Gli esperti a NutriMi: multiculturalità e tradizione a tavola

multiculturalita-alimentare-3e439d31

Da NutriMI - VIII Forum di Nutrizione Pratica in corso a Milano, un messaggio forte e chiaro: nutrirsi in maniera adeguata vuol dire anche riscoprire le peculiarità dell'alimentazione tradizionale.

La nutrizione ha sempre condizionato in maniera profonda la durata e la qualità della vita. Oggi l'effetto è ancora più significativo e risulta condizionato dall'integrazione di diverse culture alimentari. Una pluralità potenzialmente vantaggiosa, ma che «se non gestita in maniera ideale, può rappresentare un limite», ha affermato Vittorio Sironi, Direttore del Centro Studi sulla Storia del Pensiero Biomedico all'Università degli Studi Milano-Bicocca. «Le difficoltà all'adattamento dietetico, e la perdita di identità gastronomica rischiano di rappresentare una confusa serie di proposte culinarie che generano inadeguatezza nella scelte dietetiche».

Dal dibattito è emerso come la globalizzazione dei consumi possa sfavorire una condizione di equilibrio dell'alimentazione presso la popolazione.

In Italia il fenomeno dell'immigrazione è piuttosto strutturato. Lungo l'intera Penisola si contano oltre cinque milioni di cittadini stranieri, provenienti principalmente dall'Europa dell'Est, dal Nord Africa, dall'India e dalle Filippine. Diversi studi internazionali hanno confermato che le persone immigrate, pur adattandosi al nuovo ambiente alimentare, tendono a osservare rigorosamente i divieti imposti dalla religione, anche in un paese diverso da quello di nascita. Sono soprattutto uomini e donne provenienti dall'Europa dell'Est a conservare maggiormente le proprie abitudini, adattandosi con difficoltà alla cucina del Paese ospitante.

«Obesità, diabete e ipertensione sono le patologie più diffuse nelle popolazioni dell'est che si trasferiscono in Italia», ha spiegato Laura Piombo, biologa dell'Istituto Nazionale per la promozione della salute delle popolazioni Migranti e per il contrasto delle malattie della Povertà di Roma. «L'aumento di sovrappeso e obesità della popolazione immigrata nei Paesi ospiti è verosimilmente dovuto a un adattamento a un territorio a clima temperato rispetto a un clima freddo-continentale, con

una conseguente riduzione del metabolismo basale».