Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 1438 del 11/06/2018

Si è svolto oggi presso l'aula magna FEM l'incontro del progetto EFH rivolto al mondo produttivo

Dieta mediterranea alpina: ecco gli ingredienti. Al via lo studio clinico in Euregio con la somministrazione a 249 pazienti obesi

E' stato presentato, oggi, a San Michele al mondo produttivo dell' Euregio il progetto Ambiente Alimenti e Salute (EFH- Environment, Food and Health), progetto che punta a promuovere l'invecchiamento in salute e la lotta all'obesità della popolazione dei tre territori dell'Euroregione con un approccio multidisciplinare basato sulla qualità nutrizionale del cibo e la sostenibilità. Focus, in particolare, sugli ingredienti principali della Dieta mediterranea alpina ipocalorica che sarà testata nello studio clinico del progetto EFH.
Il progetto è coordinato da FEM e coinvolge nove centri di ricerca in ambito Euregio con le Provincie di Trento, Bolzano e Innsbruck e la collaborazione del GECT Euregio Tirolo-Alto Adige-Trentino. Con il coinvolgimento delle aziende sanitarie di Trento e Bolzano saranno somministrati per sei mesi tre tipi di dieta a 249 soggetti obesi suddivisi in tre gruppi di età compresa tra 18 e 65 anni, tra cui appunto una dieta "mediterranea alpina" cioè una dieta che segue i principi della dieta mediterranea, coniugandola tuttavia con prodotti tipici della filiera agro-alimentare alpina.
L'obiettivo finale è valutare e comprendere i risultati ottenibili con i tre diversi approcci clinici alla gestione dell'obesità.

All'incontro di oggi, moderato da **Valentina Piffer** del GECT Euregio,sono intervenuti il presidente FEM, **Andrea Segrè**, il professore del Centro Agricoltura Alimenti ambiente, **Fulvio Mattivi**, il dirigente del Servizio dietetica e nutrizione clinica dell'Apss di Trento, **Carlo Pedrolli**, il direttore del Centro Laimburg, **Micheal Oberhuber**, e il professore **Werner Zwerschke** dell'Università di Innsbruck. Con un videomessaggio il presidente della Provincia autonoma di Trento, **Ugo Rossi,** ha ricordato che questo è un progetto a cui il Trentino guarda con molta attenzione. "E' un progetto euroregionale e questo è un fatto molto positivo perché dobbiamo saper mettere assieme il meglio dei tre territori - Tirolo, Süditirol e Trentino- e valorizzare ciò che sanno fare molto bene nel settore agroalimentare. Oggi ci rivolgiamo, in particolare, agli imprenditori agricoli affinché vedano in questo progetto una sfida e una occasione di innovazione, un progetto che dia ancora più fiducia a questo settore che sta conoscendo una stagione positiva, ma ha bisogno di esplorare vie nuove, fatte anche di connessioni col mondo della ricerca. E poi c'è la dimensione del benessere e della salute delle persone, che passa anche da quello che mangiamo, e da come ci nutriamo. E penso che i nostri prodotti alpini abbiano molto da dire in questa direzione".

Il presidente FEM, Andrea Segrè, ha sottolineato che "in questo progetto, che è perfettamente in linea con le priorità europee, i produttori locali non sono semplici fornitori di alimenti bensì veri e propri partner coinvolti nella progettazione e nell'innovazione. Il pool di scienziati del consorzio euroregionale nato con questa iniziativa sta lavorando a stretto contatto con il mondo agricolo per trovare soluzioni che abbiano impatti positivi sulla salute umana, sull'ambiente e sull'economia".
La dieta del progetto EFH. Saranno somministrate per sei mesi consecutivi essenzialmente tre tipi di dieta:

una dieta tradizionalmente ipocalorica; una dieta cosiddetta “mima digiuno” (fasting mimicking diet) in cui si ha una forte restrizione calorica 2 giorni non consecutivi alla settimana; una dieta “mediterranea alpina” cioè una dieta che segue i principi della dieta mediterranea, coniugandola tuttavia con prodotti tipici della filiera agro-alimentare regionale.
E' scientificamente dimostrato che la dieta mediterranea è un modello alimentare che apporta benefici su malattie metaboliche, infiammatorie e dell'invecchiamento grazie a fibra alimentare, polifenoli, acidi grassi e fonti proteiche. Ai partecipanti verranno dati consigli alimentari tramite piano dietetico personalizzato per aumentare la compliance e in aggiunta verranno forniti alimenti regionali e le indicazioni/suggerimenti su modalità di preparazione e quantità settimanali, in linea con la piramide della dieta mediterranea. Tra gli alimenti regionali sono inclusi minestrone di verdure con segale e farro (con verdure della Val di Gresta, IGP e cereali Regiokorn), vellutata di verdure, crauti, pesce di fiume (trota e salmerino alpino), olio extravergine di oliva del Garda Trentino, mele e snack di mela, formaggi magri (Trentingrana e/o Spressa) e yogurt magro (Latterie Alto Adige), carne rossa, snack a base di piccoli frutti, snack a basso indice glicemico con noci del Bleggio.
Lo studio. Durerà 12 mesi ed ogni paziente sarà sottoposto a valutazione antropometrica (peso, altezza, ecc.), clinica (pressione, frequenza cardiaca), ma anche valutazione dietetica, dell'attività fisica, dello stato di salute e della funzionalità intestinale, prelievo del sangue venoso. Con successivi esami di laboratorio negli ospedali e alla FEM analisi dei campioni di feci e urine per il profilo metabolico urinario e plasmatici e analisi metagenomica del microbiota intestinale. I pazienti dovranno attenersi alle regole della dieta ma saranno invitati a seguire abitudini alimentari sane e praticare una moderata attività fisica
Fare un inventario delle produzioni di elevata qualità nutrizionale dei territori alpini che sono più in linea con i dettami della dieta Mediterranea- ha spiegato il professore del C3A. Fulvio Mattivi - permetterà di testarli nel contesto del contrasto all'obesità. Con la finalità ultima di identificare percorsi alimentari sostenibili che passano per un oculato uso dei cibi locali, promuovendone la disponibilità e identificando i prodotti ricchi in composti attivi essenziali e che possono far parte di uno stile di vita sano idoneo a mantenere lo stato di salute”
Carlo Pedrolli, dirigente del Servizio dietetica e nutrizione clinica dell'Apss di Trento, ha spiegato che lo studio è molto ambizioso e vuole confrontare su una casistica selezionata di pazienti obesi l’effetto sul peso e sui principali determinanti metabolici e del microbiota tre regimi dietetici diversi: “Questo studio - ha detto- non ha precedenti e anche le collaborazioni preziose e stimolanti al di qua e al di là del Passo del Brennero promettono innovazione scientifica e, ci auguriamo, anche ricadute sia sulla filiera agroalimentare alpina che sull’industria di trasformazione alimentare della stessa regione”.
A sottolineare l'approccio multidiscipliare dei quattro partner dell'Alto Adige è stato il direttore di Laimburg, Micheal Oberhuber. Ospedale di Bolzano, Università libera di Bolzano, Centro di ricerca Eurac e Laimburg interagiranno nel progetto con un approccio multidisciplinare. “Il progetto si concentra sugli alimenti Euregio, con particolare attenzione, in Alto Adige, sulla produzione lattiero-casearia locale sostenibile, l'influenza del suolo sulla crescita delle piante e degli animali e sui loro aspetti benefici nel ridurre l'incidenza dell'obesità e si fornirà nello studio clinico anche l'esperienza nel trattamento dei dati sulla genomica umana”. Tra i prodotti coinvolti e testati nello studio EUREGIO, l'Alto Adige contribuirà una fornitura essenziale di mele, cereali e prodotti caseari.
Werner Zwerschke dell'Università Leopold-Franzens di Innsbruck e coordinatore del gruppo di ricerca " Cell Metabolism and Differentiation" ha spiegato che nell'ambito di quest'ultimo progetto è stato dimostrato che la restrizione calorica aumenta lo stato di salute negli animali, compresi i primati non umani. “Gli studi che utilizzano la metabolomica dimostrano che molte molecole associate alle diete di restrizione calorica e alle loro attività fisiologiche derivano dall'ospite combinato: il metabolismo del microbiota intestinale. Tali metaboliti sono candidati per mimetici di restrizione calorica. A Innsbruck puntiamo a studiare l'impatto dell'ospite: metaboliti del microbiota intestinale sulle vie della longevità nelle cellule staminali adipose e negli adipociti”. sc

Numeri e premesse del progetto
L'obesità. E' una condizione medica che a livello globale è in continuo aumento. In Europa colpisce il 21,5 % dei maschi e il 24,5 delle femmine Se il trend continua nel 2030 il 60 percento della popolazione mondiale si troverà in condizione di sovrappeso e obesità, cause di diabete tipo 2, ipertensione arteriosa e cardiopatia ischemica. Secondo il rapporto Osservasalute in Italia nel 2015 più di un terzo della popolazione adulta risulta obesa (35,5 per cento della popolazione, cioè una persona su dieci). Le regioni del Sud presentano la prevalenza più alta di persone maggiorenni obese e in sovrappeso. In provincia di Bolzano la percentuale delle persone in sovrappeso è del 7,8 per cento e in Trentino il 27,8 per cento. Sovrappeso e obesità sono costantemente monitorati dall'Osservatorio per la salute della Provincia autonoma di Trento

(vedere scheda).
Il progetto EFH, coordinato dalla Fondazione Edmund Mach, coinvolge nove centri di ricerca in ambito Euregio e Le altre istituzioni di ricerca protagoniste di questo progetto sono il Servizio di Nutrizione Clinica dell'Ospedale di Bolzano, il Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Ospedale Santa Chiara, la Libera Università di Bolzano, l'Università degli studi di Trento, l'Accademia Europea di Bolzano (EURAC), la Leopold Franzens University Innsbruck, il Centro di Sperimentazione Laimburg e University for Health Sciences, Medical Sciences and Technology di Hall in Tirol.

Braccio di studio / Intervento (dietoterapia)
G0 (gruppo di controllo)
dieta ipocalorica standard (deficit energetico di -700 kcal rispetto al fabbisogno energetico giornaliero = 25 kcal/peso ideale/die, con alimenti abituali)
G1(gruppo dieta mediterranea alpina)
dieta ipocalorica mediterranea regionale (deficit energetico di -700 kcal rispetto al fabbisogno energetico giornaliero = 25 kcal/peso ideale/die, con alimenti funzionali regionali)
G2 (gruppo intermittent fasting 5:2)
dieta digiuno intermittente: restrizione calorica per 2 giorni alla settimana non consecutivi (600 kcal/die) e 5 giorni alla settimana dieta libera (ad libitum)

Fotoservizio e filmato / Interviste Ufficio Comunicazione GECT

cs_fem_EFH_2 - ok

()