



Ordine Nazionale dei Biologi

TEL. (06) 57.090.1 r.a. – Telefax: 57.090.234
00153 ROMA - Via Icilio, 7

Roma, 3 febbraio 2016

Prot. 4680 /16/EC

All'Ill.mo
Presidente della Commissione
Agricoltura
Senato della Repubblica

Agli On.li Senatori
Componenti della Commissione
Agricoltura
Senato della Repubblica

OGGETTO: Osservazioni in merito ai DDL nn. 926 e 313

Sig. Presidente, On.li Senatori,

desidero in primo luogo esprimere i più sinceri ringraziamenti per l'odierna audizione che la Commissione ha ritenuto di voler destinare all'Ordine Nazionale dei Biologi in relazione ai disegni di legge 313 e 926 concernenti la dieta mediterranea.

Desidero altresì esprimere il mio più vivo compiacimento per le proposte di carattere legislativo che intendono disciplinare tutte le attività e le iniziative a sostegno della ricerca, dell'informazione, della diffusione e della promozione finalizzate alla tutela ed alla valorizzazione della dieta mediterranea.

Nonostante nel 2010 il Comitato Esecutivo della Convenzione UNESCO abbia deliberato l'inserimento della dieta mediterranea nella lista del patrimonio culturale immateriale dell'umanità, il concetto di dieta mediterranea non è stato accompagnato nel nostro Paese da iniziative legislative e strutturali che ponessero le basi effettive per un apprendimento anche culturale e sociale del rapporto esistente tra la dieta mediterranea e la corretta alimentazione e, di conseguenza, sui benefici che da tale rapporto ne derivano per la nostra salute.

Abbiamo spesso dovuto riscontrare, sia nei convegni organizzati dal nostro Ordine e sia nelle interlocuzioni che i biologi nutrizionisti hanno con i loro assistiti nell'ambito dell'espletamento della loro attività professionale, una carenza di informazione sul concetto di dieta mediterranea la cui terminologia viene evocata più come metodo di costume e di tradizione che non come elemento essenziale per un corretto percorso nutrizionale.



Ordine Nazionale dei Biologi

TEL. (06) 57.090.1 r.a. – Telefax: 57.090.234
00153 ROMA - Via Icilio, 7

Per questo motivo, tra le osservazioni che ci permettiamo sottoporre alla Commissione, riteniamo opportuno sottolineare la necessità di prevedere nel disegno di legge che sarà licenziato specifiche indicazioni, anche di carattere scientifico, che rappresentino le linee guida per la corretta individuazione e la corretta assunzione degli alimenti caratterizzanti la dieta mediterranea.

Anche a tale scopo si potrebbe prevedere la costituzione di un comitato tecnico scientifico, nell'ambito del quale saremmo onorati di poter esprimere un nostro rappresentante, che predisponga gli strumenti necessari per una corretta azione divulgativa della corretta dieta mediterranea e, nel contempo, possa monitorare l'uniformità a tali linee guida nell'ambito di tutte le iniziative scientifiche e culturali che vengono promosse nel nostro Paese su tale importante tematica.

Mi sia consentito passare alla illustrazione delle seguenti brevi osservazioni che sottoponiamo all'attenzione della Commissione.

Approfondimenti

In merito al contenuto dei Ddl indicati in oggetto, riteniamo opportuno sottoporre all'attenzione della Commissione la necessità di approfondire l'aspetto scientifico della dieta mediterranea, con le indicazioni di vere e proprie linee guida, seppur generali.

L'elenco degli alimenti che compongono la dieta mediterranea è necessario, ma bisognerebbe anche tener conto dei modi, delle quantità e della frequenza di assunzione. Una errata assunzione di alimenti, potenzialmente virtuosi per la dieta umana, potrebbe sbilanciare l'equilibrio nutrizionale dell'uomo, provocando alcune degenerazioni fisiologiche e metaboliche. Invece, una corretta assunzione dei cibi contemplati all'interno della dieta mediterranea, unitamente a un armonioso esercizio fisico, conferirebbe benefici immediati e duraturi al corpo umano.

Si ritiene dunque necessario che la dieta mediterranea venga contestualizzata all'interno di uno stile di vita sano.

Linee guida per la popolazione al di sopra dei 20 anni

- Frutta e verdura (possibilmente cruda o cotta al vapore): almeno 5 porzioni giornaliere;
- Olio di oliva: 2-3 porzioni giornaliere;
- Latticini: 1-2 porzioni giornaliere;
- Uova al massimo: 2 settimanali;
- Carni bianche, pesce: 1-2 porzioni giornaliere;
- Carboidrati complessi quali pane, pasta, riso e cereali: 2-3 porzioni giornaliere;



Ordine Nazionale dei Biologi

TEL. (06) 57.090.1 r.a. – Telefax: 57.090.234
00153 ROMA - Via Icilio, 7

- Dolci e carne rossa: consumo assai moderato.

Rientrando in uno stile di vita salutare, l'assunzione bilanciata degli alimenti deve essere necessariamente combinata con attività fisica regolare, possibilmente all'aperto. Per attività fisica non si intende quella di natura agonistica, ma semplici passeggiate di 45 minuti al giorno.

Campagne di sensibilizzazione nelle scuole

È necessario che le attività di sensibilizzazione sui benefici della dieta mediterranea vengano sottoposte ai cittadini italiani già in età scolare. Negli istituti di ogni ordine e grado dovrebbero essere veicolate campagne di informazione e di educazione alimentare. Attraverso gli input trasmessi ai più piccoli e agli adolescenti, si potrebbero comunicare anche alle loro famiglie le buone pratiche nutrizionali. L'Ordine Nazionale dei Biologi ha già in passato promosso iniziative in tal senso in sintonia con numerosi Istituti Scolastici con risultati soddisfacenti. Prevedere nell'ambito dei disegni di legge in discussione un coinvolgimento diretto degli Enti locali ed eventualmente delle aziende operanti nel settore alimentare produrrebbero effetti di più alto livello di diffusione delle problematiche inerenti la corretta alimentazione in generale ed in particolare degli effetti benefici su di essa della Dieta Mediterranea.

Marchio

La dieta mediterranea è, dunque, uno stile di vita. Come tale, sarebbe sconsigliabile associarla a un marchio. Nonostante le specifiche norme previste da ambedue disegni di legge (art. 6 del Ddl 313 e art.7 del Ddl 926), le dinamiche del marketing potrebbero snaturarne il messaggio di benessere. Ad esempio, si potrebbero concretizzare campagne pubblicitarie dell'industria alimentare che, attraverso la reclamizzazione del marchio, andrebbero a spingere consumi e assunzioni errate dei cibi. In questa maniera si disattenderebbe il messaggio della dieta mediterranea e si rischierebbe di concorrere a generare patologie metaboliche nella popolazione. Sarebbe opportuno valutare la possibilità che il Ministero dell'Agricoltura conceda il "marchio" esclusivamente ad iniziative organizzate da Enti pubblici e/ o privati verificando di volta in volta che le stesse siano effettivamente finalizzate alla tutela ed alla valorizzazione della Dieta Mediterranea.

Diffusione della dieta mediterranea ed economia

La dieta mediterranea, pur essendo abbastanza diffusa nell'Italia centro-meridionale e insulare, presenta diverse criticità per un'applicazione "fai da te" e per l'uso frequente e non moderato di carboidrati complessi.



Ordine Nazionale dei Biologi

TEL. (06) 57.090.1 r.a. – Telefax: 57.090.234
00153 ROMA - Via Icilio, 7

Si cucina sempre meno in casa per motivi di lavoro, si utilizzano cibi precotti o semilavorati e si utilizzano prodotti che, per motivi di conservazione o di lavorazione industriale, contengono eccessivi coloranti, grassi animali, prodotti antiossidanti e acidificanti, con la presenza di condimenti non di prima qualità.

L'educazione e l'informazione alimentare sono, dunque, strumenti cruciali per diffondere i principi della corretta alimentazione e di un virtuoso stile di vita, prevenendo disturbi patologici di carattere cardio-vascolare o metabolici (questi ultimi, causa frequente dell'insorgenza di obesità o patologie croniche come il diabete alimentare).

Non va trascurato il beneficio economico che le casse dello Stato trarrebbero dalla diffusione su larga scala di una corretta applicazione delle diete mediterranee. Come diffusamente dimostrato dalla letteratura scientifica, la dieta mediterranea, che sei anni fa è stata insignita del titolo di patrimonio immateriale dell'umanità dell'Unesco, reca immediati benefici alla salute umana. Ciò vuol dire che concorre a preservare la popolazione dall'insorgenza di patologie più o meno gravi, che in molti casi gravano sul bilancio del Servizio Sanitario Nazionale. Dunque, la corretta applicazione della dieta mediterranea produrrebbe un innegabile e congruo vantaggio per l'economia italiana.

Nel dichiarare sin d'ora la piena disponibilità a fornire eventuali ulteriori chiarimenti, desidero ringraziare il Presidente e gli On.li Senatori per l'attenzione che vorranno riservare a queste brevi osservazioni.



IL PRESIDENTE
(Dott. Ermanno Calcatelli)