

Gli ingredienti di salute per cuore e pelle

Franca Marangoni
Direttore Scientifico AP&B

Quali ingredienti di origine vegetale possono contribuire al controllo della colesterolemia? E qual è l'alimentazione migliore per aiutare la pelle a mantenersi integra e sana? Ecco gli argomenti di questo numero di Alimentazione Prevenzione e Benessere.

Il primo tema è approfondito da Arrigo Cicero e Riccardo Urso, dell'Università di Bologna, esaminando gli ingredienti vegetali che possono svolgere un ruolo nella riduzione e nel mantenimento di livelli fisiologici di colesterolo nel sangue. Si tratta di un contributo non marginale alla salute pubblica, che concorre a colmare il gap spesso emergente tra l'approccio nutrizionale e quello farmacologico all'ipercolesterolemia. Alcuni di questi principi hanno tra l'altro ottenuto da EFSA (l'agenzia europea per la sicurezza degli alimenti) un claim salutistico specifico, accompagnato dalla definizione di una posologia e di un dosaggio efficaci.

La relazione tra alimentazione e salute della pelle è invece oggetto dell'intervista a Magda Belmontesi e Maria Gabriella Russo, specialiste

rispettivamente in dermatologia e idrologia. Dalle loro risposte emerge con chiarezza come la dieta varia ed equilibrata, ricca di vegetali freschi, possa contribuire anche all'integrità del più esteso dei nostri organi.

A chiudere questo numero è una Scheda diversa dal consueto. Si tratta infatti della locandina, che presenta il ciclo di sei conferenze organizzate (tra giugno e ottobre) da NFI, insieme con il Dipartimento di Scienze Farmacologiche e Biomolecolari dell'Università di Milano. Gli incontri hanno ricevuto patrocinii di livello: Padiglione Italia EXPO 2015, Ministero della Salute, UNAMSI. Saranno sei occasioni di dibattito tra personalità del mondo accademico, clinico, istituzionale, aziendale su temi che oggi, a nostro parere, non possono essere trascurati parlando di alimentazione e salute: dalla qualità delle materie prime al valore delle tecnologie industriali, dalla garanzia di sicurezza per il consumatore alla sostenibilità, da veicolare grazie a un'informazione rigorosa e puntuale. Gli incontri sono aperti anche al pubblico: vi aspettiamo.

Buona lettura! ■