

L'Alimentazione Mediterranea Oggi

L'IDEA
di
BRAND
e di
PRODOTTO

DA PRESENTARE AI CONSUMATORI CONTEMPORANEI

**L'ALIMENTAZIONE SALUTARE RICHIEDE L'ASSUNZIONE CONTINUATIVA DI ALIMENTI
FUNZIONALI**

**BISOGNA QUINDI PROPORRE AL CONSUMATORE PASTI E INSIEMI DI PASTI
UN SINGOLO ALIMENTO NON PRODUCE ALCUN EFFETTO SE AVULSO DA TUTTI GLI ALTRI
*(NUTRISCORE SEPARATI NON HANNO SENSO)***

**QUESTO E' IL PUNTO SU CUI LA SCIENZA MEDICA CONCORDA
MA NON ANCORA L'INDUSTRIA ALIMENTARE**

**CIO' SEBBENE SCIENZA E TECNOLOGIE OFFRANO OGGI TUTTI GLI STRUMENTI PER
PORRE SUL MERCATO "PROFILI ALIMENTARI LONGITUDINALI"**

CONCEPT = L'IDEA DI BRAND

- dalla **RAZIONE K (Keys)**
- alla **RAZIONE Med Keys (Chiavi Mediterranee)**



Con il termine "**Razione K**" [dal nome del fisiologo **Ancel Keys** che la creò nel 1942 per l'esercito USA] si indica la dotazione quotidiana di cibi pronti consegnata ai militari in combattimento.



Con il termine «**MedKeys (Chiavi Mediterranee)**» indichiamo la proposta di **Salute Alimentare**: offrire in unico kit la giusta composizione di cibi pronti al pacifico cittadino affinché si mantenga in buona salute insieme ai propri cari, nel rispetto della **Alimentazione Mediterranea**.

Lo stesso **Ancel Keys** identificò per primo l'**Alimentazione Mediterranea**, sperimentandola in Grecia e poi nel nostro Mezzogiorno quando tornò ai propri studi negli anni dell'immediato dopoguerra].

Mediterranean Keys, Chiavi Mediterranee per la Salute Alimentare, è un doveroso riconoscimento ed insieme il compimento del progetto ideale di Ancel Keys

Dalla
RAZIONE
K



Alla
DOTAZIONE
MED



...mentre gli eserciti di tutto il mondo hanno continuat dal 1942 a produrre e migliorare le dotazioni alimentari dei soldati in missioni di guerra, precisandole per scenario, stagione, tipologia dei conflitti

.....**nessun tentativo è stato invece mai eseguito** dall'industria alimentare in Italia od altri Paesi per offrire alla popolazione una compatta, semplice, accessibile, concreta manifestazione della **Alimentazione Tradizionale e Salutare Mediterranea in forma di "razione"** = pacchetto di alimenti pronti ed immediatamente disponibili, per il corretto e completo consumo quotidiano, di individui e comunità che vogliano attenersi ad una sana alimentazione.

LA Razione K

Dalle origini ai nostri giorni

...mentre gli eserciti di tutto il mondo hanno continuat dal 1942 a produrre e migliorare le dotazioni alimentari dei soldati in missioni di guerra, precisandole per scenario, stagione, tipologia dei conflitti



.....**nessun tentativo è stato invece mai eseguito** dall'industria alimentare in Italia od altri Paesi per porre sul mercato una compatta, semplice, accessibile, concreta manifestazione della **dieta Mediterranea in forma di "razione"**, ossia di pacchetto di alimenti pronti ed immediatamente disponibili, per il corretto e completo consumo quotidiano, di individui e comunità che vogliono attenersi ad una sana alimentazione.

Questo è il vuoto che **SALUTE ALIMENTARE** intende colmare con un prodotto radicalmente nuovo: il box completo di alimenti pronti coerenti con l'alimentazione mediterranea per la prevenzione di base e secondaria alle diverse età e stili di vita

LA DIETA MEDITERRANEA IN UN SOLO KIT QUOTIDIANO E/O SETTIMANALE



Ed accessibile nei diversi luoghi e stili del consumo



Chiavi Mediterranee PORTANO SALUTE NELL'ORGANISMO ATTRAVERSO LE ANTICHE PORTE DEL PIACERE REGIONALE ITALIANO



***..studi in corso per
confezioni primarie,
secondarie e supporti***

Stock
per
Pubblici
esercizi



Shopper
settimana
family



Kit
regalo
adulti e
bimbi



Singole
Porzioni
sotto
vuoto

L'idea di Prodotto:
L'alimentazione Funzionale come
sviluppo in chiave sanitaria
del Modello Alimentare
Mediterraneo

SALUTE ALIMENTARE ASSECONDA LA VERSATILITA' FUNZIONALE DELLA ALIMENTAZIONE MEDITERRANEA

A PARTIRE DAGLI STUDI DI ANCEL KEYS, DECENNI DI RICERCHE HANNO DIMOSTRATO IL CARATTERE FUNZIONALE DELLA ALIMENTAZIONE MEDITERRANEA

PER IL BENESSERE DI BASE E LA LONGEVITA'.

TEMA SU CUI SALUTE ALIMENTARE CONCENTRERA' L'OFFERTA PER IL PUBBLICO GENERALISTA

SUCCESSIVE RICERCHE LA ADATTARONO CON SUCCESSO A CAMPI DI PIÙ SPECIFICA APPLICAZIONE, CHE INDICHIAMO DI SEGUITO, SEGNALANDO IN ROSSO LE SCELTE APPLICATIVE COPIUTE DA SALUTE ALIMENTARE PER LA FASE DI AVVIAMENTO

Alterazioni del metabolismo

- Prevenzione dalle alterazioni del sistema CardioVascolare, e dalla morbilità in generale;
- Prevenzione dalla obesità (soprattutto infantile)
- Contrasto alla Infiammazione di fondo (in associazione con ricerche sul bioma intestinale ed il metabolismo dei nuclei) nelle malattie neurodegenerative
- **Attenuazione della recidività in Oncologia (TEMA OPERATIVO DI SALUTE ALIMENTARE)**

Tutela dell'invecchiamento (prolungamento delle circostanze di buona salute)

Prevenzione da

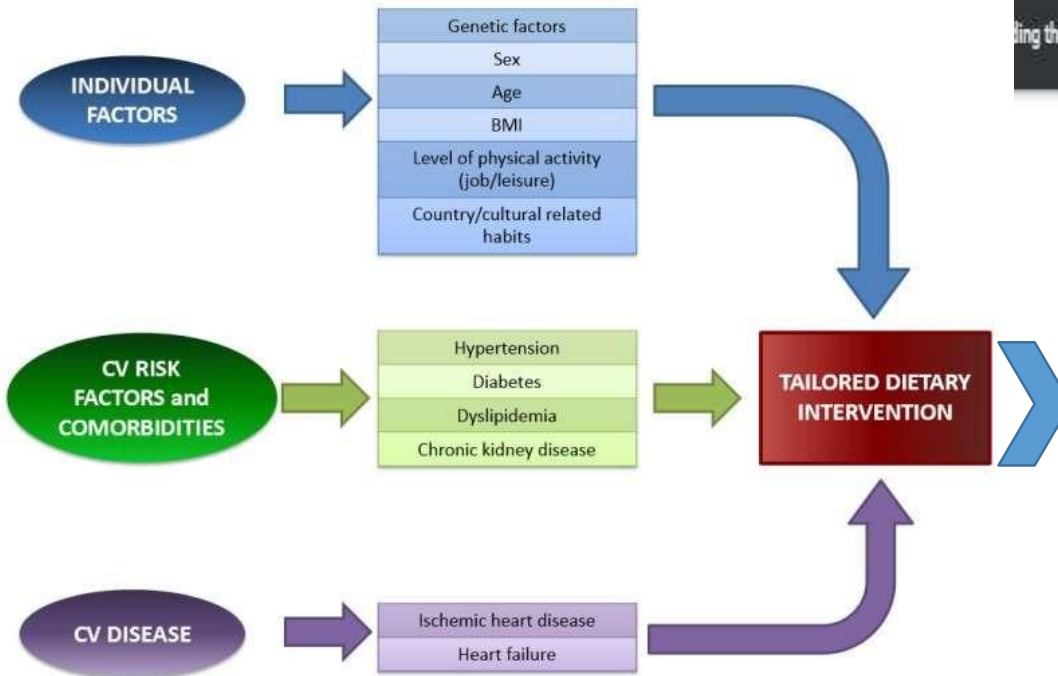
- Osteoporosi
- Demenza senile
- **TUTELA DAL DECADIMENTO OSTEO MUSCOLARE (TEMA OPERATIVO DI SALUTE ALIMENTARE)**

Attenuazione dello stress e della fatica

Ricostruzione di sistema nervoso periferico e centrale, organi della visione

Perdita di attenzione e di reattività (tema critico per lavoratori esposti a rischio) (TEMA OPERATIVO DI SALUTE ALIMENTARE).

RECENTI APPLICAZIONI FUNZIONALI NELLA PREVENZIONE SECONDARIA



ESEMPIO DI TRANSIZIONE
Dalla Prevenzione Primaria alla Prevenzione
Secondaria (disturbi all'apparato
cardiovascolatorio)
Dieta Raccomandata per pazienti con disturbi
coronarici European Society of Cardiology (2013)

secondary prevention).

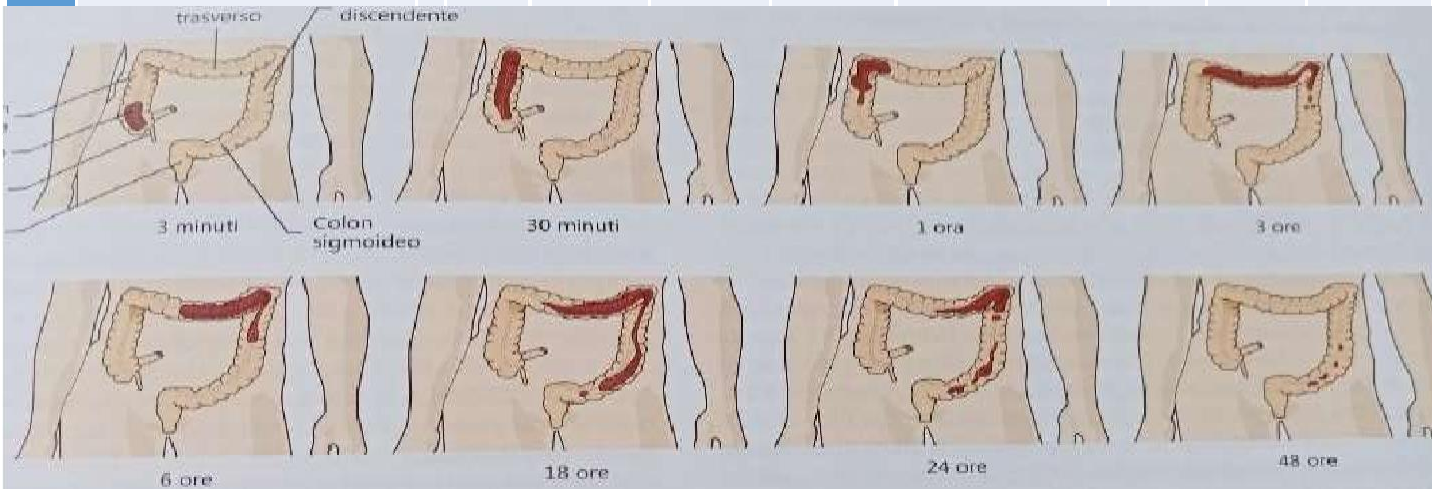
Table 4. ESC and ACC/AHA dietary recommendations for secondary prevention of CAD.

| Society | Diet Recommendations for CAD—Secondary Prevention | LOE |
|---|---|-----|
| | Energy intake should be limited to the amount of energy needed to maintain (or obtain) a healthy weight (BMI < 25 kg/m ²). | 71 |
| | Saturated fatty acids to account for <10% of total energy intake, through replacement by PUFA. | 21 |
| | Trans unsaturated fatty acids <1% of total energy intake. | 21 |
| European Society of Cardiology (2013), [36] | <5 g of salt per day. | 71 |
| | 30–45 g of fiber per day, from wholegrain products, fruits and vegetables. | 21 |
| | 200 g of fruit per day (2–3 servings). | 41 |
| | 200 g of vegetables per day (2–3 servings) | 21 |
| | Fish at least twice a week, one being oily fish. | 71 |
| | Consumption of alcoholic beverages should be limited to 2 glasses per day (20 g/day of alcohol) for men and 1 glass per day (10 g/day of alcohol) for non-pregnant women. | 21 |

Table 4. ESC and ACC/AHA dietary recommendations for secondary prevention of CAD. Society Diet Recommendations for CAD—Secondary Prevention LOE European Society of Cardiology (2013), [36] Energy intake should be limited to the amount of energy needed to maintain (or obtain) a healthy weight (BMI < 25 kg/m²). - Saturated fatty acids to account for ...Etc.

In aggiunta alle informazioni previste dalla legge, i prodotti di SALUTE ALIMENTARE saranno sempre **accompagnati da BUGIARDINO** con semplici illustrazioni esplicative, indicazioni per l'uso appropriato, la sommatoria degli apporti nutrizionali quotidiani e settimanali, e test di risposta clinica.

| QUESTO ALIMENTO E' INDICATO PER LA DIETA MEDITERRANEA, | | | | | | | peso raccomandato stili di vita porzioni gr. | | |
|--|-------------|--------------------------|----------------------|----------------------------|--|-------------|--|-----------------|--|
| Consumi Suggestiti per Età | ogni giorno | due/3 volte la settimana | 1 volta la settimana | raramente (festività etc.) | | Vita Attiva | Pratica sportiva | Vita sedentaria | |
| DA 0 - 3 anni | | | | | | 25 | | | |
| da 3 - 6 anni | | | | | | 50 | | | |
| da 7 a 12 anni | | | | | | 75 | | | |
| da 13 a 20 anni | | | | | | 100 | 125 | 75 | |
| da 21 a 35 anni | | | | | | 100 | 125 | 75 | |
| da 36 a 55 anni | | | | | | 100 | 125 | 90 | |
| da 56 -65 anni | | | | | | 80 | 90 | 60 | |
| oltre 65 | | | | | | 65 | 75 | 50 | |
| E' INOLTRE RACCOMANDATA LA ASSOCIAZIONE CON: | | | | | | | | | |



MODELLI ALIMENTARI DELLA POPOLAZIONE

ITALIANA PER IL DISEGNO DELLA PREVENZIONE PRIMARIA (elaborazioni su dati ISTAT effettuata con l'Istituto per la Salute nelle Regioni dell'Università Cattolica di Roma)



LEGENDA

| | I | II | III | IV | V | VI | VII | |
|--------------|-----|------|------|-------|------|------|------|--------------|
| panpas | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | panpas |
| salumi | 1 | 3 | 3 | 1,2,3 | 2 | 2 | 3 | salumi |
| pollo | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | pollo |
| carne ovina | 1 | 3 | 3,2 | 3 | 3 | 3 | 3 | carne ovina |
| carne bovina | 1 | 3 | 2 | 1,2,3 | 2,3 | 2 | 3 | carne bovina |
| carne maiale | 1 | 3 | 2 | 3,2 | 3,2 | 2 | 3 | carne maiale |
| latte | 1 | 3,1 | 1,2 | 1 | 1,3 | 1 | 1,3 | latte |
| formaggi | 1 | 2 | 2 | 1 | 2,3 | 2 | 2 | formaggi |
| uova | 1 | 3,2 | 2 | 2,1 | 3,2 | 2 | 2,3 | uova |
| pesce | 1 | 3,2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2,3 | pesce |
| verdura | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | verdura |
| pomodori | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | pomodori |
| frutta | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,3 | 1 | 1 | frutta |
| legumi | 1,2 | 3 | 2 | 2,3 | 3 | 2 | 3,2 | legumi |
| patate | 1,2 | 3,2 | 2 | 2 | 2,3 | 2 | 3,2 | patate |
| snack | 1,3 | 3 | 3,2 | 3 | 3 | 3 | 3 | snack |
| dolci | 1 | 3 | 2 | 3,2 | 2,3 | 2,3 | 3 | dolci |
| freq % | 1,9 | 15,7 | 18,8 | 5,1 | 10,4 | 24,4 | 23,2 | freq % |

SIMBOLOGIA fattori socioeconomici

Concentrazione (indice % superiore alla media generale)

Molto SUP. (+5%) **Poco sup. (2-3%)**

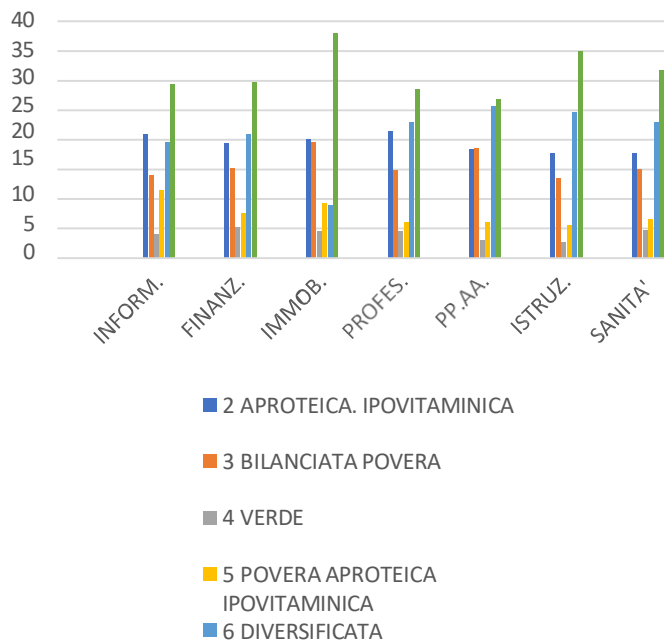
| Classe ISTAT | | | | |
|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ETA' | fino 24 anni | GIOVANI | G | g |
| | 25-54 | MATURI | M | m |
| | 55 e più | ANZIANI | A | a |
| SESSO | | UOMINI | U | u |
| | | DONNE | D | d |
| ISTRUZIONE | | | TO | |
| | | LAUREA o Più | P | top |
| | | | INT | |
| | | DIPLOMA | M | intm |
| | | BA | | |
| | LICENZA M. | SSA | bassa | |
| | LICENZA ELEM | BA | | |
| | | SSA | bassa | |

| | | | | | | | |
|------------|---------------|--------------|--------------|--------------|----------|--------------|------------|
| ETA' | G ...m | M...a | G...M | G...m | G | A | A |
| SESSO | U | n.s. | U | u | U | D | D |
| ISTRUZIONE | B | intm. | B | B | B | Intm. | TOP |

Modelli alimentari della popolazione attiva. Per un'offerta alimentare mirata per i lavori usuranti (elaborazioni su dati ISTAT effettuata con l'Istituto per la Salute nelle Regioni dell'Università Cattolica di Roma)

Studio dei Modelli di alimentazione prevalenti nell'industria italiana

Settori dei Servizi



Settori Industria

