

"Perché tutti abbiamo diritto a un'alimentazione sana e onesta, ora e per il futuro dei nostri figli!"

La salute nutrizionale in relazione al sistema alimentare

Introduzione

Diverse malattie sono causate da un'alimentazione malsana (malattie legate all'alimentazione). Questo comporta costi sanitari, come visite regolari dal medico, assunzione di farmaci e ricoveri in ospedale. Se si sommano tutti i costi delle malattie su cui influisce anche l'alimentazione, il totale in Svizzera si aggira intorno ai 27 miliardi di franchi, circa la metà dei costi sanitari.

I ricercatori scientifici hanno presentato una "Dieta della salute planetaria" che protegge sia la salute umana che quella del pianeta. Secondo questa dieta, il consumo di frutta e verdura, legumi e noci dovrebbe essere circa raddoppiato, mentre il consumo di carne e zucchero dovrebbe essere dimezzato. Questo corrisponde alla dieta di un "flexitariano" che mangia carne solo occasionalmente. Ad esempio, 150 g di carne a settimana rientrano ancora nelle raccomandazioni.

Nel complesso, i ricercatori hanno sviluppato cinque strategie che possono essere attuate immediatamente per ottenere un cambiamento sostenibile nella dieta. Questi si basano su 6 fattori da cui dipende l'approvvigionamento alimentare: Acqua, Terra, Biodiversità, Clima, Azoto e Fosforo:

1. promuovere diete più sane
2. qualità e diversità anziché quantità in agricoltura
3. intensificare l'agricoltura sostenibile
4. fissare obiettivi rigorosi per l'utilizzo della terra e del mare
5. dimezzare gli sprechi alimentari

Dove l'Alleanza per la Nutrizione e la Salute vede il maggior bisogno e dove la maggiore leva per la trasformazione verso un sistema alimentare sostenibile?

- Le confezioni degli alimenti contengono informazioni facilmente comprensibili e significative sulla composizione e sui valori nutrizionali.
- Linee guida chiare sulle normative obbligatorie, ad esempio limitazione del contenuto di zucchero negli alimenti per bambini, assenza di zucchero negli alimenti preconfezionati per l'infanzia.
- Linee guida chiare sulla pubblicità di alimenti ad alto contenuto di grassi, zuccheri, sale ed energia, soprattutto per i bambini.
- Migliore cooperazione tra tutti gli attori del sistema alimentare a livello politico per raggiungere gli obiettivi di sostenibilità.

Come Alleanza per la Nutrizione e la Salute, qual è il nostro ruolo nel processo verso un sistema alimentare più sostenibile e con chi dovremmo lavorare in futuro per realizzare questa visione entro il 2030?

Il nostro ruolo consiste nel fornire supporto tecnico e consulenza indipendente ai politici di tutti i partiti per le iniziative politiche. In termini di cooperazione, vogliamo:

- Rafforzare la cooperazione con gli uffici federali
- Rafforzare gli scambi con la Federazione dell'industria alimentare svizzera e con altri operatori del settore, nonché con i principali distributori.
- Impegnarci nello scambio con altre parti interessate al sistema alimentare.