

L'importanza dell'alimentazione completa, varia ed equilibrata non è in discussione: una dieta adeguata (associata a uno stile di vita attivo) garantisce alle persone sane tutti i nutrienti di cui l'organismo ha bisogno per restare in salute. Gli integratori, come specifica il Ministero della Salute, servono a ottimizzare gli apporti nutrizionali, fornire sostanze di interesse nutrizionale a effetto protettivo o trofico e migliorare il metabolismo e le funzioni fisiologiche dell'organismo. Ci sono tuttavia condizioni particolari, anche fisiologiche, caratterizzate da un aumento del fabbisogno di nutrienti specifici, nelle quali è riconosciuto il ruolo della supplementazione, fondamentale per raggiungere i livelli di assunzione necessari. Il discorso vale per esempio per l'acido folico (e per i folati), oggetto del Tema pubblicato su questo numero di AP&B, dal cui apporto dipende in molti casi lo stato di salute, con ricadute anche molto significative, per esempio per la madre e la prole, dal concepimento fino al termine del

periodo di allattamento al seno.

È un tema di grande attualità, oggi al centro di un acceso dibattito a livello scientifico, sociale, sanitario, politico, economico, quello che Giuseppe Bertoni, Professore Emerito di Zootecnica Speciale, Dipartimento DIANA, Università Cattolica Sacro Cuore di Piacenza e Presidente di ARNA (Associazione Ricercatori Nutrizione Alimenti), nell'Intervista, affronta rispondendo alle domande di Elena Mattioli: garantire cibo sano in quantità adeguate per tutti gli abitanti del pianeta salvaguardando l'ambiente è una sfida dalla quale nei prossimi anni nessuno potrà sentirsi escluso. Anche in questo campo avrà un ruolo fondamentale la diffusione di una sempre maggiore consapevolezza basata su informazioni scientificamente corrette.

Buona lettura!

Franca Marangoni  
*Direttore Scientifico AP&B*