



2021 anno della frutta e verdura: verso meno sprechi e cibo più sano

L'iniziativa dell'Onu promuove un'alimentazione salutare e buone pratiche antispreco, supportando le imprese agricole familiari. L'Oms propone un piano di azione per l'approvvigionamento di prodotti sani nei servizi pubblici. **17/02/2021.**

L'assemblea generale dell'Onu ha dichiarato il **2021 l'Anno internazionale della frutta e della verdura** (Aifv 2021), al fine di sensibilizzare l'opinione pubblica sull'importanza di questi cibi per l'alimentazione umana, la sicurezza alimentare, la salute, e per raggiungere gli Obiettivi di sviluppo sostenibile dell'Agenda 2030.

L'Anno internazionale della frutta e della verdura rientra nel decennio dedicato dalle Nazioni Unite alla nutrizione (2016-2025) e nel decennio dell'agricoltura familiare (2019-2028), due iniziative che danno grande visibilità ai piccoli produttori agricoli e favoriscono le reti di approvvigionamento di cibo sano.

Le **linee guida** dell'Aifv, spiegate nel dossier "Fruit and Vegetables – Your dietary essentials. The International Year of Fruits and Vegetables 2021 Background Paper" diffuso dall'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (Fao), sono essenzialmente quattro e prevedono:

- **la promozione e la sensibilizzazione dell'opinione pubblica** riguardo all'impatto positivo del consumo di frutta e verdura sulla salute delle persone, sul benessere economico, ambientale, sociale e sullo sviluppo sostenibile;

- **la creazione e la diffusione del sapere**, diffondendo prove di evidenza sugli effetti benefici del consumo di frutta e verdura sulla salute e sull'economia sia nei Paesi sviluppati che in quelli in via di sviluppo;
- **la promozione di politiche a favore delle buone pratiche alimentari antispreco** nell'approvvigionamento alimentare (oltre il 50% della frutta e della verdura prodotta nei Paesi in via di sviluppo, infatti, si perde tra raccolto e consumo), insieme a partenariati, cooperazione, approcci olistici e integrati per il raggiungimento degli SDGs;
- **lo sviluppo di capacità e conoscenze**, per sostenere politiche di formazione nelle scuole (come la refezione scolastica, gli orti urbani e periurbani, l'alfabetizzazione alimentare, le politiche antispreco) e nei contesti produttivi, favorendo soprattutto giovani e donne.

Gli obiettivi dell'Anno internazionale della frutta e della verdura puntano alla sostenibilità ambientale e alimentare, tramite la diffusione di **buone pratiche nutrizionali** come la riduzione degli sprechi alimentari, per favorire un uso più efficiente della terra e dell'acqua, con impatti positivi sui cambiamenti climatici e mezzi di sussistenza. Le Nazioni Unite raccomandano, inoltre, il **consumo di frutta e verdura in chiave preventiva** rispetto alle malattie non trasmissibili come l'obesità, il diabete, le malattie cardiovascolari e il cancro. Incoraggiano, infine, l'aumento della consapevolezza globale sull'importanza di un'**alimentazione sana**, soprattutto di fronte alle sfide imposte dalla pandemia; la diffusione delle **tecnologie** per combattere la malnutrizione e la fame nel mondo; e il **consumo dei prodotti freschi** per rafforzare il ruolo dei piccoli agricoltori familiari e realizzare la parità di genere, dal momento che le donne ricoprono ruoli di primo piano nella produzione e nel consumo di frutta e verdura.

L'importanza dell'**approvvigionamento di cibo sano all'interno dei servizi pubblici** è oggetto, invece, del dossier diffuso a gennaio dall'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) "Public Food Procurement and Service Policies for a Healthy Diet", che propone un piano d'azione per lo sviluppo, l'attuazione e la valutazione di politiche e servizi alimentari pubblici per rifornire ospedali, mense scolastiche, istituzioni pubbliche e strutture correttive.

I luoghi pubblici possono svolgere un ruolo chiave nel garantire alle persone cibo sano, soprattutto alle fasce di popolazione più vulnerabili – spiega il dossier – seguendo alcune linee guida generali, tra cui limitare il consumo di sale e garantire che sia iodato; limitare l'assunzione di zuccheri liberi; spostare il consumo dai grassi saturi ai grassi insaturi; eliminare i grassi trans prodotti industrialmente; aumentare il consumo di cereali integrali, frutta e verdura e garantire acqua potabile e sicura.

L'impegno per trasformare il modo in cui si produce e si consuma il cibo, conclude il dossier, avrà effetti positivi sul raggiungimento degli Obiettivi di sviluppo sostenibile e, in particolare, aiuterà a porre fine alla malnutrizione (SDG 2), promuovere la salute e il benessere (SDG 3) e diffondere pratiche di appalti pubblici sostenibili (SDG 12) entro il 2030.

di Viola Brancatella

FONTE: <https://asvis.it/>