



Comunicato stampa n.2

Milano, 18 giugno 2004

5 colori al giorno per il benessere e la protezione

Presentata "Nutritevi dei colori della vita" la campagna di comunicazione UNAPROA per promuovere il consumo di ortofrutta fresca.

Al via la campagna triennale per la promozione del consumo di prodotti ortofrutticoli freschi

"Nutritevi dei colori della vita" cioè più salute e benessere consumando più frutta e verdura. Questo il messaggio della campagna triennale di comunicazione presentata oggi alla stampa da Fabrizio Marzano, Presidente di UNAPROA, Unione Nazionale tra le Organizzazioni di Produttori Ortofrutticoli, Agrumari e di Frutta in Guscio.

L'iniziativa mira a incentivare il consumo di ortofrutta fresca in particolare verso le giovani famiglie e i ragazzi e a tal fine si avvale della collaborazione scientifica dell'Istituto di Scienza dell'Alimentazione dell'Università degli Studi "La Sapienza" di Roma, diretto dal Professor Carlo Cannella.

**5 colori al giorno garanzia di benessere:
blu/viola
verde
bianco
giallo/arancio
rosso**

Le più recenti indagini e i rilevamenti sui consumi alimentari mostrano quanto sia forte il legame tra alimentazione e salute e come le persone siano sempre più attente e sensibili al proprio benessere che si raggiunge con un'alimentazione variata e uno stile di vita attivo.

Gli studiosi ed i ricercatori di alimentazione umana hanno dimostrato che il benessere si mantiene con il consumo quotidiano di prodotti ortofrutticoli freschi di cinque colori: blu/viola, verde, bianco, giallo/arancio e rosso. Sono questi i "cinque colori del benessere".

Mangiando secondo questa regola, non solo ci si nutre bene, ma si riduce anche di un terzo il rischio di sviluppare tumori, diabete, patologie cardiache e coronariche ed altre malattie altrettanto diffuse.

Nutritevi dei colori della vita.



Ciascun frutto e ortaggio ha una sua composizione caratterizzata da un ridotto contenuto calorico e dalla presenza di acqua, zuccheri, vitamine, minerali, fibra alimentare e phytochemicals (composti organici di origine vegetale). E' importante quindi assumere quotidianamente tutti i 5 colori che, insieme ad un'alimentazione sana ed equilibrata, forniscono al nostro organismo tutte le sostanze necessarie per il benessere.

Ciò che solo la natura sa fare: i phytochemicals

I Phytochemicals (composti organici di origine vegetale), che sono sostanze presenti nelle piante catturano l'energia del sole, responsabile della vita nel mondo vegetale, dando a frutta e ortaggi i loro colori così vivaci e invitanti. I phytochemicals sono fondamentali per la salute, perché proteggono il nostro organismo riducendo il rischio di molte patologie come quelle cardiovascolari, il diabete, l'ipercolesterolemia e i tumori. I Phytochemicals, l'acqua, le vitamine, i minerali, la fibra, il sodio e il potassio sono quindi fonte di vita e benessere. Il consumo quotidiano e variato di frutta e verdura, sia cruda che cotta, assicura un rilevante apporto di elementi ad alto valore nutritivo, e allo stesso tempo consente di limitare la quantità di calorie assunte grazie al ridotto contenuto di grassi ed all'elevato potere saziante. Perciò mangiare in modo fresco, naturale e ricco di colori è allo stesso tempo salutare e allegro.

Il finanziamento della campagna

La campagna, promossa da UNAPROA e realizzata con il cofinanziamento della Comunità Europea e dell'Italia attraverso l'AGEA (*Agenzia per le Erogazioni in Agricoltura*), prevede un investimento triennale complessivo di circa 5,6 milioni di euro. Il finanziamento pubblico è concesso ai sensi dei regolamenti (CE) n. 2826/00 del Consiglio e n. 94/02 della Commissione relativi ad azioni di informazione e di promozione dei prodotti agricoli sul mercato interno all'Unione Europea.

Ufficio stampa

Enrica Colella e.colella@kpr.it
Alina Fiordellisi a.fiordellisi@kpr.it
tel.06 45437833 fax 06 45437837



Unione Nazionale tra le Organizzazioni di Produttori Ortofrutticoli Agrumari e di Frutta in Guscio
00187 Roma - Via XX Settembre, 4 - Tel. 06.424521 - Fax 06.47822822 - email: info@unaproa.com - www.unaproa.com



Campagna finanziata con il contributo della Comunità Europea e dello Stato Italiano