Alimenti, Minelli: â??La dieta mediterranea Ã¨ uno strumento universale di prevenzioneâ?•

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Cibo e salute come due facce della stessa medaglia. Ã? questo il filo conduttore del tavolo di lavoro â??Cibo e Saluteâ?• coordinato dal professor Mauro Minelli, immunologo e docente di Scienze dellâ??alimentazione, nellâ??ambito della prima giornata di Campania Mater, il forum dedicato allâ??agricoltura campana in corso al Palazzo Reale di Napoli. â??Salus e cibo sono un binomio strettamente collegato â?? ha dichiarato Minelli â??. Ho coordinato un tavolo di lavoro allâ??interno di Campania Mater incentrato proprio sul rapporto tra alimentazione e salute, nel quale abbiamo realizzato e descritto una serie di percorsi focalizzati soprattutto sul ruolo prebiotico della dieta mediterranea. Siamo in Campania, e non potevamo che celebrare una nuova ridefinizione di questo stile di vita straordinario, riconosciuto a livello universale, che oggi assume un valore aggiunto grazie alla conoscenza del microbiota intestinale, un organo straordinariamente versatile che ci offre salute se nutrito con gli alimenti giustiâ?•.
Lâ??immunologo ha evidenziato come la dieta mediterranea, con la sua ricchezza di fibre, legumi, cereali integrali, frutta e verdura, rappresenti una risorsa fondamentale per la crescita e la tutela del microbiota intestinale. â??Nellâ??ambito degli alimenti che possiamo definire prebiotici â?? ha spiegato Minelli â?? la dieta mediterranea svolge un ruolo straordinario perchÃ© favorisce una biodiversitÃ unica, che si traduce in protezione rispetto a obesitÃ , diabete e disturbi intestinali. Ã? un patrimonio da difendere con grande attenzione, perchÃ© curare lâ??agricoltura significa curare la salute, soprattutto oggi che la scienza medica ci offre nuove intuizioni e innovazioni capaci di orientare le nostre scelte alimentariâ?•. Un passaggio, quello sul legame tra agricoltura e salute, che si inserisce perfettamente nello spirito di Campania Mater, concepito come laboratorio di confronto e di visione sul modello agricolo campano del futuro. â??La scienza medica â?? ha aggiunto Minelli â?? ha bisogno di unâ??agricoltura orientata in una certa maniera, per poter estrarre da essa prodotti realmente utili alla nostra salute. Ã? unâ??alleanza che va rafforzata, perchÃ© dal campo alla tavola si gioca la vera sfida del benessere collettivoâ?•. Il tavolo â??Cibo e Saluteâ?• ha confermato cosÃ¬ la centralitÃ del tema allâ??interno della due giorni, sottolineando come la tutela della biodiversitÃ agricola campana e la valorizzazione della dieta mediterranea non rappresentino soltanto un elemento culturale e identitario, ma anche una strategia concreta di prevenzione sanitaria e di rafforzamento della qualitÃ della vita. â??economiawebinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. H24News

Tag

1. adnkronos
2. Ultimora

Data di creazione
Settembre 18, 2025
Autore
andreaperocchi_pdnrf3x8

default watermark