



## Dieta mediterranea troppo cara, pochi la seguono

Alimentazione diversa si riflette su tasso obesita'



*Dieta mediterranea troppo cara, pochi la seguono*

ROMA - La dieta mediterranea sta diventando troppo cara, e ampie fasce della popolazione non se la possono permettere. Lo afferma uno studio della Fondazione di ricerca e cura Giovanni Paolo II dell'universita' Cattolica di Campobasso pubblicato dalla rivista Bmj Open del British Medical Journal.

Lo studio ha analizzato le abitudini alimentari di 13mila molisani, un sottogruppo dei 25mila reclutati per il progetto epidemiologico 'Moli-sani', valutando la loro aderenza alla dieta mediterranea: "Abbiamo trovato che le persone con meno risorse economiche hanno anche il punteggio minore nell'aderenza alla dieta - spiega Licia Iacoviello, che dirige il progetto - in particolare, quelle con i piu' alti introiti tra quelli studiati avevano una percentuale del 72% di essere nel gruppo con i punteggi piu' alti".

La dieta diversa, spiegano gli autori, si riflette nel tasso di obesita', che e' del 20% tra i piu' ricchi e del 36% tra i piu' poveri: "Un aspetto interessante - sottolinea Giovanni de Gaetano, un altro dei ricercatori che ha partecipato allo studio - e' che le diverse categorie non differiscono molto negli introiti, si rimane nel range tra 10mila e 40mila euro l'anno, tuttavia anche in un campione relativamente cosi' omogeneo si trovano differenze sostanziali".(ANSA).

# Rai Televideo

## La crisi batte la dieta mediterranea



Ora costa troppo e non è più per tutti

La crisi economica rischia di compromettere uno dei capisaldi della buona alimentazione, la dieta mediterranea. Riconosciuta due anni fa anche dall'Unesco come patrimonio della cultura mondiale. Ad assestare un duro colpo ad un modello vincente di benessere a tavola è il peso delle difficoltà economiche che molte famiglie stanno riscontrando in questi anni. E a risentire della crisi è proprio il momento delle spese. A stabilirlo è uno studio italiano pubblicato sulla rivista 'British Medical Journal' firmato dalla Fondazione di ricerca e cura Giovanni Paolo II dell'università Cattolica di Campobasso.

Gli scienziati hanno arruolato 13.000 molisani e hanno trovato che "le persone con un reddito basso in questo momento di crisi hanno mostrato un'aderenza alla dieta mediterranea inferiore rispetto a chi guadagna di più. I più benestanti nel 72% dei casi non si allontanano dal menù sano - afferma Licia Iacoviello, presidente del Progetto 'Moli-sani' - questo si traduce in un regime alimentare meno sano per chi ha uno stipendio basso, perché ai prodotti freschi indispensabili per la dieta mediterranea si preferiscono cibi meno costosi o preconfezionati. Così - precisa - i più 'poveri' hanno anche un'incidenza più alta di obesità (36%) rispetto agli altri (20%)".

"La nostra ipotesi deriva da una constatazione molto semplice - osserva Marialaura Bonaccio, autrice dello studio - abbiamo cercato di verificare se l'aumento dei costi dei principali prodotti alimentari e l'impoverimento progressivo delle persone può contribuire alla pandemia di obesità che ha colpito molti Paesi del Sud Europa nel corso degli ultimi anni, tra cui l'Italia". A venire in aiuto del menù mediterraneo è la proposta di una giornata nazionale da celebrare ogni anno il 16 novembre. Un'iniziativa contenuta in un disegno di legge depositato al Senato, mirato alla valorizzazione e alla promozione dei salutarissimi piatti 'made in Italy'.

I ricercatori hanno analizzato le informazioni raccolte da un sottocampione del più ampio studio epidemiologico del progetto 'Moli-sani', che dal 2005 ha reclutato circa 25.000 adulti residenti nel Molise per indagare il rapporto tra fattori genetici e ambientali nell'insorgenza di malattie croniche come quelle cardiovascolari e i tumori. Gli autori hanno poi esaminato l'associazione tra il reddito e le abitudini alimentari dei partecipanti con una valutazione in base a punteggi specifici di aderenza alla dieta mediterranea.

"Un aspetto interessante del nostro studio - afferma Giovanni de Gaetano, direttore del laboratorio di ricerca del centro di Campobasso - è che le categorie di reddito considerate nello studio non erano così diverse, stiamo parlando di differenze economiche relativamente piccole: da 10.000 euro fino a 40.000 euro netti all'anno. Tuttavia, anche in una regione abbastanza omogenea come Molise, abbiamo osservato differenze sostanziali nelle abitudini alimentari e le conseguenze per la salute che ne derivano".



**TM**  
news

## **Salute/ Bambino Gesù e Università California contro l'obesità**

**Uniti nella ricerca e cura contro il fegato grasso**

Ospedale pediatrico Bambino Gesù e Università della California 'La Jolla' di SAn Diego insieme nella lotta e nella ricerca contro il 'fegato grasso'. Con l'accordo di collaborazione scientifica siglato oggi, a Roma, al Bambino Gesù tra il presidente Giuseppe Profiti, il preside dell'Università californiana Maria Savoia e il vicerettore David Brenner, ha preso il via lo scambio di conoscenze e di expertise sul fronte della ricerca e della formazione di giovani medici nel campo delle malattie del fegato correlate alla sindrome metabolica. L'accordo che apre una nuova finestra di dialogo con Paesi da sempre all'avanguardia dal punto di vista della ricerca pediatrica, oltre ad essere una nuova occasione di confronto tra strutture d'eccellenza, prevede anche progetti di ricerca internazionale sulle complicanze metaboliche dell'obesità, sulla medicina preventiva e della famiglia, nonché programmi di scambio di personale medico e infermieristico. L'ospedale pediatrico Bambino Gesù, punto di riferimento a livello internazionale per la cura e la ricerca a favore della salute di bambini e adolescenti ha al proprio attivo numerose collaborazioni paritetiche con strutture di grande prestigio. Il tema del forte sovrappeso, dell'obesità e delle patologie direttamente o indirettamente connesse all'alimentazione e ai fattori ambientali è uno dei filoni di maggiore attenzione al di là dell'Atlantico.

# TEMPI

Società

## Gli italiani sono magri, bevono poco e non fanno sport (almeno secondo questa ricerca)

dicembre 5, 2012 Redazione



L'Ocse ha diffuso i dati sullo stato di salute degli europei. Gli adolescenti italiani sono i più pigri del Vecchio Continente con neanche il 10 per cento di ragazzini che praticano sport, preceduti dai francesi.



L'Ocse ha diffuso i dati sullo stato di salute degli europei. Diabete e asma sono aumentati e il motivo è strettamente collegato all'eccessiva alimentazione e al fumo. In fatto di consumo di alcol, i primi, cioè i peggiori, sono i lussemburghesi, con 15,3 litri a testa all'anno, con un aumento del 12 per cento rispetto al 1980. I



francesi, grandi produttori di vino, ne consumano 12 litri a testa, e gli italiani sorprendono, in negativo, con soli 6 litri a testa, risultando i più morigerati della compagnia.

Per quanto riguarda i teenager e l'abitudine ad alzare il gomito, i peggiori sono i danesi (il 58 per cento ammette di avere esagerato più volte negli ultimi due anni) mentre solo il 19 per cento degli adolescenti maschi italiani (per le ragazze si scende al 14) confessa di avere esagerato con l'alcol nel medesimo arco di tempo.

**SULLA BILANCIA.** E per quanto riguarda la bilancia? Il tasso di obesità è raddoppiato negli ultimi due anni, per un totale del 17 per cento di cittadini in sovrappeso. I più grassi d'Europa sono gli ungheresi, con il 28 per cento, seguiti dalla Gran Bretagna. Anche qui, noi italiani ci piazziamo tra i più magri quasi alla pari con la Romania. Da noi, solo il 10 per cento della popolazione ha patologie legate all'obesità. Ed è una fortuna, visto che siamo gli ultimi nella classifica sportiva. Gli adolescenti italiani, infatti, sono i più pigri del Vecchio Continente con neanche il 10 per cento di ragazzini che praticano sport, preceduti dai francesi.

alcol alimentazione obesità ocse unione europea

Articoli Correlati:

.



Sostenibilità > Tendenze > La crisi batte la dieta mediterranea, ora costa troppo e non è più per tutti



## La crisi batte la dieta mediterranea, ora costa troppo e non è più per tutti



ultimo aggiornamento: 05 dicembre, ore 15:11

A stabilirlo è uno studio italiano pubblicato sulla rivista 'British Medical Journal' firmato dalla Fondazione di ricerca e cura Giovanni Paolo II dell'università Cattolica di Campobasso



Roma, 5 dic. (Adnkronos Salute) - La crisi economica rischia di compromettere uno dei capisaldi della buona alimentazione, la **dieta mediterranea**. Riconosciuta due anni fa anche dall'Unesco come patrimonio della cultura mondiale. Ad assestare un duro colpo ad un modello vincente di benessere a tavola è il peso delle difficoltà economiche che molte famiglie stanno riscontrando in questi anni. E a risentire della crisi è proprio il momento delle spesa. A stabilirlo è uno studio italiano pubblicato sulla rivista 'British Medical Journal' firmato dalla Fondazione di ricerca e cura Giovanni Paolo II dell'università Cattolica di Campobasso.

Gli scienziati hanno arruolato 13.000 molisani e hanno trovato che **"le persone con un reddito basso in questo momento di crisi hanno mostrato un'aderenza alla dieta mediterranea inferiore rispetto a chi guadagna di più**. I più benestanti nel 72% dei casi non si allontanano dal menù sano - afferma Licia Iacoviello, presidente del Progetto 'Molisani' - questo si traduce in un **regime alimentare meno sano per chi ha uno stipendio basso, perché ai prodotti freschi indispensabili per la dieta mediterranea si preferiscono cibi meno costosi o preconfezionati**. Così - precisa - i più 'poveri' hanno anche un'incidenza più alta di obesità (36%) rispetto agli altri (20%)".

"La nostra ipotesi deriva da una constatazione molto semplice - osserva Marialaura Bonaccio, autrice dello studio - abbiamo cercato di verificare se l'aumento dei costi dei principali prodotti alimentari e l'impoverimento progressivo delle persone può contribuire alla pandemia di obesità che ha colpito molti Paesi del Sud Europa nel corso degli ultimi anni, tra cui l'Italia". A venire in aiuto del menù mediterraneo è la proposta di una giornata nazionale da celebrare ogni anno il 16 novembre. Un'iniziativa contenuta in un disegno di legge depositato al Senato, mirato alla valorizzazione e alla promozione dei salutarissimi piatti 'made in Italy'.

I ricercatori hanno analizzato le informazioni raccolte da un sottocampione del più ampio studio epidemiologico del progetto 'Moli-sani', che dal 2005 ha reclutato circa 25.000 adulti residenti nel Molise per indagare il rapporto tra fattori genetici e ambientali nell'insorgenza di malattie croniche come quelle cardiovascolari e i tumori. Gli autori hanno poi esaminato l'associazione tra il reddito e le abitudini alimentari dei partecipanti con una valutazione in base a punteggi specifici di aderenza alla dieta mediterranea.

"Un aspetto interessante del nostro studio - afferma Giovanni de Gaetano, direttore del laboratorio di ricerca del centro di Campobasso - è che le categorie di reddito considerate nello studio non erano così diverse, stiamo parlando di differenze economiche relativamente piccole: da 10.000 euro fino a 40.000 euro netti all'anno. Tuttavia, anche in una regione abbastanza omogenea come Molise, abbiamo osservato differenze sostanziali nelle abitudini alimentari e le conseguenze per la salute che ne derivano".