

**Scienza.** Alla conferenza mondiale "The future of Science" si discute di fame e sicurezza dei cibi. Il fallimento delle campagne di promozione di frutta e verdura. La qualità di vita delle persone passa invece attraverso la disponibilità di alimenti sani

# Antiossidanti naturali nei cibi Ma l'industria non si impegna

DAL 18 al 20 settembre si svolge a Venezia (Fondazione Giorgio Cini, Isola di San Giorgio Maggiore) la decima conferenza mondiale "The future of science", organizzata dalla Fondazione Umberto Veronesi in collaborazione con Fondazione Cini e Fondazione Silvio Tronchetti Provera. Pubblichiamo un estratto dell'intervento della professoressa Cathie Martin, della University of East Anglia.

CATHIE MARTIN\*

**M**OLTI ritengono che l'insicurezza alimentare si verifichi quando le persone non hanno accesso ad un sufficiente apporto calorico. Invece per

test che dimostrino in modo definitivo il beneficio di un certo fitonutriente nel contrastare determinate malattie croniche; manca inoltre l'identificazione o la produzione di cibi ricchi dei suddetti fitonutrienti.

Un team di scienziati europei ha dimostrato che le antocianine, che colorano di rosso e viola la frutta e alcuni ortaggi, riducono il rischio di malattie cardiovascolari, lo sviluppo dei tumori e delle malattie metaboliche. I risultati di

questa ricerca all'avanguardia finanziata dall'Unione Europea sarebbero dovuti essere messi a disposizione del pubblico e stimolare le industrie alimentari a ideare prodotti arricchiti in antocianine per promuovere la salute dei consumatori, specialmente di fronte al rapido aumento dell'obesità in Europa e il conseguente sviluppo di malattie cardiovascolari, diabete di tipo 2 e tumori associati all'obesità, come quelli al seno e alla prostata. Nonostante i risultati del progetto abbiano avuto copertura mediatica, la reazione delle aziende alimentari non è stata quella auspicata. Alcune aziende hanno sfruttato l'elevato contenuto di antocianine nei loro alimenti per promuovere la vendita di prodotti già esi-

### Boom di malattie legate ad una cattiva nutrizione. E aumenta l'offerta di prodotti ricchi in grassi e zuccheri

stenti. Ma non si è assistito alla creazione di nuovi prodotti con antocianine nonostante le ricerche abbiano dimostrato in modo chiaro l'effetto benefico di queste sostanze. Tutto ciò rispecchia l'atteggiamento fondamentalmente conservatore delle aziende alimentari ed è inoltre legato al fatto che gli antociani sono ampiamente disponibili nelle piante, offrendo quindi opportunità limitate a livello di protezione della proprietà intellettuale dei prodotti arricchiti.

È quindi necessario creare un nuovo ambito di ricerca scientifica che metta a confronto i benefici apportati dai diversi fitonutrienti nel contrastare le malattie croniche. Inoltre, è fondamentale comunicare ai consumatori i vantaggi per la salute apportati da questi prodotti e promuoverne la disponibilità, al fine di offrire la possibilità di scegliere cibi più sani e migliorare la qualità della vita delle persone.

\*John Innes Institute, UK



### Quei cibi rosso, viola, blu

Gli antociani sono dei pigmenti vegetali che reagiscono con gli ossidanti presenti nel corpo riducendo i danni che queste molecole provocano a cellule e tessuti

Antociani totali in mg/100g

**FONTI**  
RIELABORAZIONE PHENOL-EXPLORER DATABASE/SE / CRA - DOTT.SSA FABRONI / USDA, DATABASE FOR THE FLAVONOID CONTENT OF SELECTED FOODS

## LE REGOLE PER UNA DIETA SANA

Limitare  
i cibi  
iper calorici  
e le bibite  
con troppo  
zucchero

Ridurre  
il consumo  
di carni rosse

## L'OMS SUGGERISCE



**CINQUE  
PORZIONI**  
di frutta  
e verdura  
al giorno



### In video

Alimentazione e  
malattie anche  
su Rnews  
(ore 13,45  
e 19,45) sia su  
Repubblica.it,  
che su canale 50  
del digitale  
terrestre e 139  
di Sky

