

Dieta mediterranea contro le malattie

LA CAMPAGNA

Un'alimentazione corretta per garantirsi una buona salute e allontanare i rischi legati allo sviluppo di patologie cardiovascolari, diabete e forme tumorali. È il messaggio rilanciato ieri durante il convegno promosso a Borgo Faiti, presso il Foro Appio Hotel, dall'Associazione nazionale donne operate al seno (Andos), da Coldiretti e Federalberghi. Una collaborazione apparentemente atipica quella nata tra questi tre soggetti, ma fortemente cementata attorno all'obiettivo della promozione di stili alimentari sani, che passano inevitabilmente attraverso l'agricoltura di qualità e possibilmente «a chilometri zero».

L'attenzione al consumo di prodotti sani è uno dei principi promossi dall'Andos per le donne alle prese con la difficile esperienza del tumore al seno, così come sottolineato dalla presidente dell'associazione Paola Bellardini: «Il nostro compito è non lasciarle sole in questo percorso». Nel corso dell'incontro si è parlato soprattutto delle virtù della tradizionale dieta mediterranea, sempre più minacciata da abitudini alimentari sregolate e dannose. «Vanno affrontati diversi problemi di educazione alimentare» ha evidenziato Matteo Giannatasio, medico agronomo e docente di Alimenti e salute del consumatore all'università di Padova: su tutti spiccano l'eccesso di zuccheri nell'alimentazione dei bambini e il

fatto che la cena sia diventato il pasto principale della giornata. Per Saverio Viola, direttore di Coldiretti, «occorre promuovere la biodiversità» e non si può rinunciare ai prodotti distintivi dell'agricoltura e della cucina locale, ma si deve puntare alla valorizzazione delle bontà pontine anche attraverso la ristorazione offerta dalle strutture ricettive del territorio. E per questo è iniziata la collaborazione con Federalberghi. «Il nostro compito - afferma Paolo Galante, presidente della Federalberghi di Latina - è convincere la politica a investire su attività centrali per il territorio come l'agricoltura e il turismo».

Christian Capuani