferenza stampa di presentazione della nuova campagna "Unione nazionale organizzazioni produttori ortofrutticoli, agrumi e frutta a guscio" su "I cinque colori della vita", cofinanziata dall'Unione europea e dal ministero delle Politiche, agricole, alimentari e forestali per il triennio 2015-2017. "Gli italiani consumano in media 360

grammi di frutta e verdura al giorno, una quantità insufficiente - ha sottolineato il presidente di Unaproa Ambrogio De Ponti - rispetto alle quantità consigliate dall'Oms, almeno 500 grammi al dì. Negli ultimi dieci anni i consumi pro-capite ortofrutticoli sono in picchiata, -18%, anche per ferrata correlazione tra frutta e carovita. Invece la frutta di stagione non è cara, anzi. In media per un consumo annuo individuale di 137 Kg di frutta e verdura ogni italiano spende in totale 200 euro l'anno. E non solo guadagna in salute. Da' un sostegno diretto a un comparto produttivo che crea posti di lavoro in tutte le regioni, da Nord a Sud. E fa scendere la spesa sanitaria. La campagna vuol far diventare più modaiolo far merenda con una macedonia e nutrirsi con i cinque colori di benessere". Per Luca Bianchi, capo dipartimento Mipaaf, "il settore è vitale e riflette una vocazione del Paese della Dieta Mediterranea, ma i dati dell'export vedono l'Italia ben dietro la Germania. Perciò la campagna Unaproa si dimostra occasione di buon utilizzo della risorse europee perché l'educazione alimentare è fondamentale per il rilancio del comparto e la salute degli italiani". Secondo Carlo La Vecchia, epidemiologo dell'Università di Milano, "una porzione in più di ortofrutta nella dieta quotidiana fa scendere a livello individuale del 10%-20% il rischio relativo di malattie cardiovascolari e tumori dell'apparato digerente". Pietro Migliaccio, presidente della società italiana di Scienza dell'alimentazione, propone "Il lunedì dei cinque colori" agli italiani in sovrappeso, ben il 36,1% della popolazione secondo dati Istat 2009. Si tratta di una dieta da 700 calorie, da seguire una volta la settimana. Per tutti, lo chef Alessandro Circiello suggerisce di accompagnare i pasti veloci con succhi espressi, fare cotture brevi, diminuire il sale, che va semmai giunto a fuochi spenti.(ANSA).