



COMUNICATO STAMPA

Dieta Mediterranea biologica Per la prima volta uno studio mette insieme gusto, tradizione e salute

19 ottobre 2024

Palazzo Re Enzo, Piazza del Nettuno 1 - Bologna

Bologna, 19 ottobre 2024. Olio d'oliva, pane ai grani antichi, verdure fresche, legumi e pesce azzurro sono i protagonisti della dieta mediterranea, riconosciuta dalla FAO come un modello alimentare che migliora la salute e protegge l'ambiente. Il concetto di "One Health", che collega la salute umana, animale e ambientale, trova ulteriore sostegno nella scelta di alimenti biologici, un metodo di produzione che rispetta l'ambiente e garantisce il benessere di tutti.

Sarà questa il filo rosso del talk **“La dieta mediterranea sceglie il bio”**, alla Festa del BIO di Bologna, a cui partecipano la Prof.ssa Laura Di Renzo, insieme a **Sara Roversi**, Fondatrice del Future Food Institute; **Paolo Venezia**, antropologo, esperto in Diritti Umani e Valutazione ESG e a **Letizia Magnani**, giornalista e scrittrice. L'iniziativa è supportata da **“Being Organic in Eu”**, il progetto promosso da FederBio in collaborazione con Naturland che ha l'obiettivo di valorizzare il biologico europeo.

Un'occasione per anticipare un'importante ricerca scientifica che indaga i benefici di una dieta mediterranea basata su prodotti biologici certificati. La ricerca scientifica condotta **dall'Università Tor Vergata, Sezione di Nutrizione Clinica e Nutrigenomica del Dipartimento di Biomedicina e Prevenzione**, denominato **IMOD (Italian Mediterranean Organic Diet)**, mette a confronto una **dieta mediterranea biologica (MedBio)** con quella **convenzionale (MedD)**, al fine di valutare se il regime alimentare con prodotti biologici promuove un miglioramento del **microbiota intestinale**, ma anche della **composizione corporea** e della **riduzione dello stress ossidativo**. Inoltre, va a misurare la **sicurezza alimentare** con un'analisi che sul livello di **esposizione a sostanze nocive** come pesticidi e metalli pesanti.



Guidato dalla **Prof.ssa Laura Di Renzo**, una delle massime esperte in nutrigenomica, lo studio **IMOD** si distingue nel panorama della ricerca europea per la sua capacità di raccogliere una grande mole di dati attraverso tecnologie avanzate, come il **sequenziamento del DNA** per lo studio del microbiota intestinale e l'analisi di biomarcatori dello stress ossidativo. "Questo studio rappresenta un importante punto di partenza **nella ricerca nutrizionale europea**," afferma la Prof.ssa Di Renzo. "Attraverso una raccolta dati senza precedenti e l'utilizzo di tecniche scientifiche all'avanguardia, stiamo indagando come il consumo di prodotti biologici possa avere un impatto positivo sulla salute umana e sull'ambiente."

Alimenti, dunque, che fanno la differenza non solo per il piacere del palato, ma per il loro impatto positivo sulla salute e sulla sostenibilità ambientale. In quest'ottica, il concetto di "One Health" diventa sempre più rilevante. La salute dell'uomo, infatti, è strettamente connessa a quella degli animali e del Pianeta. In un ciclo virtuoso, un suolo sano nutre animali sani e produce alimenti nutrienti, che arrivano nelle nostre tavole, per uno stile di vita in equilibrio con la natura.

A supportare questo paradigma è **l'agricoltura biologica**, un metodo di produzione che rispetta l'ambiente e promuove il benessere di persone e animali. Il legame tra agricoltura biologica e alimentazione sana sta diventando sempre più evidente, grazie a una maggiore consapevolezza dei consumatori, sempre più attenti a quello che portano in tavola. E la dieta mediterranea Bio è la combinazione per una ricetta perfetta.

FOTOGALLERY delle FESTE DEL BIO

[QUI il programma completo della Festa del BIO.](#)

BEING ORGANIC in EU

Choose the European Organic Leaf for a better world.

Il progetto BEING ORGANIC in EU è una campagna di promozione proposta da FederBio in collaborazione con Naturland cofinanziata dall'Unione Europea ai sensi del regolamento UE n.1144/2014 e prevede un insieme articolato di azioni con l'obiettivo di migliorare la conoscenza, il prestigio e il consumo dei prodotti ortofrutticoli biologici verso i due paesi target: Italia e Germania. "BEING ORGANIC in EU" mira a contribuire ad un sistema agroalimentare sostenibile a sostegno del "Green Deal Europeo" e delle strategie "Farm to Fork" e "Biodiversità 2030" per favorire un sistema alimentare etico, salutare,



resiliente dal punto di vista climatico ed ecologico e a mettere in risalto le caratteristiche virtuose dell'agricoltura biologica europea, sia in termini di qualità del prodotto sia di sostenibilità, dalla produzione primaria fino al consumatore. Per queste ragioni le iniziative messe in campo dal progetto sono del tutto in linea con gli obiettivi dell' "European Green Deal" e le sue strategie e funzionali alla realizzazione del "Piano d'azione europeo per lo sviluppo dell'agricoltura biologica".

Contatti stampa:

Silvia Franco

Silverback · Greening the Communication

e-mail s.franco@silverback.it

telefono +39 348 3913331