

Lamon, i fagioli sotto la lente dei medici

Il legume dell'altopiano protagonista a Vicenza al congresso dei nutrizionisti incentrato sulla corretta alimentazione

► LAMON

Il fagiolo di Lamon per prevenire, curare e sostenere l'ambiente. Il legume re dell'altopiano, insomma, fa anche bene alla salute.

Prevenire e curare le malattie attraverso una sana alimentazione e in particolare con le proteine di origine vegetale e i legumi: è su questo tema che si troveranno a discutere specialisti della nutrizione, endocrinologi e internisti in un convegno dal titolo "Proteine vegetali, alimenti e salute. Il ruolo dei legumi" da oggi all'auditorium del complesso universitario di Vicenza. Dove il fagiolo di Lamon sarà protagonista.

Il consorzio di tutela sarà relatore e partner del congresso medico organizzato dall'associazione dietologi italiani, articolato in due giornate, che tratterà, tra le varie sessioni, il tema del ruolo dei legumi nell'alimentazione e nella salute, delle terapie nutrizionali, delle proteine vegetali e dell'obesità. Il convegno triveneto Adi (Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica) e Sio (Società italiana dell'obesità) approfondirà il ruolo dei legumi nel campo della nutrizione umana sia nelle persone sane che in diverse malattie. Saranno in particolare presentate le caratteristiche nutrizionali del fagiolo di Lamon, analizzato sotto il profilo nutrizionale e biochimico.

«La promozione di stili alimentari che favoriscano le proteine di origine vegetale, legumi e cereali rispetto a quelle di provenienza animale, rappresentano un'importante sfida per la salute futura dei bambini», afferma Renato Giaretta, presidente della sezione trive-

neta dell'Adi. «Inoltre, temi come quello della nutrizione della popolazione mondiale e dalla sua sostenibilità ambientale saranno tra i temi trainanti di Expo 2015».

Punto di partenza del congresso è la convinzione che la qualità dell'alimentazione sia un importante elemento di prevenzione e di trattamento di tante malattie croniche e di molte condizioni di rischio. «L'obesità è una malattia che ha assunto dimensioni epidemiche nei paesi occidentali ma anche in Cina e negli altri paesi emergenti e, insieme alle malattie ad essa associate (diabete, ipertensione e malattie cardiovascolari, malattie del fegato, neoplasie), rappresenta una seria minaccia ai costi dei servizi sanitari», dice Claudio Pagano, docente del dipartimento di medicina dell'università di Padova e presidente della sezione triveneta della Società italiana dell'obesità. «Circa un italiano su due ha un peso eccessivo e uno su dieci è obeso. La promozione di stili di vita sani dovrebbe partire dai bambini in età scolare in cui la prevalenza dell'obesità è in forte crescita negli ultimi decenni e fa presagire che nei prossimi anni aumenterà il numero di adulti obesi». Da sempre i legumi hanno rappresentato una fonte nutrizionale di grande importanza. E allora chi meglio del fagiolo di Lamon?

Raffaele Scottini



Fagioli di Lamon

