



DIETA UNIVERSALE VS DIETA MEDITERRANEA: QUALE SARÀ LA DIETA DEL FUTURO?

Come si contestualizza la nuova Dieta Universale per gli italiani, eredi della Dieta Mediterranea? Lo scopriremo durante la XIII edizione di Nutrimi.

Milano, 13 marzo 2019 – Classificatasi prima all'interno del Best Diet Ranking 2019, **la Dieta Mediterranea è riconosciuta a livello internazionale come lo stile alimentare più equilibrato e completo**, con impareggiabili benefici in ambito di prevenzione e cura del diabete, ma anche per il cuore. Un'eccellenza sempreverde, tanto da diventare un punto di riferimento fondamentale per lo **sviluppo della recentissima Dieta Universale** elaborata dalla Commissione internazionale Eat-Lancet, che troverà spazio all'interno di Nutrimi con un esclusivo intervento del suo primo autore, Walter Willet.

Ma **come contestualizzare e interpretare per le singole popolazioni, ognuna con le proprie tradizioni, un regime alimentare "universale"**? Questo sarà un argomento su cui gli esperti italiani faranno finalmente chiarezza durante Nutrimi.

Inoltre, gli italiani seguono davvero la Dieta Mediterranea? **Il Dott. Marco Silano**, dell'Istituto Superiore di Sanità, sarà presente a Nutrimi e parlerà dello Studio della Dieta Totale Nazionale, che **ha analizzato l'apporto di nutrienti nella dieta degli italiani, rilevando una qualità nutrizionale** mediamente buona, anche se sono ancora molti gli aspetti da migliorare, soprattutto in ambito di carenze (come ferro e calcio). Ci si chiede a questo punto quali siano i **fattori che ostacolano l'impianto di solide abitudini corrette nella nostra alimentazione**: al non semplice quesito cercherà di rispondere **Il Dott. Andrea Ghiselli**, Presidente della Società Italiana di Scienza dell'Alimentazione.

Nutrimi è un momento di aggiornamento professionale per i Professionisti del mondo dell'alimentazione (previsti crediti ECM per le seguenti figure: Biologo, Dietista, Farmacista e Medico Chirurgo), ma è aperto anche a tutti coloro che sono affascinati dal mondo della nutrizione e desiderano scoprire le ultime novità scientifiche. È possibile iscriversi a una o più sessioni del forum collegandosi al sito ufficiale www.nutrimi.it



Nel corso di NutriMI 2019 verrà assegnato il **Premio giornalistico DivulgScience 2019**: si tratta di un riconoscimento istituito per premiare il lavoro dei giornalisti che con i loro lavori contribuiscono a diffondere una corretta informazione sui temi dell'alimentazione e della nutrizione, la chiave per una efficace promozione della salute. Per partecipare è necessario leggere con attenzione le modalità di partecipazione, compilare la scheda di candidatura e inviare il pdf dell'articolo all'indirizzo stamp@nutrimi.it entro il 22 Marzo 2019.