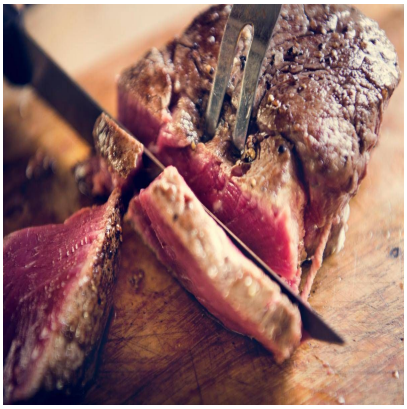

# Usa e dieta, Kennedy Jr. capovolge piramide alimentare: piÃ¹ carne rossa e latte intero

## Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â?? Gli Stati Uniti di Donald Trump cambiano menÃ¹. In unâ??inversione di tendenza rispetto alle precedenti linee guida nutrizionali, lâ??amministrazione del presidente pubblica nuove linee guida dietetiche per gli americani, che capovolgono la piramide alimentare: ora la carne rossa, il formaggio e il latte intero risultano in cima. Le nuove linee guida esortano gli americani a dare prioritÃ alle proteine ed evitare i cibi zuccherati e lavorati che, secondo il ministro della Salute Robert F. Kennedy Jr., sono tossici per la salute.

â??Il mio messaggio Ã¨ chiaro: mangiate cibo veroâ?•, ha affermato Rfk Jr. durante un briefing in cui ha presentato le linee guida, definendole la chiave per prevenire le malattie croniche e migliorare la salute degli americani.

Dopo anni in cui Ã¨ stato consigliato di evitare troppa carne rossa e cibi ricchi di grassi, viene ora chiesto di abbracciare una dieta diversa. Il documento, molto piÃ¹ breve delle versioni precedenti, codifica alcuni dei punti ricorrenti di Kennedy, come la raccomandazione di cucinare con burro e sego di manzo (che si ottiene dal grasso bovino), nonostante le prove scientifiche non lo supportino: il burro, secondo le indicazioni di molti esperti, andrebbe accantonato e sostituito dallâ??olio dâ??oliva.

Su altri punti, le linee guida invece non si discostano molto dai consigli nutrizionali tradizionali. Incoraggiano gli americani a mangiare molta frutta e verdura e non si dice esplicitamente di assumere piÃ¹ grassi saturi, sebbene Kennedy avesse promesso di â??porre fine alla guerraâ?• contro di essi. Non si fa poi alcun riferimento diretto agli oli di semi, bersaglio frequente di Rfk Jr., che ha ripetutamente affermato che danneggiano la salute.

Le linee guida sono state appoggiate dallâ??American Medical Association, associazione che solo pochi giorni fa aveva condannato duramente la riforma del programma vaccinale infantile.

â??

internazionale/esteri



EI SRL - P.IVA IT16017671005

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

**Categoria**

1. Comunicati

**Tag**

1. Ultimora

**Data di creazione**
Gennaio 8, 2026
**Autore**
redazione

default watermark