DIRITTO AL CIBO È ANCHE DIRITTO A UN CIBO DI QUALITÀ, IN GRADO DI NUTRIRE, MA SENZA NUOCERE

Dieta Mediterranea e legame tra sport e salute al centro delle iniziative della SINU per la Giornata Mondiale dell'Alimentazione

Ogni anno, il 16 ottobre, il mondo celebra **la Giornata Mondiale dell'Alimentazione**, un'importante occasione per riflettere sul diritto di ogni persona a un'alimentazione adeguata e per sensibilizzare l'opinione pubblica sui temi legati alla sicurezza alimentare e alla nutrizione. Questa giornata è stata istituita dalla FAO *Food and Agriculture Organization of the United Nations* (Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura) per promuovere l'agricoltura sostenibile, garantire la sicurezza alimentare e combattere la fame e la malnutrizione a livello globale.

Il tema scelto dalla FAO per il 2024 è "**Il diritto al cibo per una vita e un futuro migliori**". Questo tema pone l'accento sull'accesso universale ad un cibo nutriente, sicuro e sostenibile come diritto umano fondamentale. Infatti, seppur gli agricoltori in tutto il mondo producano quantità di cibo superiori al fabbisogno dell'intera popolazione globale, **733 milioni di persone** soffrono la fame a causa di conflitti armati, ricorrenti shock climatici e crisi economiche, che hanno gravissime ripercussioni sulle fasce povere e vulnerabili, con conseguente aumento delle disuguaglianze tra i paesi e a livello locale. Complessivamente nel mondo circa **2,8 miliardi di persone** non possono permettersi un'alimentazione corretta.

L'alimentazione sbagliata è la principale causa di tutte le forme di malnutrizione: denutrizione, carenze di micronutrienti e obesità, oggi presenti nella maggior parte dei paesi e trasversali rispetto alle classi socioeconomiche.

"Da sempre, e ancor di più in occasione della Giornata, la SINU è in prima linea per aumentare la consapevolezza sull'importanza di un'alimentazione equilibrata e sull'impatto della fame e della malnutrizione a livello globale", afferma la **Prof.ssa Anna Tagliabue, Presidente della Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU)**. "*E lo fa con azioni concrete, in particolare con iniziative di educazione ad una corretta nutrizione, fornendo informazioni e risorse su come alimentarsi in modo sano e sostenibile, contribuendo così alla prevenzione delle malattie legate alla dieta e alla promozione della salute".*

Per la Giornata Mondiale dell'Alimentazione 2024, la **Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU Education e SINU Liguria-Sardegna)** ha organizzato l'evento di alta formazione "**Scienza dell'Alimentazione, Sport e Salute**", che si terrà a **Genova**, città Capitale Europea dello Sport 2024, tra il 21 e il 23 novembre 2024, in collaborazione con la Camera di Commercio, il Centro Ligure per la Produttività e l'Università di Genova. L'evento, che riunirà i massimi esperti della nutrizione provenienti da Accademie nazionali e internazionali, mira a **promuovere la cultura dell'attività fisica ed il ruolo cruciale di una adeguata alimentazione**. Obiettivo è diffondere la consapevolezza che una regolare attività sportiva agevola il benessere psicofisico delle persone e favorisce uno stile di vita ecosostenibile, in linea con i principi dell'OMS che si propone di ridurre del 15% la prevalenza di sedentarietà negli adulti e negli adolescenti entro il 2030. Secondo i risultati dell'indagine ISTAT (Aspetti della vita quotidiana 2022), circa un terzo della popolazione italiana dai 3 anni in poi è sedentario.
"È importante comprendere lo stretto legame esistente tra alimentazione e performance atletica e come una corretta alimentazione può ottimizzare le prestazioni atletiche e il benessere fisico", continua la Presidente Tagliabue.

Sempre il gruppo **SINU Education** (**Molise-Puglia, Campania-Basilicata**) ha organizzato un **percorso di formazione in Campania, Molise e Sicilia**, insieme all'Istituto NEUROMED di Pozzilli, all'Istituto di Scienze dell'Alimentazione ISA-CNR di Avellino e al Centro di riferimento regionale di diabetologia pediatrica A.O.U. Policlinico Messina, rivolto a insegnanti, studenti e genitori delle scuole primarie e secondarie.
Per la SINU è essenziale aumentare il livello di **consapevolezza alimentare e promuovere modelli alimentari più sostenibili**. *"Per questo motivo, nel corso della Giornata Mondiale dell'Alimentazione 2024, proponiamo una serie di incontri nelle scuole delle regioni del Sud Italia, dove la prevalenza di obesità tra i ragazzi è maggiore rispetto ad altre aree del Paese. Gli incontri saranno volti alla sensibilizzazione delle scuole e delle famiglie sull'importanza di seguire un regime alimentare sano e sostenibile. A tal fine la promozione della* ***Dieta Mediterranea*** *può davvero rappresentare un utile strumento per adottare un'alimentazione che porti a benefici per la salute e per la sostenibilità ambientale, sul lungo termine",* afferma **la Prof.ssa Francesca Scazzina, consigliere e referente dei Gruppi di Lavoro della SINU.**

Infine, il gruppo regionale **SINU Lazio-Abruzzo** organizzerà per il 16 ottobre un evento presso IPSEOA Angelo Celletti (Formia) sul tema "One Health", focalizzando l'attenzione sul goal 3 dell'Agenda 2030 (Assicurare la salute e il benessere per tutti e per tutte le età). *"Educare al concetto di One Health è un approccio ideale per raggiungere la salute globale perché affronta i bisogni delle popolazioni sulla base dell'intima relazione tra la loro salute, la salute dei loro animali e l'ambiente in cui vivono, considerando l'ampio spettro di determinanti che da questa relazione emerge",* conclude la Prof.ssa Scazzina.

Riferimenti SINU
http://sinu.it/wp-content/uploads/2022/11/Programma-Vivi-lesperienza-sostenibile-30-11-2022-titoli-ultimo.pdf
http://sinu.it/wp-content/uploads/2022/10/presentazione-progetto-ITA-ok.pdf
https://sinu.it/wp-content/uploads/2023/12/2-PROGRAMMA-CONVEGNO-GMA-FAO-2023-LACQUA-E-VITA.pdf
http://sinu.it/wp-content/uploads/2024/09/Programma_SINU-Sport-def.pdf

Per approfondire
https://www.fao.org/world-food-day/about/it

La Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU) è una società scientifica senza scopo di lucro che riunisce gli studiosi e gli esperti di tutti gli ambiti legati al mondo della nutrizione. Si impegna nella ricerca scientifica, nell'aggiornamento professionale, nell'informazione in campo alimentare e nutrizionale, con particolare attenzione alla promozione della sana alimentazione ed educazione alimentare e all'applicazione dei principi della nutrizione nelle diverse fasi della vita e per la prevenzione delle malattie a genesi nutrizionale. È presente sul territorio con 9 Sezioni regionali ed interregionali e comprende diversi Gruppi di Lavoro, tra i quali i Giovani SINU, nato nel 2017 con lo scopo di rispondere alle esigenze di formazione e ricerca dei giovani Soci.

UFFICIO STAMPA **SINU Società Italiana di Nutrizione Umana**
BRANDMAKER
Marinella Proto Pisani cell.3397566685 - Valentina Casertano cell.3391534498
press@brandmaker.it - www.sinu.it