

Alimenti e salute

(Sintesi)

Che vi sia una forte correlazione tra una buona alimentazione e la salute umana è cosa risaputa. Ma le mode che oggi giorno ci vengono propinate dall'industria alimentare vanno in tutt'altra direzione. Conoscere le criticità che oggi si annidano nei "fast food" e nei "cibi a basso costo" e approfondirne gli aspetti scientifici sono stati i temi al centro del convegno, tenutosi a Chieti e organizzato dall'Accademia dei Georgofili - Sezione Centro Est in collaborazione con la Scuola Superiore "G. d'Annunzio" e il Corso di Laurea Magistrale in Scienze dell'Alimentazione e Salute dell'Università di Chieti-Pescara.

In premessa un dato estremamente preoccupante: per la prima volta il numero di patologie legate all'obesità è diventato superiore al numero di patologie proprie della denutrizione. E l'obesità si porta dietro altre pericolose conseguenze, dal diabete alle malattie cardiovascolari fino all'ipertensione.

Va pertanto cambiato stile di vita a tavola, abbandonando quanto troviamo sul mercato con l'avvento dell'industria alimentare e tornando alle produzioni tipiche delle varie regioni geografiche. Dunque, recuperare la dieta mediterranea che ci garantiva la seconda aspettativa di vita al mondo dopo quella giapponese, troppo frettolosamente abbandonata a favore di quello che viene definito "cibo spazzatura".

Interessante al riguardo lo studio effettuato dai ricercatori dell'ateneo teatino che hanno individuato le località abruzzesi dove maggiore era la popolazione ultracentenaria o ultranovantenne (curiosamente tutta ubicata in paesini al di sopra dei 600 metri di altitudine sul livello del mare) e lì si sono recati per conoscere il tipo di alimentazione utilizzata. Ne è venuto fuori un ampio ricettario, con piatti legati alla tradizione regionale, che sarà proposto come vademecum gastronomico soprattutto alle più giovani generazioni. Una iniziativa, è stato ribadito, che merita di essere replicata in tutte le altre regioni italiane.

Qualificati i relatori intervenuti – con il giornalista Simone Socionovo a far da moderatore – a partire dal rettore dell'Università di Chieti-Pescara Liborio Stuppia, per continuare con il professore emerito dell'Università Cattolica del Sacro Cuore Giuseppe Bertone, il docente dell'Università Chieti Pescara, Francesco Cipollone, la presidente del Corso di laurea magistrale di Scienze, Alimentazione e Salute Tiziana Pietrangelo.

Contributi di scienziati di aree diverse, dalla Chimica alla Tecnologia Alimentare alla Fisiologia fino alla Medicina, che ha garantito una visione di insieme sulla relazione tra alimenti e salute, rappresentando contemporaneamente un modello didattico da implementare, soprattutto nell'alta formazione.

Più che mirato l'intervento finale del prof. Natale Giuseppe Frega, presidente della Sezione Centro Est dei Georgofili incentrato sulle proprietà organolettiche e nutraceutiche dell'olio extravergine di oliva, alimento principe della dieta mediterranea. Del prof. Frega anche il libro *Il Vino si racconta* di cui il doppiatore Luca Violini ha magistralmente interpretato alcuni brani, incantando il numeroso pubblico intervenuto.

«Un onore – la chiosa finale del prof. Angelo Cichelli, direttore della Scuola Superiore “G. d'Annunzio” – aver ospitato presso il nostro Ateneo l'Accademia dei Georgofili, la più antica Istituzione del suo genere che si occupa di agricoltura, ambiente, alimenti».