



## Dieta Mediterranea: i giovani la conoscono

### PRESENTATI OGGI AL "MEDDIET MEETING" I RISULTATI DI UNO STUDIO A CAMPIONE CONDOTTO D'INTESA CON PROMIMPERIA L'AZIENDA SPECIALE DELLA CAMERA DI COMMERCIO DI IMPERIA

I giovani conoscono la Dieta Mediterranea. E' quanto emerge dall'indagine condotta d'intesa con PromImperia l'Azienda Speciale della Camera di Commercio di Imperia su un campione di circa 200 alunni dell' IIS "G.Ruffini" di Imperia (classi IV A programmatori e V articolata) e dell'Istituto Agrario Omnicomprensivo G.Pontano della Valnerina in Umbria, i cui risultati sono stati presentati questa mattina al MedDiet Meeting - il terzo grande evento nazionale del progetto strategico "Mediterranean Diet and enhancement of traditional foodstuff - MedDiet", finanziato dall'Unione Europea nell'ambito del Programma ENPI CBC Bacino del Mediterraneo 2007-2013 con un budget complessivo pari a circa 5 milioni di euro e una durata di 30 mesi - in corso ad Imperia all'interno dalla III edizione del Forum Dieta Mediterranea.

Dalle risposte al questionario sottoposto agli studenti di età compresa tra i 15 e i 18 anni è emerso che la maggior parte dei ragazzi conosce gli alimenti alla base della Dieta Mediterranea. Il 95% degli intervistati riconosce l'olio extravergine di oliva, come alimento cardine della Dieta Mediterranea. Nelle abitudini alimentari quotidiane così come nell'immaginario legato alla Dieta Mediterranea la pasta fa la parte del leone, ma nelle preferenze espresse dei ragazzi hanno un ruolo di primo piano anche frutta e verdure consumate tutti i giorni. Buona e diffusa è la consapevolezza del fatto che l'attività fisica è parte integrante della Dieta Mediterranea e di uno stile di vita in grado di coniugare gli aspetti nutrizionistici e salutistici della Dieta ad altri valori importanti come la convivialità, lo stare insieme a tavola e in famiglia. La maggioranza dei giovani però, è convinto che l'apporto delle proteine derivi soprattutto dal consumo di carne rossa.

I dati degli studenti sono stati confrontati con quelli emersi dai questionari sottoposti ai genitori, per stabilire la periodicità del consumo di alimenti come carne, pasta, latte e uova. Hanno risposto alle domande per l'80% donne, per il restante 20% uomini tutti di età compresa tra i 30 e i 50 anni. E' emerso che per la grande maggioranza degli intervistati al primo posto tra le motivazioni di acquisto di un prodotto c'è il fatto che sia un prodotto italiano. Al secondo posto che faccia bene alla salute e al terzo posto che abbia una etichetta trasparente. In tanti, però, non hanno nascosto che - nel momento di crisi attuale - il prezzo condiziona fortemente l'acquisto. Tutti gli intervistati - genitori e alunni - hanno affermato di essere al corrente del riconoscimento Unesco come Patrimonio dell'Umanità ottenuto dalla Dieta Mediterranea nel 2010. Si tratta di risultati parziali ma significativi che sono stati esposti e commentati dagli studenti stessi nel corso del convegno "Dieta Mediterranea e valorizzazione dei prodotti tradizionali" che si è tenuto nell'ambito del Forum Dieta Mediterranea presso l'Auditorium della Camera di Commercio di Imperia. E' seguita la consegna dei diplomi per il lavoro svolto dai ragazzi.

Hanno partecipato all'incontro anche i rappresentanti dei Paesi del Mediterraneo coinvolti nel progetto "MedDiet". Il "MedDiet Meeting" prosegue con l'evento "La Cucina del Mediterraneo" che si terrà sabato dalle 15 alle 18 nell'area laboratori della Calata G.B. Cuneo. Tre chef internazionali provenienti da Grecia, Spagna e Tunisia si sfideranno a colpi di padella, nel corso di appassionanti cooking show nei quali presentano i piatti tipici delle loro tradizioni gastronomiche, ispirati alla Dieta Mediterranea. Le spezie della cucina tunisina nella quale si mescolano tradizioni europee, orientali e appartenenti ai popoli del deserto, incontreranno così, i piatti tipici della tradizione greca a base di carne e pesce cucinati secondo ricette che risalgono all'Antica Grecia, al periodo bizantino e alla



## Associazione Nazionale Città dell'Olio

cucina ottomana, per poi contaminarsi con la cucina spagnola e la sua ricchezza di ingredienti, testimoniata dal fatto che, all'inizio del Cinquecento, la Spagna fu il primo Paese ad introdurre l'uso di patate, pomodori e mais. A rappresentare la Grecia sarà lo chef Stylianos Barmpeas, per la Spagna la chef Ana Rodriguez che si confronteranno con lo chef tunisino. Presso l'info point "MedDiet" allestito nell'area istituzionale della manifestazione OlioOliva, inoltre, sarà possibile ricevere del materiale informativo sul progetto che oltre all'Italia, che partecipa con Unioncamere in qualità di capofila, il Centro Servizi per le imprese della Camera di Commercio di Cagliari, il Forum delle Camere di Commercio dell'Adriatico e dello Ionio e l'Associazione nazionale Città dell'Olio quali partners, coinvolge altri 5 Paesi del Mediterraneo (Egitto, Grecia, Libano, Spagna e Tunisia).