Med Diet Expo 2015, un appello al mondo

med-diet-expo-sandro-dernini-diana-bracco-antonia-trichopoulou-lluis-serra-majen-b40abefc

“Esiste ancora la Dieta Mediterranea?”. Questo il tema della conferenza internazionale Med Diet Expo 2015 che si è svolta nella giornata del 14 maggio al Convention Centre di Expo, in presenza di rappresentanti delle istituzioni e dei principali centri di ricerca - Luigi Nicolais presidente del CNR, Salvatore Parlato del CRA, Massimo Iannetta di ENEA, Cosimo Lacirignola di CIHEAM, Sandro Dernini del Forum sulle Culture Alimentari Mediterranee - che hanno organizzato congiuntamente l’evento e che tutti insieme hanno aperto i lavori congressuali.

Sono stati oltre 40 i relatori che nel corso della giornata hanno contribuito al dibattito e che hanno portato a ridisegnare il presente e il futuro della Dieta Mediterranea, intesa non più solo come modello alimentare salutare. In particolare, gli esperti hanno sottolineato come oggi la chiave valorizzante della Dieta Mediterranea risieda nell’essere non solo un modello nutrizionale ma anche uno stile di vita contemporaneo, salubre e sostenibile.

Med Diet Expo_relatori2A Med Diet Expo 2015 il segretario generale del CIHEAM, Cosimo Lacirignola, ha lanciato l’appello Med Diet Expo 2015 Call: Time To Act per realizzare uno sforzo comune in difesa della Dieta Mediterranea, oggi minacciata dai cambiamenti di abitudini alimentari dettate dalla globalizzazione. L’appello è stato sostenuto da Lluis Serra Majem, presidente della Fondazione Internazionale della Dieta Mediterranea (IFMeD) che ha anche sottolineato come la dimensione salutare della Dieta Mediterranea vada ben oltre il classico riferimento alla salute cardiovascolare: *“Abbiamo evidenze di benefici sul cancro, su diabete e obesità, sulle malattie neurologiche e respiratorie. Ma c’è ancora molto lavoro da fare per sostanziare dal punto di vista scientifico queste virtù”*.

“Tutti devono sentirsi chiamati in causa e attivarsi per intraprendere azioni che mirano a rivalutare il modello della Dieta Mediterranea attraverso anche le altre sue dimensioni, socio-culturali, ambientali ed economiche, oltre che quella salutare che è già ben conosciuta”, ha affermato Sandro Dernini, coordinatore del Forum sulle Culture Alimentari Mediterranee e segretario generale dell’IFMeD, proponendo quindi il nuovo concetto della Med Diet 4.0- che fa bene all’individuo e al contempo alla

collettività e al pianeta attraverso queste sue quattro dimensioni: benefici alla salute, basso impatto ambientale, alto valore culturale e sociale e, infine, rilevanti ricadute economiche sui territori di produzione degli alimenti caratteristici della Dieta Mediterranea.

Med Diet Expo_Sandro Dernini e Cosimo LacirignolaCome hanno ribadito a più riprese gli esperti, la nostra Dieta Mediterranea è un insieme di paradossi. Scoperta dagli americani negli anni ’50, dopo 30 anni di dibattiti e studi scientifici e a 5 anni dal riconoscimento Unesco, solo quest’anno è stata inserita nelle guidelines scientifiche USA come modello alimentare salutare. Quello della Dieta Mediterranea è infatti un patrimonio unico, ma talvolta sconosciuto persino a chi ne dovrebbe custodire la memoria: *“Gli alimenti tradizionali sono la vera colonna vertebrale della nostra Dieta Mediterranea. Sono quelli che si scoprono nei piccoli paesi, che raccontano e preparano le donne anziane”*, ha sottolineato Antonia Trichopoulou, presidente della Hellenic Health Foundation. Una ‘località’ produttiva che significhi sostenibilità, impiego di forza lavoro del territorio, tutela della biodiversità e della cultura: una “nuova bieconomia, che unisca etica, sviluppo economico e sostenibilità ambientale” per usare le parole di Massimo Iannetta dell’ENEA. Una dieta del ‘popolo’, sinonimo del valore delle popolazioni del Mediterraneo. Ma che deve acquisire la capacità di parlare al mondo.

Si tratta infatti di un patrimonio che dobbiamo assolutamente promuovere a partire dal nostro territorio visto che “dal 2007 in Italia abbiamo registrato un calo drastico nei consumi di frutta e verdura, che possiamo quantificare nel 2014 con un -18 kg a persona annui. E pensare che il costo di un anno di frutta e verdura è paragonabile ad un quarto di quello che spendiamo per uno smartphone di ultima generazione”, ha riportato Stefano Franzero, direttore dell’associazione Unaproa.

Med Diet Expo 2015 si è chiuso con gli interventi del presidente del CNR Luigi Nicolais e del presidente di Expo Spa Diana Bracco. Gli sforzi comuni proseguiranno, come auspicato dal consigliere del Ministro delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali Maurizio Martina, prof. Pier Luigi Petrillo, all’interno della Settimana della Dieta Mediterranea (14-20 settembre 2015), celebrata con iniziative ad hoc nei Padiglioni di Expo dei Paesi che condividono questo modello alimentare.