



di Sonia Piano

Si è svolto nell'auditorium del palazzo Gil il convegno dedicato alla dieta mediterranea, a cui appartengono naturalmente anche i prodotti molisani. Il progetto "Dall'Expo ai territori", promosso dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri e dalla Regione Molise, prevede la valorizzazione dei territori italiani e dei loro prodotti. Per questo è nato il "Progetto Moli-sani", per portare all'Expo i prodotti alimentari che meglio hanno rappresentato la nostra regione alla fiera di Milano. Le eccellenze alimentari del territorio molisano, oltre ad essere un'ottima scelta per la salute dei consumatori, possono diventare un punto di forza dell'economia locale. Per questo il presidente della Regione Molise, Paolo Di Laura Frattura, tra i promotori dell'evento, ritiene che il tema dell'Expo Milano 2015, "Nutrire il pianeta - Energia per la vita", sia motivo di riflessione per quel che riguarda non solo

Moli-sani, dieta mediterranea bene prezioso

Un successo il convegno di ieri: si è parlato anche del 'pericolo' carne

l'alimentazione dei molisani, ma, come si è detto, per il rilancio dell'economia locale. A tal proposito afferma che questo incontro è "un prezioso focus non solo di portata divulgativa, ma anche e soprattutto di valore formativo: la nostra alimentazione dunque a beneficio della nostra salute e anche della nostra economia: la qualità della tavola molisana vista e analizzata quale opportunità di sviluppo per l'intero territorio". A parlare del rapporto tra cibo, salute ed economia, c'erano Claudio Pian, di Sviluppo Italia Molise, il Prof. Giovanni De Gaetano, (Direttore del Dipartimento di Epi-

demiologia e Prevenzione dell'IRCCS Istituto Neurologico Mediterraneo Neuromed di Pozzilli), insieme a M. Persichillo (Neuromed), M. Corbo e P.Cocchini dell'Arsarp e la Dott.ssa D. Trupiano (Unimol). Ospiti poi alcune classi dei licei di Campobasso e di Riccia. Tutto questo con una novità in più a misura di teen-agers: la possibilità per il pubblico presente in sala di fare domande via sms componendo un numero di cellulare proiettato sullo schermo. A rispondere, il professor De Gaetano e gli altri esperti. Claudio Pian di Sviluppo Italia: l'agenzia collabora con la Regione Molise per un progetto volto alla valorizzazione del suo territorio. Ritiene che il Molise sia costituito da un "sistema produt-

tivo di microimprese veramente pulsante" che continua ad imporsi nonostante la crisi economica, e che va perciò sostenuto e valorizzato. Pian ha ricordato che bisogna trasmettere la cultura di una sana alimentazione proprio ai più giovani, che sono la base del nostro futuro. Questo è un motivo in più per approvare quella che noi conosciamo con il nome di "legge sulla dieta mediterranea", il cui obiettivo è rilanciare a livello turistico ed economico i territori italiani sulla base di quello che possono offrire con la propria produzione alimentare. A parlare della legge sulla dieta mediterranea anche il senatore (e insegnante) Ruta, che ne ricorda un possibile aspetto importante: introdurre per legge l'insegnamento nelle scuole del modo corretto di alimentarsi avrebbe per conseguenza la crescita di cittadini sani e quindi meno costosi per lo Stato (perché curarsi costa). E se mangiar

sano costa troppo "è perché ci sono troppi passaggi dal produttore al consumatore" che portano chiaramente ad un aumento del costo finale del prodotto. La discussione vera e propria del tema è però iniziata con una questione molto attuale: la carne rossa fa male o no? "Niente è cattivo - spiega De Gaetano - c'è solo un modo di alimentarsi più o meno equilibrato". A partire da, gli anni '60, spiega ancora il professore, il consumo quotidiano di carne rossa è diventato uno status simbol indice di benessere, in contrapposizione al mondo contadino che consumava carne solo in rare occasioni. Ad evidenziare il costante aumento del consumo di carne nelle nuove generazioni ci sono numerose ricerche a livello italiano ed europeo che la Dottoressa Bonaccio (Neuromed) ha illustrato nel corso dell'incontro. E' emerso innanzi tutto che i più giovani seguono pochissimo la

dieta mediterranea (che, lo ricordiamo, è patrimonio Unesco), tuttavia anche fra loro influisce il grado di istruzione. Poi, un'altra verità amara: il reddito influisce sull'alimentazione. Chi ha poco disponibilità economica non può permettersi di scegliere. Il tema della dieta mediterranea, in particolare quella molisana, è stato affrontato anche dal punto di vista scientifico prendendo in esame alcuni alimenti fondamentali per l'alimentazione delle nostre zone: l'olio, il vino e i legumi. Se ne è parlato con l'Arsarp e con la Dottoressa Trupiano, dell'Università degli Studi del Molise. Quest'ultima ha preso in esame le varietà di legumi presenti in Molise, che però rischiano di diventare una rarità. Tra gli scaffali dei supermercati, quindi, finalmente ci sono più spesso i prodotti davvero tipici delle nostre zone. Per concludere quindi, perché scegliere la dieta mediterranea? 3 motivi: basso impatto ambientale, prevenzione malattie e socializzazione. Perché il buon cibo va condiviso tutti insieme.



Un momento dell'incontro di ieri