

Coldiretti; Obesity Day a Napoli in piazza Dante

Comunicato - 09/10/2017 - Napoli - www.cinquerighe.it

L'olio extravergine d'oliva in piazza per raccontare il principe della dieta mediterranea. Domani a Napoli in piazza Dante tappa dell'Obesity Day, che si celebra in tutto il mondo, a cura dell'associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. Lo comunica Coldiretti Campania nell'annunciare la partecipazione di Aprol Campania, l'associazione dei produttori olivicoli regionali, con la presenza del presidente Francesco Acampora e del vicepresidente Angelo Petolicchio. A partire dalle 10 del mattino i tutor di Aprol accompagneranno i consumatori e in particolare i bambini nella scoperta dei sapori del vero olio extravergine, con un mini corso di assaggio per riconoscere la qualità e distinguerne la differenza. L'olio EVO è la base di un'alimentazione sana, ricco di polifenoli, molecole antiossidanti che contrastano ed eliminano la presenza di radicali liberi nel nostro corpo e che hanno il compito di aumentare le nostre difese immunitarie. Tra gli acidi grassi insaturi presenti nell'olio extravergine di oliva, si distinguono in particolare l'acido oleico monoinsaturo, che ha il compito di contrastare il colesterolo cattivo favorendo la stabilità del colesterolo buono (HDL) e l'acido linoleico, la sostanza che svolge una funzione antidolorifica e antinfiammatoria. L'olio extravergine di oliva contiene percentuali elevate di altre proprietà benefiche, ovvero la Vitamina A, Vitamina D, Vitamina E e minerali come ferro, potassio, calcio e magnesio. In Italia quasi un bambino su tre (30,6%) - afferma Coldiretti - pesa ancora eccessivamente anche se negli ultimi anni si è verificata una riduzione del 13% per effetto dell'impegno sull'educazione alimentare a scuola e nelle case. Secondo l'indagine Okkio alla salute la percentuale di bambini obesi è scesa dal 12% del 2008/09 al 9,3% del 2016, e quella dei bambini in sovrappeso è passata dal 23,2% del 2008/9 al 21,3% del 2016. Un risultato incoraggiante che dimostra - sottolinea la Coldiretti - la necessità di continuare ad investire sull'educazione alimentare a partire dalla scuola dove va privilegiato il consumo di prodotti salutari anche con l'uso delle nuove tecnologie. Il 20% dei genitori infatti dichiara che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e verdura, mentre il 36% consuma quotidianamente bevande zuccherate o gassate. Per assicurare una migliore alimentazione ma anche per educare le nuove generazioni è importante - sostiene la Coldiretti - privilegiare nelle mense scolastiche i cibi locali a km che valorizzano le realtà produttive locali e garantiscono genuinità e freschezza. La Coldiretti è impegnata nel progetto "Educazione alla Campagna Amica" che coinvolge alunni delle scuole elementari e medie in tutta Italia che partecipano a lezioni in programma nelle fattorie didattiche e nei laboratori del gusto organizzati nelle aziende agricole e in classe. L'obiettivo - conclude la Coldiretti - è quello di formare dei consumatori consapevoli sui principi della sana alimentazione e della stagionalità dei

prodotti per valorizzare i fondamenti della dieta mediterranea e ricostruire il legame che unisce i prodotti dell'agricoltura con i cibi consumati ogni giorno e fermare il consumo del cibo spazzatura.

Comunicato - 09/10/2017 - Napoli - www.cinquerighe.it