

NUTRIZIONE



Ce la invidiano in tutto il mondo, con innumerevoli (e più o meno di successo) tentativi di imitazione: dagli spaghetti alla bolognese alla caprese.

La dieta mediterranea è sana, non ingrassa, e protegge da malattie cardiovascolari e tumori, tanto che l'Unesco l'ha aggiunta alla lista dei patrimoni immateriali dell'umanità. Purtroppo però, è anche cara, e sembra che sempre meno persone riescano a permettersela. A lanciare l'allarme sono i ricercatori dei Laboratori di Ricerca della Fondazione Giovanni Paolo II dell'Università Cattolica di Campobasso, che in un articolo pubblicato su Bmj Open hanno mostrato come la crisi stia portando sempre più famiglie a preferire cibi più economici ma meno sani, con un conseguente aumento dei problemi legati all'obesità. (...)

L'articolo:

<http://www.galileonet.it/articles/50c08832a5717a7ff4000014>

Sull'argomento:

<http://www.doctor33.it/dieta-mediterranea-meno-seguita-dai-meno-abbienti/clinica/news-43862.html?xrtid=YLPPPCALRXPVVAXCPCVCVRV>

<http://salute24.ilsole24ore.com/articles/15019-dieta-mediterranea-addio-nel-2050>

http://www.ansa.it/salutebenessere/notizie/rubriche/alimentazione/2012/12/21/Salute-Iss-bambini-italiani-sono-pigri-mangiano-male_7989066.html

Gli ultimi sviluppi:

<http://ricerca.repubblica.it/repubblica/archivio/repubblica/2013/11/14/la-dieta-per-il-mondo.html?ref=search>

<http://papillevagabonde.blogspot.it/2014/06/perche-e-meglio-mettere-lolio-di-oliva.html>

Informazione di base:

http://it.wikipedia.org/wiki/Dieta_mediterranea

http://en.wikipedia.org/wiki/Mediterranean_diet

http://fr.wikipedia.org/wiki/R%C3%A9gime_m%C3%A9diterran%C3%A9en

http://es.wikipedia.org/wiki/Dieta_mediterr%C3%A1nea

Passato...prossimo:

http://www.fabiomanzione.it/index.php?option=com_content&view=article&id=4732:politiche-per-promuovere-lalimentazione-sana-in-europa-una-revisione-sulla-loro-efficacia&catid=112:nutrizione&Itemid=104