



A Expo 2015 gli esperti ADI illustrano le regole utili su come gestire gli sprechi domestici. Tra le proposte anche il Foodsharing

***4 agosto 2015 – Spazio Donna
Ministero della Salute, Padiglione Italia EXPO 2015***



Milano, 30 luglio 2015 – Ogni anno in Italia si sprecano circa 27 chili di cibo a persona, pari a 454 euro all'anno per famiglia (rapporto Waste Watcher 2013). Un dato preoccupante, elaborato dall'Osservatorio Nazionale sullo spreco domestico di cui ADI – Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica parlerà a Expo 2015 il 4 agosto, proponendo 10 consigli utili su come evitarlo.

A livello domestico in Italia si sprecano mediamente il 17% dei prodotti ortofrutticoli acquistati, il 15% di pesce, il 28% di pasta e pane, il 29% di uova, il 30% di carne e il 32% di latticini.



Dott.ssa Barbara Paolini - Vicesegretario nazionale

ADI e medico nutrizionista dell'AOU Senese

“Secondo la FAO nel 2050 la popolazione crescerà fino a 9 miliardi e sarà necessario aumentare la produzione agricola almeno del 60% - dichiara Barbara Paolini, vicesegretario nazionale ADI e medico nutrizionista dell'AOU Senese che interverrà all'interno dello “Spazio Donna”, promosso dal Ministero della Salute nel Padiglione Italia – ma la metà del cibo che viene prodotto attualmente nel mondo finisce nella spazzatura, benché sia in gran parte commestibile. Dobbiamo quindi pensare prima a eliminare gli sprechi e poi aumentare la produzione, per farlo si potrebbe iniziare da 10 regole fondamentali che tutti quanti possiamo seguire.

Questi i consigli di ADI per ridurre lo spreco domestico:

1. fai una lista delle cose da acquistare, in base alle reali esigenze;
2. segui la stagionalità e l'origine del prodotto, cercando di preferire prodotti locali a filiera corta, soprattutto per frutta e verdura;
3. riponi la spesa in modo corretto e nel ripiano adeguato del frigo;
4. congela i prodotti per prolungarne la durata nel tempo e mantenerne la freschezza;
5. mantieni pulita la dispensa e usa contenitori rigidi per la conservazione di alimenti come pasta e farina;
6. leggi le etichette nutrizionali e in particolar modo attenzione alle scadenze e al loro significato reale;

7. fai sempre attenzione alle quantità del cibo quando si cucina;
8. esegui una buona manutenzione di frigo e fornelli;
9. riutilizza gli alimenti avanzati e gli scarti alimentari con nuove ricette;
10. pratica il foodsharing, se il cibo è troppo e non si può congelare o riciclare, condividilo con amici e vicini di casa.

fonte: ufficio stampa (foto: AOU Senese)