



Mazara del Vallo, 13 ottobre 2013

## **Blue Sea Land: integrazione mediterranea passa anche dalla riscoperta della sana alimentazione**

Si è tenuto ieri pomeriggio a Mazara del Vallo presso il Teatro Garibaldi il convegno sull'educazione alimentare organizzato dalla Fildis nazionale, nell'ambito del Blue Sea Land, Expo internazionale che chiuderà i battenti quest'oggi.

Tema dell'incontro "Il pesce azzurro nel Mediterraneo tra gusto, memoria, salute".

A moderare il convegno è stato Stefano Bugamelli, giornalista partner di Mondo del Gusto. Liana Tumbiolo, presidente nazionale della Fildis, aprendo i lavori, ha sottolineato quanto sia importante riscoprire il valore di una sana alimentazione che parta dal consumo consapevole dei prodotti agroalimentari e della pesca legati all'ecosostenibilità ed all'identità dei territori.

L'attenzione del dibattito è stata incentrata sull'importanza del pesce per uno stile di vita dietetico e sano. Il messaggio forte che emerge dai lavori è quello della promozione di un'alimentazione regolare e nutriente messa a serio rischio, al giorno d'oggi da comportamenti insalubri che danneggiano la salute personale e spesso riconducibili al mancato controllo dei prodotti agroalimentari immessi sul mercato, associato ad una scorretta abitudine alimentare, soprattutto nelle giovani generazioni.

Partendo da quanto stimato dall'Organizzazione mondiale della Sanità (Oms), secondo cui quasi un terzo dell'attuale popolazione mondiale, circa 700 milioni di individui, è in sovrappeso, Mariella Misuraca, coordinatrice del Fondo ambiente italiano (Fai), nel suo intervento ha posto come priorità "l'esigenza e la necessità di rivedere e promuovere, all'interno dei programmi ministeriali, i percorsi di educazione alimentare nella scuola dell'infanzia e primaria, integrando momenti di incontro e confronto tra bambini ed adulti, coinvolgendo loro in percorsi psicopedagogici volti a incoraggiare un sano regime alimentare e un salutare stile di vita". A conclusione dell'intervento, la Misuraca ha ripercorso la storia della cottura del pesce, dalla semplicità greca alla panatura normanna, dal "garum" romano fino alla speziatura araba.

"L'importanza di inserire il pesce azzurro tre volte a settimana nell'alimentazione è fondamentale - ha dichiarato la dietista Manuela Spina - per l'alto apporto energetico che rappresenta in termini di ferro e Omega 3 che risulta superiore a quello generalmente indicato nelle tabelle nutrizionali e con un basso contenuto di grassi rispetto a quello fino ad adesso risaputo". "Per mantenere inalterati i principi - ha aggiunto la Spina - la cottura deve essere quanto più breve possibile."

Nell'ambito del tema "Donna e nutrimento" è intervenuta la psicoterapeuta, Margherita Ippolito che ha illustrato come un rapporto genitoriale poco corretto, patologico o mancante, sia alla base di difficoltà nel trovare l'identità propria e personale del bambino.



**COSVAP** Un approccio psicologico quello rappresentato dalla Ippolito che ha fatto emergere come nell'età dell'adolescenza si possa sfociare in disturbi alimentari come anoressia e bulimia.

Intervenendo al convegno sull'educazione alimentare, il presidente del Distretto Pesca di Mazara del Vallo, Giovanni Tumbiolo, ha sottolineato il valore del modello distrettuale come catalizzatore del confronto, a tutto tondo, sui temi non solo economici ma anche legati alla salute ed alla sicurezza alimentare.

Il giornalista di Tg5 Gusto, Gioacchino Bonsignore, ha evidenziato come Blue Sea Land rappresenti un'occasione importante per discutere non solo delle eccellenze e delle tipicità dei territori ma anche come qualità dal punto di vista del consumatore.

L'Ambasciatore della Tunisia in Italia, Naceur Mestiri, che ha partecipato al convegno, ha testimoniato l'attenzione del Governo tunisino sul tema della sicurezza alimentare, sottolineando la necessità di rafforzare il dialogo mediterraneo anche sui temi che direttamente afferiscono alla salute dei popoli.

**Francesco Mezzapelle**

**Responsabile Ufficio Comunicazione del Distretto Produttivo della Pesca**

**Giuseppe Messina**

**Addetto pubbliche relazioni Blue Sea Land**



Mazara del Vallo, 13 ottobre 2013

## **Blue Sea Land: integrazione mediterranea passa anche dalla riscoperta della sana alimentazione**

Si è tenuto ieri pomeriggio a Mazara del Vallo presso il Teatro Garibaldi il convegno sull'educazione alimentare organizzato dalla Fildis nazionale, nell'ambito del Blue Sea Land, Expo internazionale che chiuderà i battenti quest'oggi.

Tema dell'incontro "Il pesce azzurro nel Mediterraneo tra gusto, memoria, salute".

A moderare il convegno è stato Stefano Bugamelli, giornalista partner di Mondo del Gusto. Liana Tumbiolo, presidente nazionale della Fildis, aprendo i lavori, ha sottolineato quanto sia importante riscoprire il valore di una sana alimentazione che parta dal consumo consapevole dei prodotti agroalimentari e della pesca legati all'ecosostenibilità ed all'identità dei territori.

L'attenzione del dibattito è stata incentrata sull'importanza del pesce per uno stile di vita dietetico e sano. Il messaggio forte che emerge dai lavori è quello della promozione di un'alimentazione regolare e nutriente messa a serio rischio, al giorno d'oggi da comportamenti insalubri che danneggiano la salute personale e spesso riconducibili al mancato controllo dei prodotti agroalimentari immessi sul mercato, associato ad una scorretta abitudine alimentare, soprattutto nelle giovani generazioni.

Partendo da quanto stimato dall'Organizzazione mondiale della Sanità (Oms), secondo cui quasi un terzo dell'attuale popolazione mondiale, circa 700 milioni di individui, è in sovrappeso, Mariella Misuraca, coordinatrice del Fondo ambiente italiano (Fai), nel suo intervento ha posto come priorità "l'esigenza e la necessità di rivedere e promuovere, all'interno dei programmi ministeriali, i percorsi di educazione alimentare nella scuola dell'infanzia e primaria, integrando momenti di incontro e confronto tra bambini ed adulti, coinvolgendo loro in percorsi psicopedagogici volti a incoraggiare un sano regime alimentare e un salutare stile di vita". A conclusione dell'intervento, la Misuraca ha ripercorso la storia della cottura del pesce, dalla semplicità greca alla panatura normanna, dal "garum" romano fino alla speziatura araba.

"L'importanza di inserire il pesce azzurro tre volte a settimana nell'alimentazione è fondamentale - ha dichiarato la dietista Manuela Spina - per l'alto apporto energetico che rappresenta in termini di ferro e Omega 3 che risulta superiore a quello generalmente indicato nelle tabelle nutrizionali e con un basso contenuto di grassi rispetto a quello fino ad adesso risaputo". "Per mantenere inalterati i principi - ha aggiunto la Spina - la cottura deve essere quanto più breve possibile."

Nell'ambito del tema "Donna e nutrimento" è intervenuta la psicoterapeuta, Margherita Ippolito che ha illustrato come un rapporto genitoriale poco corretto, patologico o mancante, sia alla base di difficoltà nel trovare l'identità propria e personale del bambino.



**COSVAP** Un approccio psicologico quello rappresentato dalla Ippolito che ha fatto emergere come nell'età dell'adolescenza si possa sfociare in disturbi alimentari come anoressia e bulimia.

Intervenendo al convegno sull'educazione alimentare, il presidente del Distretto Pesca di Mazara del Vallo, Giovanni Tumbiolo, ha sottolineato il valore del modello distrettuale come catalizzatore del confronto, a tutto tondo, sui temi non solo economici ma anche legati alla salute ed alla sicurezza alimentare.

Il giornalista di Tg5 Gusto, Gioacchino Bonsignore, ha evidenziato come Blue Sea Land rappresenti un'occasione importante per discutere non solo delle eccellenze e delle tipicità dei territori ma anche come qualità dal punto di vista del consumatore.

L'Ambasciatore della Tunisia in Italia, Naceur Mestiri, che ha partecipato al convegno, ha testimoniato l'attenzione del Governo tunisino sul tema della sicurezza alimentare, sottolineando la necessità di rafforzare il dialogo mediterraneo anche sui temi che direttamente afferiscono alla salute dei popoli.

**Francesco Mezzapelle**

**Responsabile Ufficio Comunicazione del Distretto Produttivo della Pesca**

**Giuseppe Messina**

**Addetto pubbliche relazioni Blue Sea Land**