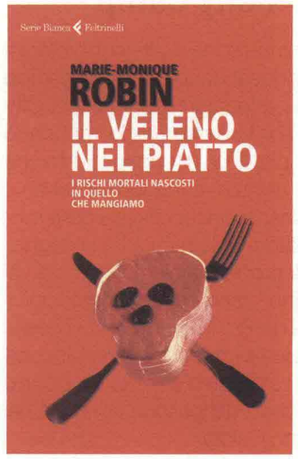
Segnati questo

La dieta mediterranea contro l'obesità

La dieta mediterranea regionale è la protagonista della 17ma edizione dell'Obesity Day "Salute In-forma" la campagna di informazione e sensibilizzazione sull'obesità promossa ogni anno il 10 ottobre dall'Associazione italiana di Dietetica e Nutrizione clinica - ADI, per tramite della sua Fondazione.
Obiettivo di questa edizione recuperare e promuovere gli stili alimentari delle singole regioni italiane come modelli di dieta sostenibili utili ad affrontare emergenze sanitarie e patologie in crescita come l'obesità. Nel 2016 secondo gli ultimi dati Istat la popolazione italiana adulta obesa ha raggiunto il 10,4%, mentre il 35,5% è in sovrappeso.
Durante l'Obesity Day gli esperti ADI focalizzeranno la loro attenzione sul concetto di "mediterraneità", ovvero un approccio alimentare caratterizzato da: spazio (la cucina), tempo (il tempo dedicato al cibo), economia (corretto utilizzo delle risorse), relazioni (identità storiche e appartenenza), cultura (coltivazioni adatte ai luoghi e alle esigenze del gruppo familiare) e politica (la teoria dello stato e il territorio). A questo proposito il 10 ottobre le singole sezioni regionali dell'ADI promuoveranno in contemporanea su tutto il territorio nazionale degli incontri di approfondimento e sensibilizzazione sul tema "Obesità, sovrappeso e dieta mediterranea regionale" aperti alla popolazione. Info: **www.obesityday.org**

Attenzione ai veleni che troviamo nel piatto

Moltissime ricerche scientifiche ed epidemiologiche segnalano che nel corso degli ultimi trent'anni il tasso di incidenza dei tumori è aumentato del 40 per cento in paesi come gli Stati Uniti, la Norvegia e la Svezia. Sempre in questo lasso di tempo la progressione delle leucemie e dei tumori cerebrali tra i bambini (secondo quanto sostengono gli studi dell'International Agency for Research on Cancer) è stato del 2 per cento annuo. Per non parlare dell'evoluzione simile per le malattie neurologiche (Parkinson e Alzheimer) e autoimmuni. Come spiegare questa epidemia inquietante, che colpisce soprattutto i paesi "sviluppati"?



Alla domanda risponde Marie-Monique Robin in questo libro choc, frutto di un'inchiesta condotta per due anni tra America del Nord, Asia ed Europa (anche in Italia). L'autrice ripercorre l'intera catena produttiva del cibo: dall'utilizzo dei pesticidi nei campi, fino all'impiego di additivi e plastiche per uso alimentare nei nostri piatti. Nel fare ciò, mette a nudo il sistema di valutazione e omologazione dei prodotti chimici, attraverso gli esempi emblematici dei pesticidi, dell'aspartame e del bisfenolo A. E infine descrive le pressioni e le manipolazioni messe in atto dall'industria chimica per mantenere sul mercato prodotti altamente tossici.

IL VELENO NEL PIATTO, di Marie-Monique Robin, Feltrinelli, € 17,00

Fonte Plose ancora "Sana" e sempre più bio!

Con la nuova Tea Collection Bio Plose continua l'impegno dell'azienda nei confronti del settore, contribuendo ad un'offerta di bevande bio affidabile e di qualità. Stand B83 Padiglione 25: questa la posizione scelta da Fonte Plose per incontrare il pubblico del SANA, Il Salone Internazionale del biologico e del naturale che quest'anno si svolgerà dall'8 al 12 settembre, sempre a Bologna. SANA è una delle più importanti fiere di riferimento del settore e un appuntamento cui l'azienda altoatesina storicamente prende parte, con un'esposizione di prodotti sempre naturale e genuina e sempre più bio! Sarà quindi una nuova occasione per presentare e far assaggiare la neonata Tea Collection BioPlose agli addetti del settore ma anche ai tanti consumatori che ogni anno fanno tappa allo stand Fonte Plose per conoscerne le novità. Tea Collection soddisfa la richiesta di una linea di tè freddi biologici di qualità, ideati inizialmente per il canale Ho.Re.Ca e i negozi specializzati, imbottigliati in un pratico formato monodose in vetro da 25cl.