

Coldiretti, Granieri: “Aumentare il consumo di frutta e verdura per rafforzare il sistema immunitario”

VITERBO – Frutta e verdura per combattere il caldo e rafforzare il sistema immunitario per difendersi dal contagio del Covid-19. Un consumo che ha fatto segnare la crescita del 20% della vendita di questi prodotti sin da marzo, in coincidenza con il diffondersi della pandemia nel nostro paese. L'acquisto di frutta e verdura è stato consigliato dagli stessi ricercatori e dai medici, che raccomandano di consumare alimenti ricchi di vitamina A, B e C, oligominerali e zinco.

E quindi via libera ai prodotti di stagione sulle tavole italiane che vanno dalle albicocche e pesche, alle angurie e meloni, pere, uva e fichi d'india, ma anche cavolfiori, zucchine e piselli, pomodori, peperoni, melanzane, fagiolini e fagioli freschi, patate e carote.

L'invito di Coldiretti è quello di controllare sempre la provenienza dei prodotti e di preferire quelli nazionali, che garantiscono una maggiore sicurezza e affidabilità, grazie ai controlli a cui sono soggetti. Le produzioni locali, poi sono certamente più genuine e fresche, non essendo soggette a lunghi tempi di percorrenza legati ai trasporti. Ecco perché sarebbe opportuno prediligere gli acquisti diretti dagli agricoltori, che vendono i loro prodotti a chilometro zero nei mercati di Campagna Amica, ma anche nella grande distribuzione.

“E’ stata individuata negli alimenti importati– spiega il presidente di Coldiretti Lazio, David Granieri – una presenza irregolare di residui chimici addirittura tre volte superiore rispetto a quelli Made in Italy. E nello specifico, per quanto riguarda gli ortaggi di importazione dai paesi stranieri, il pericolo è addirittura otto volte maggiore della media nazionale”.

E’ quanto emerge da un’analisi della Coldiretti sull’ultimo report del ministero della Salute sul *“Controllo ufficiale sui residui di prodotti fitosanitari negli alimenti”*, pubblicato a luglio 2020. Tra gli alimenti importati dall’estero, risultati irregolari, figurano anche peperoni, pomodori, frutta varia e l’uva da tavola.

“E’ importante consumare frutta e verdura– conclude Granieri – ancora di più in questo periodo di pandemia, in cui emerge con maggiore consapevolezza, il valore strategico della filiera del cibo e la necessità di ricevere delle garanzie in termini di qualità e sicurezza. Continuiamo a combattere le speculazioni al ribasso nei campi. Balzano i prezzi al consumo della frutta fresca, in controtendenza, facendo segnare un aumento dell’8%, mentre crollano quelli pagati agli agricoltori con quotazioni che non coprono neppure i costi di produzione”. E’ quanto emerge da una analisi della Coldiretti sui dati Istat relativi all’inflazione a luglio, che registra una spinta al rialzo dei prezzi dell’1,4% per gli alimentari, rispetto allo stesso mese dell’anno precedente, mentre l’andamento generale su base annua vede il Paese in deflazione (-0,4%), con una situazione che non si verificava dal giugno 2016.

Coldiretti da mesi è impegnata nella campagna #MangiaItaliano, che è volta a favorire il consumo del cibo e dei prodotti Made in Italy, sia nei ristoranti, che nei mercati e negli agriturismi. Una mobilitazione che coinvolge numerosi volti noti della televisione, del cinema, dello spettacolo, della musica, ma anche del giornalismo, della ricerca e della

cultura.