

## Dietisti in piazza per promuovere i cibi sani a km 0

di **Redazione**

17 Ottobre 2019 - 11:42



**Genova.** Esperti di alimentazione tra i banchi di “Campagna Amica” il mercato organizzato da Coldiretti, per educare a una corretta alimentazione, che faccia bene alla salute e al territorio, e favorisca la lotta allo spreco alimentare. È stata questa l’iniziativa del corso di laurea in Dietistica dell’Università di Genova e Dietisti abilitati, che è stata promossa da Andid (Associazione Nazionale Dietisti) e Asand (Associazione Scientifica Nutrizione e Dietetica), in occasione della “Settimana del Dietista ” si svolge tradizionalmente in concomitanza con il World FoodDay.

Tema di quest’anno “Le nostre azioni sono il nostro futuro - Un’alimentazione sana per un mondo Fame Zero” e, per celebrare questa giornata è stato fatto un concorso di idee dedicato alla sensibilizzazione e alla mobilitazione per promuovere stili alimentari sani e sostenibili: dagli interventi educativi su bambini e adulti per favorire una sana e sostenibile alimentazione, al veicolare suggerimenti e strategie pratiche per tornare a utilizzare cibi freschi, poco processati e a km zero e a basso apporto di zuccheri semplici, agli interventi sociali finalizzati a far luce sui principi di una sana alimentazione in un contesto dove troppe informazioni risultano distorte, sfatando errate convinzioni e falsi miti.

A Genova, quindi, la scelta è stata quella di scendere in piazza con le aziende locali di Campagna Amica Liguria per incontrare direttamente i consumatori e fornire indicazioni su stili di vita alimentari sani e sostenibili, suggerimenti e strategie per tornare ad utilizzare cibi freschi, poco processati e a km zero, nonché far luce su errate convinzioni e falsi miti riguardanti il cibo. “Vogliamo cercare di promuovere uno stile di vita sano attraverso l’alimentazione e la nutrizione - spiega Consuelo Borgarelli, del corso di laurea

---

in Dietistica della Scuola di Scienze Mediche, dell'Università degli Studi di Genova - sottolineando l'importanza del km 0 per avere a disposizione prodotti freschi e evitare gli sprechi".