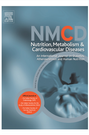
SOCIETÀ ITALIANA DI NUTRIZIONE UMANA



clicca qui per visualizzare il numero di OTTOBRE

Tra gli articoli in uscita nel numero di ottobre di Nutrition, Metabolism & Cardiovascular Diseases segnaliamo i risultati di un'analisi su quasi 6.000 adulti con prediabete, basata sui dati NHANES, che ha rilevato che il consumo regolare di diverse tipologie di caffè è associato a una riduzione della mortalità generale e cardiovascolare. Un trial clinico randomizzato su 70 donne con obesità ha invece dimostrato che l'aggiunta di estratto di foglie d'olivo a una dieta ipocalorica migliora significativamente i livelli di stress ossidativo rispetto alla sola dieta. Dai dati di oltre 3.500 bambini del progetto Generation XXI emerge che un appetito marcato e persistente tra i 7 e i 13 anni è associato, a 13 anni, a un profilo cardiometabolico più sfavorevole (maggiore circonferenza vita, trigliceridi e insulino-resistenza).
Infine, uno studio pilota su adulti over 60 ha confrontato la sola dieta mediterranea con una versione combinata al digiuno intermittente (12 ore al giorno), evidenziando benefici più marcati nel secondo gruppo, ma anche minore adesione nel tempo.

Per visualizzare i contenuti del numero di ottobre cliccare
https://www.nmcd-journal.com/current

Novità della letteratura

Cibo, infiammazione e salute: come gli alimenti modulano il nostro sistema immunitario
Marina Ramal Sanchez

Numerosi studi hanno indagato il legame tra alimentazione e infiammazione cronica, un fattore chiave nello sviluppo di molte malattie. Una recente revisione sistematica ha analizzato l'effetto di alimenti interi sul profilo infiammatorio, evidenziando tendenze favorevoli per frutta, verdura, olio d'oliva e pesce, ma anche una grande variabilità tra gli studi.

leggi

Novità della letteratura

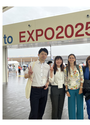
Idrossitirosolo e infiammaging: un legame promettente per contrastare l'invecchiamento cellulare
Vincenzo Migliaccio

L'infiammaging rappresenta uno stato cronico, sistemico e di bassa intensità di infiammazione legato all'invecchiamento, che favorisce lo sviluppo di malattie legate all'età come il diabete, malattie cardiovascolari, neurodegenerative e il cancro. Uno squilibrio tra stimoli infiammatori costanti così come una ridotta attività autofagica (il processo fisiologico che elimina componenti cellulari danneggiate, inclusi gli organelli) rientra tra le diverse possibili cause che portano allo sviluppo di questo fenomeno. In tale contesto, i polifenoli dell'olio extravergine di oliva (EVOO), quale elemento cardine presente nella Dieta Mediterranea, sono considerati molecole promettenti per contrastare i processi infiammatori e deleteri legati all'infiammaging.
In particolare, l'idrossitirosolo (HTyr), presente nell'EVOO, sembra giocare un ruolo chiave nella modulazione del processo infiammatorio e dell'attività autofagica cellulare, interferendo così con i meccanismi che portano all'instaurarsi di una condizione infiammatoria cronica.

leggi

Notizie dalla SINU

Expo Osaka 2025: la SINU tra i protagonisti della sostenibilità alimentare



La Società Italiana di Nutrizione Umana si conferma protagonista all'Expo 2025 di Osaka grazie al progetto "Culinary Harmony: Genova and Kesennuma Journey to Sustainable Food Systems and Vibrant Communities", che unisce Genova e la città giapponese di Kesennuma nella promozione di sistemi alimentari sostenibili e comunità resilienti.
L'iniziativa, selezionata tra oltre 2000 candidature, ha coinvolto università, istituzioni e enti locali italiani e giapponesi, raccogliendo preziosi dati sull'alimentazione sana e sostenibile e creando una rete internazionale per la diffusione delle buone pratiche alimentari.
Cosa accomuna Genova e Kesennuma, città del Nord Est del Giappone tristemente nota per il devastante tsunami del 2011? Apparentemente lontane, queste due realtà hanno trovato un terreno comune nel cibo, inteso come strumento di resilienza, identità e sostenibilità. È proprio da questa visione condivisa che nasce il progetto selezionato dalla commissione Team Expo Osaka 2025 nell'ambito del programma internazionale di co-creazione.
Su oltre 2000 candidature, "Culinary Harmony : Genova and Kesennuma Journey to Sustainable Food Systems and Vibrant Communities" è stata l'unica iniziativa con attività principali in Italia e una delle sette riconosciute a livello globale nel tema "Food". Il progetto è promosso dall'Università di Genova, in collaborazione con Camera di Commercio di Genova, Centro Ligure per la Produttività (CLP), Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU) gruppo di lavoro SINU-Education e con il contributo della città di Kesennuma, e supportato dalla Food and Agriculture Organization (FAO) con l'obiettivo di promuovere sistemi alimentari sostenibili e comunità resilienti.
Lanciato nel 2024, il progetto ha coinvolto esperti italiani e giapponesi in attività legate alla pesca, all'agricoltura, alla ristorazione e all'educazione alimentare, nel rispetto dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile. Genova ha portato la propria esperienza di formazione continua rivolta agli chef del marchio Liguria Gourmet, ambasciatori della dieta mediterranea, mentre Kesennuma ha condiviso il proprio percorso di rinascita e valorizzazione locale post-tsunami, che le è valso il riconoscimento di prima città slow del Giappone nel 2014.
Durante l'Expo 2025, il progetto è stato ospitato nel padiglione "Future Life Village", nella settimana tematica Necessities of Life. Un team di ricerca composto da rappresentanti della Camera di Commercio e dell'Università di Genova ha condotto una raccolta dati attraverso oltre 300 questionari compilati da visitatori provenienti da tutto il mondo. I materiali informativi bilingue e Utilizzo di un timbro artigianale creato in Liguria secondo la tradizione giapponese dell'hanko hanno rafforzato il legame culturale tra le due città.
La partecipazione attiva e l'interesse riscontrato hanno gettato le basi per una futura rete di collaborazione sul tema dell'alimentazione sostenibile, anche grazie al contributo scientifico della SINU, da anni impegnata nella promozione di modelli alimentari sani ed equilibrati.
"Questo progetto rappresenta l'evoluzione di una sinergia consolidata tra Università di Genova, SINU e Camera di Commercio, che ha unito Genova e Kesennuma in una rete dedicata alla sostenibilità alimentare. Grazie a forze congiunte, come il dottorato co-finanziato, abbiamo raggiunto gli obiettivi prefissati, creando un network internazionale e raccogliendo dati utili sulle buone pratiche globali nel settore" ha dichiarato Livia Pisciotta, Direttrice della cattedra di Scienze Dietetiche dell'Università di Genova e tesoriere della SINU.

Notizie dalla SINU

Premio Andrea Ghiselli: un riconoscimento per le migliori tesi di dottorato sull'impatto della nutrizione sulla salute

La Fondazione Istituto Danone ha istituito il Premio Andrea Ghiselli, dedicato alla migliore tesi di dottorato focalizzata sull'impatto della nutrizione sulla salute, con particolare attenzione all'invecchiamento in salute. Il premio è un omaggio ad Andrea Ghiselli, medico internista e figura di riferimento nel campo della nutrizione umana, che ha contribuito in modo significativo allo sviluppo di progetti di ricerca e divulgazione scientifica, tra cui il volume ITEM sulla Transizione Proteica presentato al Congresso Nazionale SINU del 2023.
Il premio, del valore di 2000 euro netti, è destinato a giovani ricercatori che abbiano conseguito il dottorato negli ultimi due cicli accademici e siano iscritti alla Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU). La selezione sarà affidata a una commissione composta da esperti di SINU e della Fondazione Istituto Danone, con assegnazione annuale.
Le candidature per il 2025 possono essere inviate entro il 30 novembre, corredate da curriculum vitae, sintesi della tesi, tesi integrale e documenti di identità. Il vincitore sarà premiato in un evento dedicato previsto per febbraio 2026 e dovrà presentare una sintesi orale della propria ricerca.

Per maggiori informazioni e candidature:
fondazioneistitutodanone@danone.com

Save the date

A Roma la presentazione del nuovo Glossario FeSIN

Si terrà il 12 novembre 2025 a Roma, presso l'Istituto Superiore di Sanità – Dipartimento SANV, il convegno di presentazione del nuovo Glossario FeSIN "Alimentazione e Nutrizione in Parole" – Edizione 2025, promosso dalla Federazione delle Società Italiane di Nutrizione (FeSIN).
L'evento è destinato a tutti coloro che svolgono la loro attività nell'ambito dell'alimentazione e della nutrizione. Il nuovo Glossario che raccoglie termini specialistici nell'ambito dell'alimentazione e della nutrizione con relative definizioni, utili per chiarire concetti tecnici e rendere più comprensibili testi complessi. Nello specifico, il Glossario mira a creare un linguaggio comune nel campo della nutrizione di base, applicata e clinica, facilitando la comunicazione tra esperti che hanno approcci e linguaggi differenti. La nuova edizione del Glossario aggiorna e amplia i termini alla luce dei recenti sviluppi scientifici, ed è stata realizzata con il metodo Delphi modificato per garantire un consenso oggettivo. L'obiettivo resta favorire una comunicazione chiara tra le diverse Società Scientifiche e i professionisti della salute.

SEGUICI ANCHE SUI SOCIAL!

SINU - Società Italiana di Nutrizione
@SINU_italia
@sinu_italia

SOCI COLLETTIVI SINU