



Milano, 23 ottobre 2015 – Le donne, ancor più se donatrici, sono più attente alla corretta alimentazione e agli stili di vita sani. È quanto emerge dalla ricerca “AVIS per EXPO: Nutriamo la vita!”, i cui risultati finali verranno illustrati domani mattina all’ Auditorium Testori a Milano in un convegno che avrà inizio alle 10.00 e sarà seguito, alle 12.00, da uno showcooking con Benedetta Parodi in piazza Città di Lombardia.

Oltre 16.000 i questionari raccolti da febbraio a settembre 2015 con l’obiettivo di indagare sulle abitudini alimentari e sul grado di conoscenza dei cittadini su tematiche legate alla nutrizione.

Promotori della ricerca AVIS Nazionale e AVIS Regionale Lombardia, insieme ad AVIS Provinciale di Milano, AVIS Comunale di Milano, FIODS (Federazione Internazionale delle Organizzazioni di Donatori di Sangue) International Youth Committee, con la collaborazione del Parco Tecnologico Padano e Cascina Triulza, con il patrocinio di Expo 2015, Regione Lombardia, Comune di Milano, Rai Yo Yo.

“I donatori, uomini e donne di tutte le fasce d’età, hanno dimostrato di conoscere meglio le giuste abitudini alimentari e anche di mantenere nella quotidianità scelte a favore del benessere fisico – fanno sapere Andrea Poli e Franca Marangoni, direttore e ricercatrice di Nutrition Foundation of Italy, istituto che ha condotto lo studio. Le donatrici prestano maggiore attenzione all’apporto calorico, con la tendenza a evitare i cibi eccessivamente energetici (39% rispetto al 32% dei donatori maschi e al 36% delle non donatrici). Inoltre, dichiarano di avere un occhio di riguardo per il sale aggiunto ai cibi, cercando di utilizzare al suo posto le spezie (23% vs 12% degli uomini, donatori e non donatori) e affermano di consumare regolarmente frutta e verdura (52% rispetto al 48% degli uomini e al 40% dei non donatori di entrambi i sessi). I risultati sono positivi anche per la propensione a praticare attività fisica: i donatori hanno, infatti, affermato di camminare, correre e/o andare in bicicletta più regolarmente”.

“Donare significa essere testimoni di salute – ha commentato questa mattina il Presidente di AVIS Nazionale, Vincenzo Saturni, nel corso di una conferenza stampa con il Presidente di Regione Lombardia, Roberto Maroni – La nostra ricerca ha dimostrato che chi compie questo gesto di grande generosità conosce meglio le proprietà nutrizionali degli alimenti e conseguentemente adotta una dieta più equilibrata e attenta. A questo si aggiunge l’esercizio fisico, che purtroppo vede il nostro Paese tra i meno “attivi” d’Europa. Secondo uno studio condotto da Eurobarometer, infatti, l’Italia si colloca al quarto posto per sedentarietà nell’Unione Europea. Un triste primato che ci pone di fronte alla necessità di studiare nuove strategie d’intervento, in primis attraverso campagne informative sui rischi per la nostra salute. In tal senso, i risultati di questa ricerca rappresentano un patrimonio che AVIS e Nutrition Foundation of Italy vogliono mettere a disposizione di tutta la comunità scientifica e delle istituzioni per favorire l’individuazione di nuove politiche di prevenzione, pianificazione ed educazione”.

Fa eco a queste dichiarazioni anche il Presidente di AVIS Regionale Lombardia, Domenico Giupponi: “L’esito di tutto il progetto “AVIS per EXPO” restituisce ai cittadini, donatori e non, una fotografia attenta e dettagliata dei loro comportamenti ed è prova che la promozione della donazione di sangue come atto volontario e responsabile produce benefici che vanno al di là dell’ambito delle trasfusioni, coinvolgendo la difesa della salute come un’attitudine individuale e collettiva. È stata, inoltre, una grande opportunità per far conoscere all’esterno l’impegno della nostra Associazione non solo nella sensibilizzazione alla solidarietà, ma anche nella diffusione di buone prassi che si esprimono nel mangiare sano, vivere in forma e in modo attivo”.

*fonte: ufficio stampa*