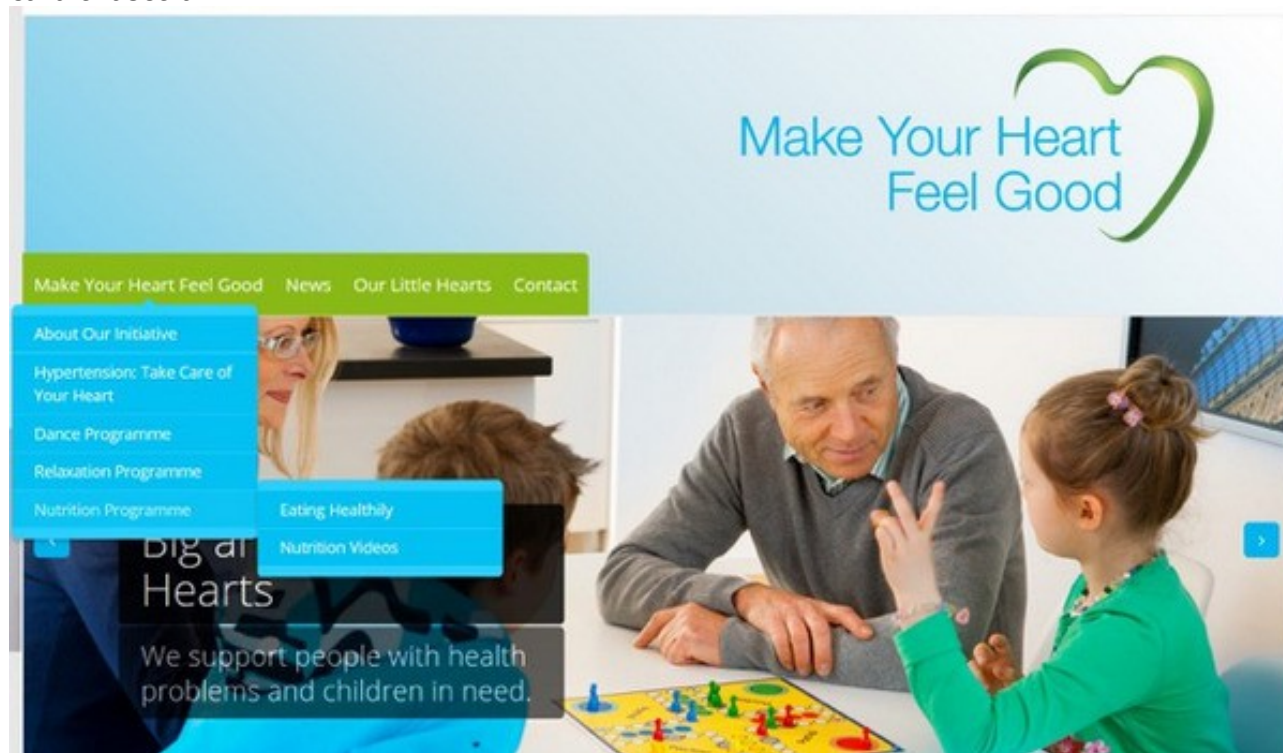


World Nutrition Day 2015 - Piatti da chef per un cuore sano

Lo chef di fama internazionale Antonio Carluccio presenta la terza tappa della campagna di Daiichi Sankyo per sensibilizzare gli europei sulla prevenzione delle patologie cardiovascolari.



Lo chef televisivo di fama internazionale Antonio Carluccio è l'ispiratore della terza tappa della campagna di informazione "Make Your Heart Feel Good!" (Fa' star bene il tuo cuore!), l'iniziativa ideata da Daiichi Sankyo per sensibilizzare gli europei sulla prevenzione delle patologie cardiovascolari. Oggi, in occasione del World Nutrition Day 2015, in una lunga intervista video lo chef lancia "saporiti" suggerimenti per cucinare e mangiare rispettando la salute del proprio cuore.

Roma, 19 novembre 2015 – Gli ultimi dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità mostrano che l'Europa è il continente più colpito da malattie non trasmissibili come le patologie cardiovascolari, il diabete, il cancro e le malattie respiratorie, responsabili di circa l'86% delle morti premature. Indispensabile pertanto un'inversione di rotta soprattutto nello stile di vita occidentale, partendo dall'attività fisica, dalla riduzione dello stress e da una dieta più sana. Dopo le lezioni di Danza e Tai Chi, la campagna "Make Your Heart Feel Good", iniziativa europea di Daiichi Sankyo per sensibilizzare la popolazione sulla prevenzione delle patologie cardiovascolari, con il sostegno dell'[Atrial Fibrillation Association \(AFA\)](#) e della [Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare \(SIPREC\)](#), giunge alla terza tappa con un video sull'alimentazione. Oggi, in occasione del World Nutrition Day 2015, Daiichi Sankyo presenta infatti l'ultima edizione del programma educativo con Antonio Carluccio, lo chef televisivo di fama internazionale che supporta il progetto con preziosi consigli per preparare semplici e gustosi piatti, mantenendo in salute il proprio cuore.

*"L'alimentazione e lo stile di vita moderno sono il frutto e lo specchio di una economia ricca e della cosiddetta società del benessere, che insieme a tanti benefici ha prodotto anche danni e problemi come stress e cibi artificiali che causano seri danni alla salute. Allora è necessario tornare alle origini, assumere alimenti genuini in quantità maggiore, diminuire drasticamente il consumo dei cibi superflui e la notevole quantità di sale che siamo soliti aggiungere alle nostre pietanze. "Ciò che dovete tener presente è che c'è una vasta gamma di ingredienti che possono sostituire il sale esaltando il sapore a tutti i nostri piatti - rivela **Antonio Carluccio** davanti alle telecamere, mentre insegna a consumare più verdura fresca in pinzimonio e a preparare saporiti ed economici involtini di pesce misto, senza nemmeno un grammo di sale - Credo nell'importanza di restare fedele agli ingredienti e alle tradizioni culinarie italiane, infatti la mia cucina è ricca di frutta, verdura e grassi salutari per il cuore" spiega ancora lo chef mentre ne dà dimostrazione preparando, ad esempio, peperoni ripieni e tagliolini al pollo.*

E dell'importanza della riduzione del sale parla anche un altro sostenitore di "Make Your Heart Feel Good" il professor **Massimo Volpe**, titolare della cattedra di Cardiologia e direttore della Scuola di specializzazione in malattie dell'apparato cardiovascolare presso l'Università degli Studi di Roma La Sapienza: *"Sono stato coinvolto in questo divertente progetto fin dall'inizio e sono molto lieto di sostenere un modo splendido di gestire quei cambiamenti degli stili di vita che servono a migliorare la salute cardiovascolare. Questo programma mostra come seguire le raccomandazioni formulate dall'OMS quali la riduzione del consumo di sale (5 g/giorno pari a circa un cucchiaino) necessaria per abbassare la pressione arteriosa e il rischio di eventi cardiovascolari, quali ictus e malattia coronarica negli adulti".*

A far compagnia ad Antonio nella sua cucina c'è Trudie Lobban, fondatrice e amministratore delegato dell'associazione benefica [Atrial Fibrillation Association](#) (AFA): *"Non è un'esperienza che capita di fare tutti i giorni quella di cucinare con un mito come Antonio; il fatto che lui comprenda a tal punto l'enorme impatto che una dieta scadente e l'eccesso di sale possono avere sulle nostre vite avrà una notevole importanza per molti individui che in Europa lo conoscono e apprezzano il suo contributo al mondo della gastronomia. La nostra associazione è stata molto lieta di essere coinvolta e supportare questa iniziativa, perché si impegna a dare beneficio ai pazienti, prima grazie a un divertente programma di danza, poi con il rilassamento e la meditazione e ora attraverso la dieta".*

Da oggi è possibile vedere i video con sottotitoli in italiano direttamente online o ordinarli gratuitamente in formato DVD sul sito www.makeyourheartfeelgood.eu, nella sezione [Nutrition Videos](#).

Ai pazienti si raccomanda comunque di consultare il proprio medico o specialista prima di intraprendere qualsiasi forma di attività che modifichi lo stile di vita.

Fonte: [Daiichi Sankyo Italia](#)