

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DEL MOLISE – DIPARTIMENTO DI SCIENZE PER LA SALUTE (S.PE.S.)

Nell'ambito del progetto SAFE BIO l'Unità Operativa dell'Università degli studi del Molise – Dipartimento di scienze per la salute (S.pe.S.) svolge due linee di ricerca:

- linea di ricerca A: “Gli stili alimentari alternativi”
- linea di ricerca B: “L’impatto nutrizionale delle diete alternative”

Di seguito si fornisce una nota sintetica delle attività progettuali previste nell'ambito della linea di ricerca B.

LINEA DI RICERCA B: “L’impatto nutrizionale delle diete alternative”

OBIETTIVI

L'alimentazione, quale tratto dello stile di vita, rappresenta oggi più che mai, sia sul piano quantitativo che su quello qualitativo, uno dei più importanti determinanti della salute. Le attuali conoscenze scientifiche evidenziano la correlazione tra alimentazione non corretta ed errori dietetici con l'insorgenza di numerose patologie tra cui in particolare alcuni tumori, le malattie ischemiche cardio e cerebrovascolari, il diabete mellito di tipo 2, l'artrosi, l'osteoporosi, la litiasi biliare, lo sviluppo di carie dentarie, il gozzo da carenza iodica e l'anemia sideropenica da carenza di ferro.

Lo scegliere un regime dietetico che si basi su alimenti ottenuti con metodi di produzione biologico rispetto a metodi convenzionali potrebbe essere indicativo di soggetti più attenti e più consapevoli verso una alimentazione più sana ed equilibrata. Obiettivo della linea di ricerca è porre a confronto i consumatori biologici e convenzionali rispetto alla sensibilità nell'effettuare scelte alimentari salutistiche, in particolare verificando se la razione alimentare assunta giornalmente risulti adeguata e se la composizione della dieta alimentare rispettivamente seguita sia bilanciata rispetto ai Livelli di Assunzione Raccomandati di Nutrienti definiti dalla Società Italiana di Nutrizione Umana per la popolazione italiana.

In particolare, ci si propone di condurre le seguenti attività:

- Analisi dell'adeguatezza nutrizionale degli stili alimentari biologici

La sensibilità alla qualità nutrizionale dei cibi avvertita dai consumatori “bio” è l'ipotesi che sarà soggetta a verifica in questa analisi. Una maggiore predisposizione dei consumatori bio ad essere più attenti nella scelta di alimenti più corretti dal punto di vista nutrizionale (ad es. più frutta e verdura, meno zuccheri semplici e grassi saturi), così come nella composizione della loro dieta alimentare e nel dosaggio dell'apporto di nutrienti, porterebbe il consumatore “bio” ad avere una dieta più bilanciata sia in termini qualitativi sia in termini quantitativi.

- Analisi del comportamento del consumatore tra biologico e salute.

L'analisi si propone di verificare l'ipotesi che i consumatori che scelgono alimenti prodotti secondo tecniche non convenzionali adottino dei comportamenti alimentari più attenti alla salute, valutando, nel confronto con i consumatori convenzionali, l'esposizione al rischio di alcune patologie derivanti da scorretti comportamenti alimentari.

PIANO DI ATTIVITÀ

1. Attività propedeutiche, così articolate:

1.1 Predisposizione del diario alimentare e manuale di compilazione

Preparazione del diario alimentare, corredato di un opuscolo di istruzioni per aiutare gli intervistati a descrivere tipo e quantità dei cibi assunti.

1.2 Istruzione della rete dei rilevatori e del campione di famiglie

In questa fase chi compilerà il diario sarà istruito sulle modalità di compilazione e su come quantificare correttamente gli alimenti assunti e registrare le ricette. I diari alimentari saranno compilati singolarmente da ogni componente della famiglia durante i 3 giorni d'indagine previsti per ciascuna stagione. Il rilevatore istruirà tutti i componenti del nucleo familiare che parteciperanno allo studio, attraverso un apposito protocollo per la registrazione degli alimenti e delle porzioni consumate, in particolare in relazione alle caratteristiche dei diversi alimenti.

2. Indagine diretta e rilevazione dei dati

2.1 Somministrazione del diario alimentare. Nel secondo anno di attività a tutti i soggetti dei due gruppi partecipanti allo studio, con il supporto della rete dei rilevatori, sarà chiesto di compilare un diario alimentare (corredato dal manuale di compilazione) dove verranno indicati il nome degli alimenti assunti (specificando se “biologico” o “convenzionale”) con le relative porzioni. Chi compila il diario è stato già preventivamente istruito sulle modalità di compilazione e su come quantificare correttamente gli alimenti assunti e registrare le ricette.

2.2 Raccolta dati.

I dati inseriti nello specifico software andranno a confluire all’unità di ricerca che, dopo aver effettuato una validazione degli stessi per controllare che la registrazione sia stata effettuata correttamente, procederà nel trattamento dei dati.

3. Trattamento dei dati

In questa fase la dieta rilevata per mezzo del diario alimentare viene scomposta in nutrienti mediante uno specifico software di valutazione dietetica.

4. Risultati dell’indagine e valutazione nutrizionale delle due diete

I dati sui nutrienti assunti, ottenuti dalla valutazione dietetica, saranno sottoposti ad analisi statistica di tipo multivariata per la tipologia di consumo e per l’adeguatezza nutrizionale. L’analisi dell’adeguatezza nutrizionale di stili alimentari basati sul consumo significativo di alimenti biologici rispetto a stili alimentari basati sul consumo prevalente di cibi tradizionali sarà effettuata attraverso la valutazione delle diete nei due gruppi, partendo dal presupposto largamente riconosciuto dalla comunità scientifica e condiviso anche dall’Istituto Nazionale Ricerca Alimenti e Nutrizione, che non si riscontrano sostanziali differenze nella composizione in nutrienti degli alimenti biologici rispetto a quelli tradizionali.

5. Analisi delle diete a confronto con i LARN

Per la valutazione dell’adeguatezza nutrizionale i dati ottenuti dall’analisi delle diete, dei due gruppi, saranno messi a confronto con quelli riportati nei LARN (Livelli di assunzione raccomandati di nutrienti per la popolazione italiana).

GRUPPO DI LAVORO

ORIANI Giovannangelo

BRACALE Renata

DI CESARE Cinzia

SALVATORI Giancarlo