

Come nutrirsi in un mondo globalizzato?

Appello degli esperti: «Riscopriamo gli alimenti tradizionali»

Il tema della multiculturalità a tavola è stato affrontato nel corso della prima giornata di lavori del Forum di Nutrizione Pratica, in programma oggi e domani al Centro Congressi Fondazione Stelline (Milano)

Milano, 3 aprile 2014 - Nutrirsi in maniera adeguata vuol dire anche riscoprire le peculiarità dell'alimentazione tradizionale. È questo il messaggio filtrato dalla prima sessione plenaria di **NutriMI - VIII Forum di Nutrizione Pratica**, nel corso della sessione "Multiculturalità: sfide e opportunità in nutrizione e salute".

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*».