

## Intervento Prof. Crepaldi

Audizione Senato, 28 Aprile, 2015

La Dieta Mediterranea affonda le sue origini nella storia del nostro paese, pervenutaci per tradizione, nella forma e nelle consuetudini, dalle abitudini alimentari greche. Queste abitudini sono rimaste radicate e mantenute attraverso i secoli dalla tradizione contadina meridionale, e di questi aspetti il Prof. Capurso potrebbe parlare con molta competenza e precisione, perché circa 20 anni fa ha pubblicato al riguardo un meraviglioso volume, e in seguito diversi lavori scientifici.

La Dieta Mediterranea è stata inserita dall'Unesco tra i tesori naturali del patrimonio culturale dell'umanità. L'idea è partita dal ministero dell'agricoltura spagnolo, che ha presentato la sua richiesta alla Commissione Europea, che a sua volta ha patrocinato l'iniziativa definendo la dieta mediterranea come *un immenso patrimonio immateriale forgiato dalla confluenza di continenti e culture, che comporta benefici importanti per la salute umana e quindi contribuisce a migliorare la qualità della vita delle persone.*

Per tutti questi motivi, **nel 2010 è nata ad Ostuni la Fondazione Dieta Mediterranea, la prima fondazione in Italia e nel mondo che ha come scopo fondamentale la promozione, la tutela e la ricerca sulla Dieta Mediterranea con particolare riferimento alla prevenzione e terapia delle malattie croniche associate all'alimentazione, alla ricerca sui componenti principali della dieta e allo studio per il miglioramento della qualità di tali componenti e alla diffusione delle conoscenze acquisite.** Quali sono i componenti principali della dieta mediterranea? La dieta mediterranea tradizionale è caratterizzata dall'abbondanza di pane, pasta, verdure, insalate, legumi, frutta e frutti secchi; olio di oliva come fonte primaria di grassi, un moderato consumo di pesce, di carne bianca, di latticini e uova, moderate quantità di carne rossa e modesto consumo di vino durante i pasti. Questa dieta ha un basso

contenuto di acidi grassi saturi, è ricca in carboidrati e fibra, e ha un alto contenuto di acidi grassi monoinsaturi che derivano per lo più dall'olio d'oliva.

Tra le diverse attività della Fondazione molto importanti sono quelle di ricerca atte ad aumentare le conoscenze relative ai componenti della dieta mediterranea, ai principi attivi contenuti ed alle tecnologie di trasformazione non denaturanti di cui il Prof. Renato Guerriero è un esperto riconosciuto a livello internazionale: Ricerca e studi sulle correlazioni tra dieta e patologie croniche, metaboliche e neoplastiche allo scopo di prevenire e curare tali malattie anche attraverso l'alimentazione/Ricerca sui componenti principali caratterizzanti la dieta mediterranea studiando ed eventualmente isolando i principi attivi contenuti/Ricerca e studi per il *miglioramento* delle qualità igienico-nutrizionali dei vari componenti e per la loro eventuale trasformazione in nuovi prodotti/Promozione di attività culinarie utilizzando i componenti della dieta mediterranea, rivolte ad un adattamento nutrizionale in linea con le esigenze della vita moderna.)

**Quindi, la Fondazione vuole promuovere la diffusione delle conoscenze su questi componenti e il loro uso equilibrato nella nostra alimentazione.** Per il raggiungimento dei suoi scopi la Fondazione collabora con Enti ed Organizzazioni pubbliche e private per studiare e diffondere la cultura della dieta mediterranea nel mondo (vedi lettera dell'American Federation for Aging Research, con cui è programmato un incontro in Puglia dal 27 al 29 Giugno 2015), conduce ricerche cliniche ed epidemiologiche per valutare le abitudini alimentari delle nuove generazioni che, attraverso le scuole, vengono coinvolte nello studio delle componenti alimentari e del loro ruolo nella nutrizione umana (vedi articolo allegato). Al fine di diffondere la cultura della Dieta Mediterranea la Fondazione promuove campagne di stampa per sostenere la dieta come strumento non farmacologico di prevenzione, organizza in Italia e all'estero convegni, incontri e

corsi sul tema della dieta mediterranea. La Fondazione ha condotto il **progetto Medibreak**, che mira a favorire il consumo di alimenti di alta qualità realizzati secondo i principi della Dieta Mediterranea anche nelle pause spuntino e nei pasti fuori casa, attraverso i distributori alimentari, che possono diventare un riferimento per un'alimentazione sana ed equilibrata.

***Riteniamo, pertanto, di poter contribuire produttivamente ai lavori del Comitato per la tutela e la valorizzazione della dieta mediterranea, assieme agli altri componenti elencati nell'articolo 3 del DDL.***