



NUTRITION FOUNDATION  
OF ITALY

*Profilo nutrizionale favorevole ed effetti neutri o protettivi nei confronti di alcune delle patologie più diffuse.*

*NFI: “Un adeguato consumo di carne bianca migliorerebbe la qualità complessiva della dieta della popolazione italiana”*

13 maggio 2015 – Apporto di proteine “nobili” di elevato valore biologico, specifiche vitamine tra cui quelle del gruppo B, minerali tra cui il ferro, ridotta quantità di grassi totali con prevalenza di mono e polinsaturi. Sono alcune delle caratteristiche che rendono le carni avicole un perfetto alleato per la salute e il benessere fisico ad ogni età, il cui consumo, in un'alimentazione varia ed equilibrata, si associa ad effetti neutri o favorevoli sul rischio delle principali patologie degenerative: come le malattie cardiovascolari, alcuni tipi di tumori e il diabete.

In Italia i consumi delle carni avicole rappresentano circa il 25% del consumo totale di carne e sono molto al di sotto della media europea; il consumo di pollo, escludendo gli altri volatili, è pari a 13,6Kg l'anno pro-capite, contro i 17,8 Kg medi in Ue (dati Unaitalia e AVEC 2014). Un maggiore ricorso alle carni avicole, nell'ambito di un consumo adeguato di alimenti su base proteica, consentirebbe un miglioramento della qualità complessiva della dieta nella popolazione italiana.

Sono le conclusioni del primo *Documento di Consenso sul ruolo delle carni avicole* di Nutrition Foundation of Italy (NFI), coordinato da Andrea Poli e Franca Marangoni con il supporto di esperti nazionali con articolate competenze specialistiche.

Per la prima volta in Italia un Documento di consenso che riassume i dati più solidi descritti in letteratura in tema di consumi di pollame, salute e benessere. Il documento è stato realizzato anche grazie al contributo di Unaitalia (Unione Filiere Agroalimentari Carni e Uova).

Alla elaborazione del documento hanno collaborato alcuni dei principali rappresentanti della comunità clinica e nutrizionale italiana, tra cui Giovanni Corsello, (presidente Società Italiana di Pediatria – SIP), Claudio Cricelli (presidente Società Italiana di Medicina Generale e delle cure Primarie – SIMG), Nicola Ferrara (presidente Società Italiana di Gerontologia e Geriatria – SIGG), Andrea Ghiselli (Dirigente di Ricerca del CRA-NUT), Lucio Lucchin (direttore dell'Unità operativa complessa di dietetica e nutrizione clinica del comprensorio sanitario di Bolzano, già presidente dell'Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica Italiana – ADI).

Di seguito il “Documento di Consenso sul ruolo delle carni avicole in un'alimentazione equilibrata finalizzata al mantenimento di salute e benessere”:

[Dossier\\_CONSENSUS](#)

*fonte: ufficio stampa*