



UNAPROA AL SANIT DI ROMA: PIÙ BENESSERE E SALUTE CON I CINQUE COLORI DI FRUTTA E VERDURA

SANIT

Nuova Fiera di Roma
Padiglione 8. Corsia A, Stand 11

(dal 18 al 21 aprile 2007)

Roma, 18 aprile 2007 – Unaproa, la principale Unione nazionale tra le organizzazioni di produttori ortofrutticoli, partecipa alla quarta edizione del **SANIT, Mostra-Convegno di tecnologie, mezzi e servizi per la salute**, in svolgimento da oggi e fino al 21 aprile presso la nuova Fiera di Roma.

Con la partecipazione alla rassegna, divenuta ormai un punto di riferimento per il mondo sanitario, Unaproa ha voluto raccogliere l'invito del Ministero della Salute, che ponendo l'aumento dei consumi di frutta e verdura come uno degli obiettivi programmatici del progetto intersettoriale "*Guadagnare Salute*", ha ribadito la centralità della promozione di corretti stili di vita alimentare, come quello che ha alla base un regolare consumo di prodotti ortofrutticoli.

Unaproa è da anni impegnata proprio a sensibilizzare, in particolare giovani consumatori e famiglie, sull'importanza di un costante e variato consumo di frutta e verdura fresca per il benessere del nostro organismo: in tre anni ha ideato e realizzato diverse iniziative di successo, nell'ambito di un progetto di informazione e promozione cofinanziato dalla Comunità Europea denominato "**Nutritevi dei colori della vita**".

Numerosi studi scientifici confermano che i colori dei prodotti ortofrutticoli sono funzionali al nostro benessere: nutrirsi ogni giorno con cinque porzioni "colorate" di frutta e ortaggi protegge la nostra salute e aiuta a coprire il fabbisogno di nutrimento del nostro organismo, riducendo anche il rischio di sviluppare tumori, diabete, patologie cardiache e altre malattie altrettanto diffuse.

Per invitare i visitatori del Sanit a consumare ogni giorno 5 porzioni di frutta e verdura, ognuna di un colore diverso (**giallo-arancio, rosso, bianco, verde, blu-viola**), Unaproa offrirà prodotti ortofrutticoli di stagione e succhi di frutta per una piacevole degustazione, utilizzando un apposito **distributore automatico**.

Saranno inoltre distribuiti utili materiali informativi pubblicati da Unaproa, come la "**Guida del benessere**", i cui testi sono stati approvati dal Ministero della Salute.

UNAPROA è il più grande sistema ortofrutticolo aggregato d'Europa, con 145 Organizzazioni di Produttori associate che operano su tutto il territorio nazionale.



I CINQUE COLORI DEL BENESSERE

È possibile dividere frutta e verdura in **5 gruppi**, corrispondenti ciascuno a cinque colori diversi. Ciascun colore è caratterizzato dalla presenza di sostanze chiamate "phytochemicals" (composti organici di origine vegetale), che non hanno funzione nutritiva, ma costituiscono uno scudo protettivo per il nostro organismo e ci mantengono in forma senza bisogno di integratori.

COLORE	PRODOTTI
GIALLO-ARANCIO	Zucca, carota, peperone, albicocca, arancia, clementina, limone, mandarino, melone, pesca, pompelmo, kaki, nespola, nettarina
ROSSO	Barbabietola, rape rosse, pomodoro, ravanella, anguria, ciliegia, fragola, arancia rossa
BIANCO	Aglione, cavolfiore, cipolle, finocchi, funghi, mele, pere
VERDE	Asparagi, basilico, broccoli, cetriolo, cicoria, insalata, prezzemolo, spinaci, zucchine, uva bianca, kiwi, prezzemolo, rughetta.
BLU VIOLA	Melanzane, radicchio, frutti di bosco, uva nera, prugne, fichi.

Ufficio stampa Unaproa

Alina Fiordellisi
Via XX Settembre 4
00187 Roma
Tel. 06 4245 2221
Cell. 393 5071979
a.fiordellisi@unaproa.com