

Ci studiano: 18 universitari della New York University a Ostuni per la Dieta Mediterranea

Un gruppo di 18 studenti del dipartimento di nutrizione della New York University ha scelto Ostuni sede della Fondazione Dieta Mediterranea, il 10 giugno scorso, per conoscere i segreti dello stile alimentare che secondo gli studiosi è anche garanzia di prevenzione di numerose malattie, tra cui il diabete e l'obesità.

BR Redazione · 12 Giugno 2014

Consiglia 308

OSTUNI - Dagli Usa ci studiano. Lo stile di vita mediterraneo è ormai un caso internazionale, lo è la dieta mediterranea, patrimonio Unesco, non soltanto per le sue prelibatezze ma anche per i suoi effetti miracolosi per la salute e come garanzia di longevità.

E' forse per questo che 18 studenti del dipartimento di nutrizione della New York University hanno scelto Ostuni sede della Fondazione Dieta Mediterranea, il 10 giugno scorso, per conoscere i segreti dello stile alimentare che secondo gli studiosi è anche garanzia di prevenzione di numerose malattie, tra cui il diabete e l'obesità.

Hanno seguito una lezione che ha avuto luogo nella sala consiliare del Comune della Città Bianca ed è stata condotta in inglese da Antonio Capurso, ordinario di Geriatria all'università di Bari e lipidologo di fama, che è anche membro della Fondazione.

Si è parlato in particolare dell'importanza dell'olio d'oliva e delle caratteristiche fondamentali della dieta mediterranea. Il gruppo era composto da 21 persone, di cui 18 studenti e tre docenti statunitensi che avevano già visitato il Cilento, dove uno dei più noti studiosi del "mangiare mediterraneo" e dei suoi effetti benefici sulla salute, Angel Keys, ha trascorso gran parte della sua vita. Quest'anno hanno scelto il Salento, e i suoi ulivi monumentali, altro luogo simbolo quanto a regime alimentare fatto di pasta, olio d'oliva molto pesce e poca carne rossa, per alcuni metodo infallibile anche per puntare alla longevità.

Al termine della giornata studio gli universitari hanno visitato la sede della Fondazione Dieta Mediterranea che si trova nel centro storico di Ostuni. Dopo il panegirico del New York Times che lo scorso anno dedicò tre pagine di speciale proprio alla Puglia, sostenendo che è più bello andarci d'inverno che d'estate proprio perché si mangia bene, dopo che l'Huffington Post più di recente ha inserito la Puglia tra i 15 luoghi da visitare al mondo prima che diventino famosi, ora anche l'interesse scientifico degli universitari americani per l'olio d'oliva e per i suoi effetti benefici.

Val la pena di ricordare che il prof. Capurso, che ha tenuto la lezione a Ostuni, è stato il primo a scoprire l'interrelazione positiva fra l'utilizzo dell'olio d'oliva e il contenimento di malattie come l'Alzheimer e la demenza.

Ma non è soltanto roba da ricercatori la dieta mediterranea. E' anche e soprattutto uno "spot" per il Salento, per la Puglia e per il Brindisino che ospita l'unica Fondazione per la dieta mediterranea che, non senza fatiche titaniche, sta lavorando sodo per diffondere il verbo del mangiare sano.

[Ricevi le notizie di questa zona nella tua mail. Iscriviti gratis a Brindisireport!](#)

"Si iniziano a vedere i frutti di un impegno quotidiano – spiega Agostino Grassi, dietista e segretario della Fondazione dieta mediterranea che ha sede a Ostuni – un impegno che non favorisce soltanto approfondimenti per esperti del settore ma che può portare in Puglia un nuovo tipo di turismo, meno commerciale, ma tutto improntato sulla buona tavola con un occhio di riguardo al mangiare bene a tutela della propria salute".

