



Alimentazione e fake news: focus sui cibi processati a NutriMi 2018

A NutriMi 2018 si è parlato tra le altre cose di alimentazione, e fake news, con un focus sui cibi processati e sulle proprietà della segale

A cura di **Antonella Petris** 13 aprile 2018 - 21:24

👍 Mi piace 523.880



Il Dott. Anthony Fardet ha presentato per la prima volta in Italia, in occasione di NutriMi 2018, alcuni dati sull'impatto nutrizionale degli alimenti cosiddetti ultraprocessati, ovvero quelli che contengono ingredienti 'industriali' quali conservanti, coloranti, addensanti, etc.

I dati dimostrano che in quei paesi dove la disponibilità di cibi ultraprocessati è maggiore, aumenta anche la prevalenza di malattie come l'obesità o il diabete di tipo 2. Infatti, *"più un alimento è processato, minore è il suo potere saziante"* ha commentato Fardet.

Questa scoperta è tra le prime in un campo di ricerca nutrizionale nuovo e in espansione. Non sarebbero solo gli ingredienti e i valori nutrizionali degli alimenti ad avere un impatto sulla salute, ma anche il cosiddetto 'effetto matrice', cioè la struttura e le caratteristiche fisiche del prodotto, la combinazione e l'interazione di tutti gli ingredienti tra loro.

carrefour.it



Galbusera BuoniCosi senza zuccheri aggiunti
frollino con uova fresche italiane 330 g

SCOPRI

FAKE NEWS: ITALIANI IN BALIA DELLA 'NUTRIZIONE CHE FA NOTIZIA'

'Le tre abitudini più rischiose degli italiani a tavola sono, nell'ordine: troppi pochi cereali integrali, poca frutta secca, consumare il doppio del sale necessario' ha dichiarato Andrea Ghiselli, Dirigente di ricerca CREA e Presidente SISA, che ha presentato un'anticipazione delle Linee Guida 2017 per una sana alimentazione italiana.

Eppure, stando ad un'indagine presentata sempre durante il convegno, gli italiani si preoccupano di tutt'altro: ad esempio di ridurre il consumo di carne o carboidrati, così come attribuiscono proprietà 'miracolose' ai superfood più alla moda.

LE PREMIAZIONI DI NUTRIMI 2018

Nel corso dell'ultima giornata del congresso sono stati assegnati quattro premi:

- Il premio "Migliore Comunicazione Nutrizionale" è stato assegnato a De Cecco per la comunicazione sulle caratteristiche tecnico-scientifiche di una pasta di qualità.
- Il premio "Migliore Innovazione Nutrizionale" è stato assegnato ex aequo a Florvis (integratore alimentare a base di Lactobacilli GG, probiotico che aiuta a favorire il riequilibrio della flora batterica intestinale) e PEMA, per il pane di segale con 'la lista di ingredienti più corta'.
- Il premio "Professionista della Nutrizione 2018" è stato assegnato alla Dott.ssa Chiara Lecchi
- Il premio DivulgScience 2018 è stato assegnato alla giornalista Giulia Masoero Regis per il suo articolo *"Quanti dubbi sul pasto in ufficio scelto dalla app"* pubblicato sullo speciale Salute di Repubblica.