

Usa, nuove linee guida alimentari: carne rossa e latte intero in cima alla piramide

Cambio di paradigma nelle indicazioni nutrizionali per gli americani. L'amministrazione Trump ha pubblicato nuove linee guida dietetiche che ribaltano la tradizionale piramide alimentare, ponendo carne rossa, formaggi e latte intero ai livelli più alti. A riportarlo sono il New York Times e altri media statunitensi.

Le nuove raccomandazioni invitano a dare priorità alle proteine e a ridurre il consumo di cibi zuccherati e ultraprocessati, definiti "tossici" dal ministro della Salute Robert F. Kennedy Jr. "Il mio messaggio è chiaro: mangiate cibo vero", ha dichiarato Kennedy durante la presentazione del documento, sottolineando come queste scelte possano aiutare a prevenire le malattie croniche e migliorare la salute generale.

Dopo anni di linee guida orientate a limitare carne rossa e grassi, il nuovo documento propone un approccio diverso. Il testo, più breve rispetto alle versioni precedenti, recepisce alcune delle posizioni più note di Kennedy, come la raccomandazione di cucinare con burro e sego di manzo, nonostante le evidenze scientifiche a supporto siano limitate.

Su altri aspetti, però, le indicazioni restano in linea con i consigli tradizionali. Le linee guida continuano a incoraggiare il consumo di frutta e verdura e non invitano esplicitamente ad aumentare l'assunzione di grassi saturi, tema su cui Kennedy aveva annunciato l'intenzione di "porre fine alla guerra". Non vengono inoltre menzionati direttamente gli oli di semi, spesso criticati dal ministro per i loro presunti effetti negativi sulla salute.

Le nuove linee guida hanno ricevuto il sostegno dell'American Medical Association, che solo pochi giorni prima aveva espresso forti critiche sulla riforma del programma vaccinale infantile, segnando così una presa di posizione significativa nel dibattito sulla salute pubblica negli Stati Uniti.