

Mangiare male costa a ogni italiano 289 euro l'anno

Un'alimentazione sbagliata non solo fa male, ma costa anche alla comunità. L'unico antidoto è la Dieta Mediterranea riconosciuta come la più salutare al mondo. In occasione della presentazione del rapporto di Aletheia, il think tank, presieduto da Stefano Lucchini e diretto da Riccardo Fargione su "Malattie, cibo e salute", medici, ricercatori, economisti ed esperti hanno promosso a pieni voti lo stile alimentare made in Italy. Con i vertici della Coldiretti, il presidente, Ettore Prandini e il segretario generale, Vincenzo Gesmundo, alla presenza del ministro della Salute Orazio Schillaci, esponenti di spicco delle università italiane si sono confrontati sulla migliore alimentazione per prevenire malattie croniche correlate all'alimentazione. L'obesità è stata indicata tra i principali fattori di rischio con un impatto pesante non solo sulla salute dei cittadini, ma anche sui conti. Aletheia ha infatti calcolato che l'obesità costa a ogni italiano una tassa di 289 euro l'anno.

Con una maggiore prevenzione, secondo il ministro, si potrebbero contenere i fattori di rischio facendo leva soprattutto sui cibi sani. E ha ricordato l'azione del ministero finalizzata in questi anni alla promozione della Dieta Mediterranea. Una "Dieta" che bisogna tenere ben stretta, ha spiegato Antonio Gasbarrini, professore di Medicina interna della facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università Cattolica del S. Cuore di Roma e presidente del comitato scientifico di Aletheia – che ha ricordato come il primo cervello, quello dell'apparato digerente, sia collegato direttamente con l'altro. Da qui l'impatto di una alimentazione sbagliata anche sulle malattie neuropsichiatriche.

Tanti gli interventi, tutti autorevoli, che hanno elencato i benefici di un menù made in Italy. Così come unanime è stata la bocciatura dei cibi ultraprocesati. E anche l'Oms in un recentissimo rapporto – ha ricordato il segretario generale di Coldiretti Vincenzo Gesmundo - ha indicato questi cibi, insieme ad altri elementi, tra le cause di morte per oltre 27 milioni di persone nel mondo, 2,7 milioni in Europa. Una strage peggiore di quella della pandemia. E dai cibi iperprocessati a quelli sintetici il passo è breve. Gesmundo ha sottolineato la battaglia epica contro gli alimenti sintetici e lo strapotere degli oligarchi del cibo che hanno investito miliardi nella comunicazione per non parlare però dei nuovi alimenti in provetta con l'obiettivo di farli arrivare sulle nostre tavole nel più assoluto silenzio e con il via libera come novel food. Per questo Coldiretti si è appellata alla ricerca pubblica e libera, la sola che può fare definitivamente chiarezza.

Una linea che conferma ancora una volta – ha spiegato il segretario generale - come l'organizzazione, in tutti gli interventi che hanno caratterizzato l'azione sindacale degli ultimi 25 anni, abbia finalizzato le richieste non solo alla tutela degli agricoltori, ma anche dei cittadini-consumatori. Il sostegno alla Dieta Mediterranea e ai suoi prodotti tipici, dalla pasta al pomodoro, è fondamentale, hanno evidenziato medici e professori universitari per contribuire a un buon mantenimento fisico e al rallentamento dell'invecchiamento.

Uno studio di Claudio Franceschi, professore emerito di immunologia dell'Università di Bologna, monitorando 600 persone che per un anno hanno adottato la Dieta Mediterranea e 600 che hanno seguito altri stili alimentari, è arrivato al risultato che i primi in un anno sono “ringiovaniti” di un anno e mezzo. Ma non basta dire Dieta Mediterranea. Felice Adinolfi, professore di economia e politiche agricole all'Università di Bologna, che ha messo in luce la valenza economica e sociale di questa dieta ha fatto però presente che, considerando per esempio due dei simboli e cioè pasta e pomodoro, occorre garantirne la genuinità e sicurezza. Se infatti la pasta viene realizzata con grano d'importazione essiccato con l'uso del glifosato e la passata contiene pomodoro cinese, non in linea con i disciplinari rigidi dell'Italia e della Ue, i vantaggi si annullano.

Da qui la necessità di una comunicazione al consumatore che può essere garantita solo da un'etichetta sempre più trasparente eleggibile e soprattutto adottata non solo in Italia, ma anche nell'Unione europea. Alla necessità di una informazione corretta anche a livello europeo ha fatto riferimento il presidente della Coldiretti, Ettore Prandini, citando per esempio l'etichetta sostenuta dall'Unione europea, il Nutriscore che non tiene in considerazione le corrette quantità e che porta a bocciare perciò i “campioni” della Dieta Mediterranea a partire dall'olio extra vergine di oliva.

Prandini ha denunciato il paradosso che proprio in Italia, patria della buona tavola, sia in aumento l'obesità infantile e degli adolescenti perché i giovani stanno perdendo l'abitudine a consumare i cibi più salutari. Il presidente di Coldiretti ha poi rimarcato le ricchezze alimentari italiane, ma anche il patrimonio di biodiversità che si concentra per il 70% nel nostro Paese. E ha aggiunto che è la distintività che ha fatto grande l'Italia. Un paese tra i più sostenibili a livello globale e la sostenibilità ambientale è connessa alla salute dei cittadini. L'obiettivo della Coldiretti è di mantenere gli elementi di distintività e per questo il presidente ha chiarito: siamo dalla parte dell'Europa che condivide questo obiettivi, non vogliamo che siano riservate cortesie alle multinazionali”.

E ha fatto riferimento a Mediterranea, l'associazione costituita da multinazionali favorevoli al cibo indistinto e a una dieta omologata e che si prestano dunque a svendere – ha detto – ciò che noi abbiamo difeso. Mediterranea con la copertura di Confagricoltura cancella la Dieta Mediterranea. Se si arriva a una dieta indistinta che cancella le nostre eccellenze non ci sarà più futuro per il sistema agroalimentare nazionale. Si ragionerà in termini di commodity, ci saranno spazi per i vini dealcolati e le bibite che richiamano il gusto del vino. Su questi fronti però l'Italia rischia di essere perdente. Coldiretti continuerà a difendere i suoi valori nell'interesse degli agricoltori e di tutti i cittadini.