



COMUNICATO STAMPA

Dal 18 al 22 maggio in Calabria si parlerà di dieta mediterranea e corretti stili di vita
FESTIVAL DEI 5 COLORI: ALIMENTAZIONE E PREVENZIONE

I GRANDI NOMI DELLA MEDICINA ITALIANA RIUNITI A TROPEA

Il prof. Cognetti: “Bastano piccoli accorgimenti quotidiani per prevenire molte malattie”

Il prof. Cinieri: “In Italia si registrano quasi 380mila nuove diagnosi di cancro ogni anno. È fondamentale intervenire sulla prevenzione primaria, un grande strumento gratuito per tutti”

Il prof. Caradonna: “Oggi si può ottenere un’importante azione antiaging grazie al monitoraggio delle cellule staminali, il motore rigenerativo del nostro corpo, che molto risentono di come mangiamo”

Il prof. Novellino: “Per godere di buona salute può essere utile anche assumere nutraceutici,”

Tropea, 11 maggio 2022 – **Francesco Cognetti, Saverio Cinieri, Eugenio Caradonna, Ciro Indolfi, Ettore Novellino, Adriana Bonifacino, Andrea Ghiselli e Pasquale Strazzullo**: ecco alcuni dei professori e clinici che prenderanno parte alla prima edizione del **Festival dei 5 colori**, la kermesse che si terrà nell'affascinante città di **Tropea**, in Calabria, **dal 18 al 22 maggio**, per parlare di salute e sana alimentazione. Le ultime ricerche mostrano che, a causa della pandemia, sono quasi 23 milioni gli italiani aumentati di peso, che rischiano disturbi cardiovascolari e metabolici, tumori e diabete. Il problema riguarda in modo preoccupante i più piccoli: l'Italia è uno dei paesi europei con il più alto tasso di obesità infantile. L'ultimo report di 'OKkio alla Salute' del Ministero della Salute mostra che, su un campione di 50mila bambini di terza elementare, il 20% è in sovrappeso e il 9% è obeso. Inoltre, un terzo dei piccoli nella fascia d'età 6-9 anni è obeso o in sovrappeso, per un totale di circa 100mila, con una prevalenza dei maschi (21%) sulle femmine (14%). Per sensibilizzare all'importanza dei corretti stili di vita sia per gli adulti che per i bimbi, durante la cinque giorni si svolgeranno numerose tavole rotonde che vedranno protagonisti gli opinion leader più influenti del settore medico. Il tema di questa edizione del Festival è 'prevenzione': per questo ci si concentrerà su quanto mangiare bene possa essere d'aiuto nel mantenimento del benessere e nel tenere alla larga numerosi disturbi. Sarà un evento unico nel suo genere, in grado di coniugare gli interventi più importanti con il divertimento: non mancheranno, infatti, personaggi di spicco del mondo dello spettacolo e dello sport, tornei di beach volley, passeggiate alla scoperta delle bellezze della città, musica e premiazioni alle personalità che si sono maggiormente distinte nel loro settore. Gli incontri saranno trasmessi in diretta streaming sul sito festivaldei5colori.it e sugli account Facebook e Instagram, per poter essere seguiti da ogni parte d'Italia. Tra i presenti, **Nino Frassica, Luca Ward e Simone Perrotta**. L'idea della kermesse è dell'Associazione Pancrazio, formata da giovani studenti di medicina, farmacia e biologia per dare vita a iniziative nel campo della salute e del benessere.

“In Italia si registrano quasi 380mila nuove diagnosi di cancro ogni anno – sottolinea **Saverio Cinieri**, Presidente AIOM –. Oggi le prospettive di cura sono migliori rispetto al passato, le nuove terapie permettono non solo la guarigione di molte neoplasie ma anche la loro cronicizzazione. Resta però fondamentale intervenire sulla prevenzione primaria, un grande strumento gratuito a disposizione di tutti. Gli stili di vita, infatti, incidono in modo significativo su gran parte dei tumori

“Seguire abitudini sane significa rinunciare al fumo, mangiare bene e fare movimento – dichiara **Francesco Cognetti**, presidente Associazione Insieme Contro il Cancro –. Lo sport, in particolare, è un grande alleato per favorire il mantenimento della salute: riduce il rischio di diabete, migliora la pressione e il tasso di colesterolo, rallenta l’invecchiamento e diminuisce addirittura del 50% le possibilità di sviluppare un tumore. Ha anche effetti positivi su ansia e stress. Bastano piccoli accorgimenti quotidiani per prevenire molte malattie.”

“Sono numerosi gli alimenti che possono contribuire a migliorare la salute e prevenire le malattie – afferma **Eugenio Caradonna**, presidente SIMCRI –. Oggi si può ottenere un’importante azione antiaging grazie al monitoraggio delle cellule staminali, il motore rigenerativo del nostro organismo, che molto risentono di come mangiamo. Più staminali significa più benessere, che può essere raggiunto anche grazie all’utilizzo di prodotti tipici calabresi, come il bergamotto e il credo liscio.”

“Per godere di buona salute può essere utile anche assumere nutraceutici - aggiunge **Ettore Novellino**, ordinario di Chimica Farmaceutica e Tossicologia all’Università Cattolica di Roma -. Si tratta di alimenti selezionati da prodotti naturali nei nostri territori, in grado di garantire l’equilibrio dell’organismo. Agiscono sulla ‘biology resolution’, la sua capacità di risolvere piccoli problemi di salute senza farmaci. Sono un valido aiuto nella riduzione di malattie come ipertensione e ipercolesterolemia e per ritardare l’invecchiamento.”

“Una corretta alimentazione può contribuire a prevenire numerose tipologie di cancro – sottolinea **Adriana Bonifacino**, presidente IncontraDonna Onlus –, compreso quello al seno. Oggi, in Italia, sono più di 834mila le donne che hanno ricevuto questa diagnosi. È una neoplasia per cui è fondamentale la prevenzione secondaria, cioè gli screening, mentre si dà ancora troppa poca importanza alla primaria. Seguire la dieta mediterranea, ricca di legumi, cereali e vegetali, permette però di diminuire il rischio di sindrome metabolica, spesso causa di cancro della mammella.”

“Il Festival sarà una grande occasione di incontro, discussione e divulgazione – conclude **Giuseppe Morino**, pediatra dell’Ospedale pediatrico Bambino Gesù e coordinatore scientifico del Festival –. Alcuni dei più importanti opinion leader del mondo medico si incontreranno a Tropea per condividere le loro conoscenze. La Calabria è una delle regioni italiane con il più alto tasso di obesità infantile, ed è quindi il luogo più adatto per la prima edizione di questa cinque giorni. Incontreremo le persone, spiegheremo quali benefici può dare loro la dieta mediterranea, ma non solo: li inviteremo anche a fare movimento, camminare per Tropea e giocare a beach volley”.

Ufficio stampa

Intermedia

intermedia@intermedianews.it

3406466798 – 335265394