

**4<sup>a</sup> EDIZIONE**  
**L'AQUILA** salone della  
**RICOSTRUZIONE**  
restauro innovazione green economy

**L'AQUILA**  
**2 - 5 APRILE 2014**  
via Rodolfo Volpe - n.i. Caselle di Bazzano

Azienda  
Sanitaria  
Locale  
Avezzano, Sulmona,  
L'Aquila

*La  
tua salute...*



**sportube**  **anso** Associazione Nazionale delle Scienze

Secondo Valentini **occorre diffondere la cultura del «diritto dei consumatori** a sapere da dove viene la materia prima. Ci hanno accusato - ha aggiunto rispondendo in merito alla campagna per ciò che entra nel made in Italy e in riferimento al grano per la pasta - di stare rovinando la pasta italiana e noi siamo contenti di aver suscitato questa reazione perché significa che stiamo colpendo nel segno».

La conquista della salute alimentare, ha fatto eco la produttrice Francesca Petrei Castelli dell'Antico pastificio Rosetano Verrigni, è sapere cosa si mangia. «Il grano italiano c'è ed è coltivato bene, è più buono di quello del nord Europa, il problema che poi ai nostri porti arrivano i colossi con tonnellate di grano stivato, che magari presenta anche muffe, e il grano italiano non serve più». Da qui **la necessità di conoscere e mettere a tavola i prodotti del territorio**. La salute a tavola, ha quindi sottolineato la dietista Maria Prezzavento, dell'associazione Isa, «la conquistiamo tutti i giorni. In Abruzzo serve più consapevolezza del nostro territorio».

E sulla quantità di biodiversità presente in Abruzzo si è soffermato l'enogastronomo Leonardo Seghetti. «Un solo dato - ha riferito - in Abruzzo esistono nove milioni di piante di ulivo». **Quindi i consigli per stare bene.**

«Un'alimentazione povera di carboidrati raffinati, grassi e proteine animali - ha affermato il presidente dell'associazione Isa e direttore Crr per la patologia mammaria a Ortona - **ma ricca di pesce**, verdure e legumi associata a soli 30 minuti di cammino a passo veloce, può ridurre in modo significativo l'insorgenza di malattie degenerative e metaboliche».

[Torna alla Home](#)