



OLIO D'OLIVA UN ALIMENTO DAVVERO EXTRA

Un prodotto altamente salutare. Combatte il declino cognitivo negli anziani e le malattie croniche. La Lega anti-tumori l'ha scelta a simbolo della prevenzione nella "settimana" a tale scopo dedicata. Convegno Unaprol, vendite speciali.

L'arditezza del comunicatore: al convegno romano promosso a metà marzo da Unaprol, Ministero e Lilt (Lega italiana per la lotta contro i tumori), **Emanuela Falcetti** – peraltro bravissima a legare i fili diversi del discorso (attorno al tema: “Salute e promozione del consumo consapevole dell’olio extravergine di oliva”) – detta le sue “istruzioni per l’uso”. «La parola “grasso” non ci aiuta, ha un retrogusto negativo. Anche per spiegare la sua azione sul colesterolo, dobbiamo distinguere tra il colesterolo buono (*Hdl, che l’olio innalza*) e quello totale (*che riduce*)». Figurarsi specificare la

salubrità degli acidi grassi monoinsaturi. La giornalista lancia un “concorso di idee” per un nome sostitutivo. Ma il nome è un destino? A giudicare dal successo che l’extravergine d’oliva sta riscuotendo, tra i dietologi e i consumatori avveduti (*in alcuni stati degli Usa è già irrinunciabile*), parrebbe di no.

Invecchiare meglio

L’extravergine come elisir di lunga vita è magnificato dal prof. **Antonio Capurso** dell’Università di Bari, dopo che **Ranieri della Torre**, direttore di Unaprol, ha ricordato il

“collarino” concessa all’imbottigliato, per meriti salutistici, dalla Fda americana. Capurso divulga i risultati di un’indagine quasi decennale condotta su 704 ultrasessantacinquenni pugliesi. Quindici grammi al giorno di acidi grassi monoinsaturi (per essi, l’extravergine rappresentava l’85% del consumo) si traducono in una riduzione di mortalità del 20%. Magari, olio in buoni piatti: come le “pennette mediterranee” proposte da **Pietro Antonio Migliaccio**, il nutrizionista di Maurizio Costanzo e di tanti altri clienti più “ligi alla linea”. Un piatto unico di 400 kcal: 70 gr. di pasta, 50 di pesce spada o azzurro, un cucchiaino di extravergine, 4 pomodorini Pachino, uno spicchio d’aglio, mezzo bicchiere di vino bianco, una piccola zucchina, prezzemolo, sale e pepe (il pesce a dadini va aggiunto con il vino a metà cottura degli ortaggi). Dati e tabelle ricchi di curiosità sono presentati

da Mercedes Fernandez, nutrizionista del Coi (Consiglio oleicolo internazionale). Il presidente di Unaprol, **Nicola Ruggiero**, ha buon gioco a concludere che «i consumi vanno agevolati attraverso nuove e più incisive campagne di informazione». C’è un conforto a forte impatto emotivo. «La decisione della Lilt di scegliere l’olio extra vergine di oliva come prodotto simbolo per la prevenzione e la lotta contro i tumori è una conferma delle sue proprietà salutistiche».

Allo stand di Piazza Duomo

A Milano, l’associazione tra olio extravergine e salute, in combinazione con la Lega per la lotta contro i tumori e a beneficio della sua attività, è stata più spettacolare: con i popolari Aldo, Giovanni e Giacomo “speciali venditori” (offerte per bottiglia, da 10 euro in su).