

# Italia a Tavola

Quotidiano di enogastronomia, turismo, ristorazione e ospitalità  
Martedì 13 Ottobre 2015 | aggiornato alle 18:05 | 39990 articoli in archivio

---

## Salute, per il 58% degli italiani le malattie derivano da un'alimentazione sbagliata

Se il 60% degli italiani considera un autentico piacere mangiare, il 48% dichiara di informarsi sulle proprietà dei cibi e sul rapporto tra alimentazione e benessere, con un buon 35% attento a seguire un regime corretto

Gli italiani sono sempre più attenti alla salute e sempre più consapevoli che il benessere passa dalla tavola. Secondo una ricerca Nielsen condotta su panel consumer del 2014-2015, il 58% si dichiara addirittura convinto che gran parte delle malattie siano dovute a un'alimentazione sbagliata.



È uno dei dati emersi dalla due giorni Il Benessere Biologico, kermesse dedicata all'ecobio organizzata da Morino Studio il 3 e 4 ottobre alla Fondazione Catella di Milano con la partecipazione di Fondazione Veronesi e che ha visto espositori, laboratori e focus a tema. Se il 60% degli italiani considera un autentico piacere mangiare, il 48% dichiara di informarsi sulle proprietà dei cibi e sul rapporto tra alimentazione e benessere, con un buon 35% attento a seguire un regime corretto.

Di alimentazione bio in particolare si è discusso in un workshop dedicato con Evelina Flachi, presidente di Food Education Italy, Dino Poggio, ceo di Kigroup e Davide Spoldi, nutrizionista e lo chef Antonio Scaccio. Il bio, assicurano gli esperti, è sempre più alla portata di tutte le tasche.

«Bisogna sfatare questo mito - spiega Dino Poggio - che solo pochi possano permettersi di mangiare sano. Pensiamo alle uova biologiche che oggi si trovano anche nella grande distribuzione e che costano solo pochi centesimi in più di quelle non biologiche. Su scala mondiale e in prospettiva, dati alla mano, l'agricoltura biologica può davvero contribuire a salvare il pianeta come dimostrano ricerche recenti, non ultima quella presentata in Expo "Organic can feed the Planet».