

# Nutraceutica e biodiversità alimentare: percorsi di salute del nostro secolo

Una corretta nutrizione costituisce uno tra gli elementi fondamentali nella prevenzione di numerose condizioni patologiche. E' scientificamente dimostrato che lo stile di vita e le scelte alimentari incidono nella insorgenza di alcune malattie o nella possibilità di evitarne lo sviluppo e rallentarne l'evoluzione.

A livello globale emerge in tutta la sua complessità, il binomio salute-nutrizione.

Un'alimentazione equilibrata è presupposto di una sana longevità. Eppure in una società sempre più consapevole delle correlazioni esistenti fra alimentazione e salute, ancora oggi tra i fattori maggiormente responsabili di malattie, primeggiano proprio quelli legati al cibo.

Ogni anno nel mondo 36 milioni di persone muoiono per denutrizione e carestie, mentre 3,4 milioni di persone muoiono a causa dell'eccesso di peso. Così obesità, diabete, malattie cardiache e cardiovascolari come l'ipertensione, ictus, osteoporosi e cancro sventano nella classifica delle principali cause di morte.

Non si muore solo di denutrizione, piaga ancora profonda in molte zone del nostro pianeta, ma anche, e qui sta il paradosso dei nostri tempi, di eccesso di nutrizione o di cattiva nutrizione, fenomeni dilaganti nei Paesi più sviluppati.

## NUTRIZIONE E SALUTE

E' indubbio che le nostre abitudini alimentari si sono modificate, non solo per la globalizzazione, che ci svincola dalla stagionalità e rende comuni cibi esotici, ma anche per il cambiamento del nostro stile di vita che ci permette di dedicare tempi sempre più contenuti alla preparazione dei pasti. Un eccesso di cibi processati (preconfezionati e a lunga conservazione), diete troppo ricche di calorie, zuccheri aggiunti, grassi saturi e sodio, carenza di frutta e di verdura unite alla man-

canza o ad una ridotta attività fisica, stanno contribuendo in modo molto incisivo ad una crescita esponenziale delle malattie croniche degenerative e delle morti premature ad esse correlate. In questo contesto giocano un ruolo fondamentale le diverse forme di educazione/counseling nutrizionale purché siano fortemente ancorate alle evidenze scientifiche.

## NUTRIZIONE E RICERCA

Come in tanti altri ambiti delle scienze della vita, la ricerca scientifica sta valorizzando l'approccio personalizzato. Nella nutrizione di precisione gli aspetti culturali-antropologici affiancano quelli biologici. Anche al servizio della nutrizione si fanno largo le nuove scienze omiche, focalizzate nello studio dell'insieme di molecole biologiche: genomica, genomica funzionale, trascrittomica, proteomica, metabolomica. Con un approccio olistico, orientato alla comprensione di principi operanti in forma integrativa nella biologia dei sistemi, le scienze omiche si addentrano nell'analisi minuziosa delle interazioni tra queste molecole e i microrganismi della flora intestinale (microbiomica) o dell'ambiente (infettivoma/infettivomica), nonché nei cibi/nutrienti (nutrioma/nutriomica) e più in generale nell'ambiente (ambientoma/ambientomica) e nei mutamenti derivanti da tali interazioni sul DNA (epigenomica).

## LE SFIDE DEL FUTURO

In questo stimolante progresso della scienza, come sostiene la prof. Laura De Gara, direttore del master in nutrizione applicata dell'Univ. Campus Bio-Medico congiuntamente alle altre università laziali, il cibo continua a rappresentare il fulcro del miglioramento della salute per l'umanità, ma nel contempo è anche elemento di sfida per la salute del pianeta: basti pensare all'emissione dei gas serra, al consumo di



suolo e acqua legati alla sua produzione. Occorre pertanto creare una cultura della consapevolezza della sostenibilità per il nostro attuale sistema agroalimentare. Se le previsioni ci parlano di oltre 9 miliardi di persone da sfamare entro il 2050, la sfida da affrontare non si limita all'esigenza di nutrire una popolazione in netta crescita, ma di riuscire a farlo bene anche in termini di quantità e qualità, evitando l'ulteriore impoverimento delle risorse del nostro Pianeta.

In un futuro che è già presente, la valorizzazione della biodiversità alimentare è dunque volano di una ricerca e di un'innovazione finalizzate al miglioramento degli alimenti secondo piani di sviluppo sempre di più destinati al mantenimento di un buono stato di salute, al benessere e all'invecchiamento attivo della popolazione.



Ordine Nazionale Biologi

## LA NUTRIZIONE NEGLI ANNI DUEMILA

### Il valore dell'interdisciplinarietà nella nutrizione umana

I Congresso Internazionale O.N.B. "Nutrizione verso gli anni duemila", Roma 4 e 5 ottobre, rappresenta un evento innovativo, in quanto rappresenta la convergenza tra lo scenario scientifico attuale della Scienza dell'Alimentazione e quanto di nuovo sta emergendo in questo settore. Molti studi e ricerche si stanno concentrando su questi nuovi approcci e concezioni in materia di nutrizione umana, e nei prossimi anni si potrebbe generare quella auspicata sintesi tra le diverse discipline interessate, a garanzia delle nuove sfide che siamo chiamati a sostenere. Pertanto la nutrizione nel futuro sarà sempre più una parte determinante sia per la prevenzione che per il supporto alle moderne terapie sempre più personalizzate.

Si rende quindi necessario l'approccio interdisciplinare tra cultura ambientale, genetica sotto i diversi ambiti, biochimica, sino alla microbiologia con particolare riguardo al microbiota punto di contatto tra mondo esterno ed organismo umano. Perciò si parlerà di nutraceutica, nutrigenomica

e delle scienze omiche (proteomica). Il Congresso porrà l'attenzione sugli scenari futuri della nutrizione avvalendosi delle attuali evidenze based e di come utilizzare nuovi strumenti scientifici per una lettura più moderna ed efficace. La presenza di relatori nazionali e internazionali consentirà di conseguire l'obiettivo di fare il punto sui temi della nutrizione umana.

Il congresso è articolato in tre macro sessioni: una dedicata alle varie diete tra le più utilizzate al momento, una seconda dedicata alle novità in campo nutrizionale e per concludere una sessione dedicata a due progetti che apriranno nuovi scenari.

Una opportunità per approfondire, pertanto, le conoscenze per ciò che concerne la dieta genetica basata sul DNA, quella chetogenica, la dieta della longevità, la dieta a zona e per concludere la dieta mediterranea. Sono previste numerose altre relazioni di alta specializzazione e innovazione, tra le quali: l'alimentazione intesa come prevenzione nelle patologie degenerative, gli antiossidanti, la biodiversità alimentare, la nutraceutica.

Modalità di Iscrizione

E' possibile effettuare l'iscrizione on line attraverso

il sito [www.onb.it](http://www.onb.it)

ROMA

Hotel Sheraton Parco de' Medici  
04/05 ottobre 2019

Sarà possibile seguire il congresso anche a distanza attraverso il **live streaming**