Barilla e la rilevanza dell'alimentazione

L'Industria alimentare: Qualità e Benessere

Roberto Ciati – Barilla G&R F.lli

Convegno Associazione Giuseppe Dossetti "I Valori"
La Salute vien mangiando…dalla nascita – Focus sulla Prevenzione
19 Febbraio 2008

L’impegno di Barilla

Offrire prodotti alimentari che contribuiscano a **un’alimentazione nutrizionalmente equilibrata**, riconosciuti **eccellenti per gusto** e di **qualità superiore**; realizzati nel **rispetto dell’ambiente** e della **dignità delle persone**.

L’impegno Barilla nell’alimentazione

- Crediamo che gli alimenti debbano essere una **gioia** per contribuire al **benessere** delle persone
- I nostri prodotti dovranno essere **buoni** e nello stesso tempo in grado di aiutare le persone ad adottare **stili alimentari salutari**

L’Alimentazione *è la* ***chiave*** *per il* ***benessere***
e per uno ***stile di vita sano****.*

Quadro di riferimento

Crediamo che per una sana alimentazione siano importanti:

a. Una **dieta variata**

b. Un **corretto e bilanciato apporto dei diversi nutrienti**:

- **Carboidrati buoni,** con basso indice glicemico, e **prodotti integrali** come fonte giornaliera preferenziale di **energia giornaliera (55%)**
- **Grassi buoni, seconda fonte di energia giornaliera (30%),** principalmente olii mono e poliinstauri
- **Proteine, terza fonte di energia giornaliera (15%),** principalmente derivanti da pesce, legumi, latte e derivati, carni bianche e, con moderazione, carni rosse
- **Frutta, vegetali e legumi** in quantità
- Quantità rilevanti di **fibre alimentari** da diverse fonti (cereali, legumi, vegetali e frutta), per arrivare all'obiettivo di 30gr/giorno
- Presenza di **micro-nutrienti da diverse fonti non "raffinate"** (olio extra vergine, cereali integrali, frutta e verdura)

Barilla

Il modo Barilla di progettare i prodotti



Il modo Barilla di progettare i prodotti: linee guida

- **Ingredienti** di **qualità, integri, e sicuri**
- **Arricchimento nutrizionale dei prodotti** con **ingredienti naturalmente ricchi o estratti naturali**
- **Processi che preservino** al meglio le proprietà degli ingredienti
- Non utilizzo di **grassi idrogenati** (no **trans fat**), **composti sintetici o additivi coloranti, conservanti**, addensanti né **OGM**



L’impegno Barilla per informare le persone

- Progettiamo i prodotti in modo che possano essere dei **“componenti” di un sano percorso alimentare giornaliero,** dalla colazione alla cena
- Suggeriamo **porzioni corrette**
- Suggeriamo **combinazioni di alimenti corrette**
- Forniamo alle persone **concetti semplici** con parole semplici
- Stimoliamo uno **stile di vita fisicamente attivo**



Il modo Barilla di progettare i prodotti: conoscenze nutrizionali

Un punto chiave è lo **sviluppo della nostra conoscenza sul metabolismo, sulle sensazioni e e sul benessere delle persone** dopo il consumo dei nostri prodotti, inseriti in un corretto stile di alimentazione e di vita

LE REALIZZAZIONI

Barilla Orizzonti



Fibre di cereali
Minerali

Barilla Piccolini



Barilla INTEGRALI





2005 WINNER • EXCELLENCE IN FOOD AWARDS • Health

+ Proteine
Fibre cereali e legumi
Omega 3

Barilla

LE REALIZZAZIONI



Fibre di cereali
Minerali

Senza Latte, uova

Senza Lieviti

- **Sale**
- **Grassi**

+ Fibre





4 Benefici

- **Aiuta la Salute del Cuore con Omega 3 – Betaglucani e Folati**
- **Aiuta il rallentamento dell'invecchiamento cellulare con Vit C – Vit E e Catechine**
- **Aiuta a rinforzare le difese immunitarie con Lactobacillus acidophilus e Bifidobacterium longum**
- **Migliora le funzioni intestinali con Fruttooligosaccaridi, Galattooligosaccaridi e Amido Resistente**

Barilla

L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita

La corretta alimentazione giornaliera va inserita in contesto più allargato:

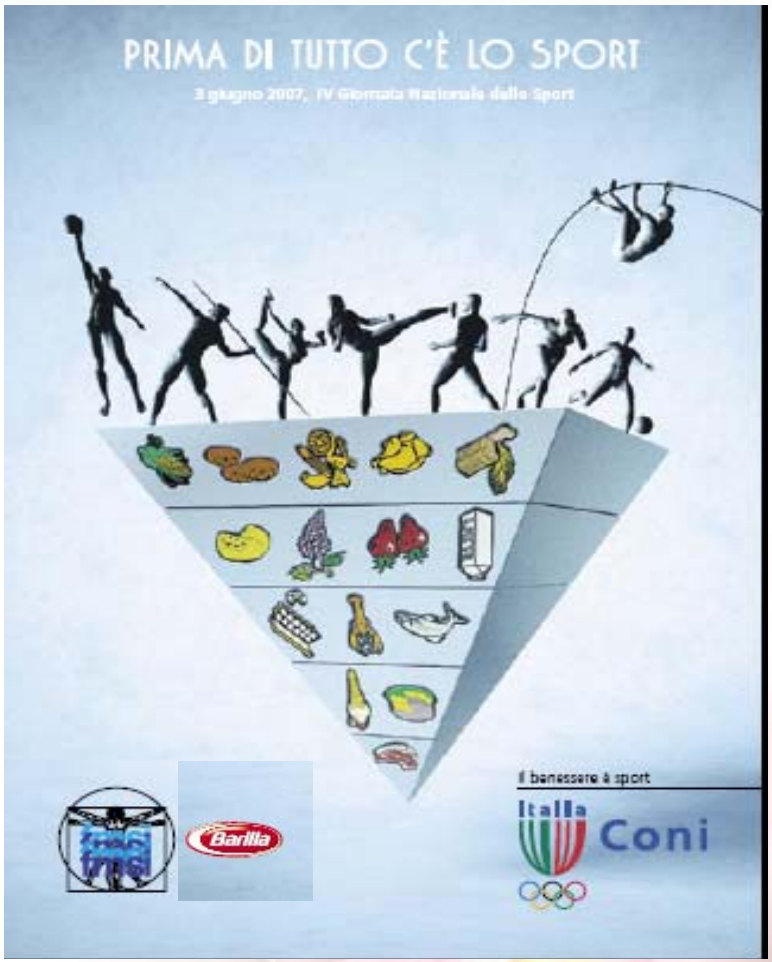
deve essere adeguatamenate integrata con una continua attività motoria



L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita - Scegli il Benessere -

Obiettivi dell’iniziativa

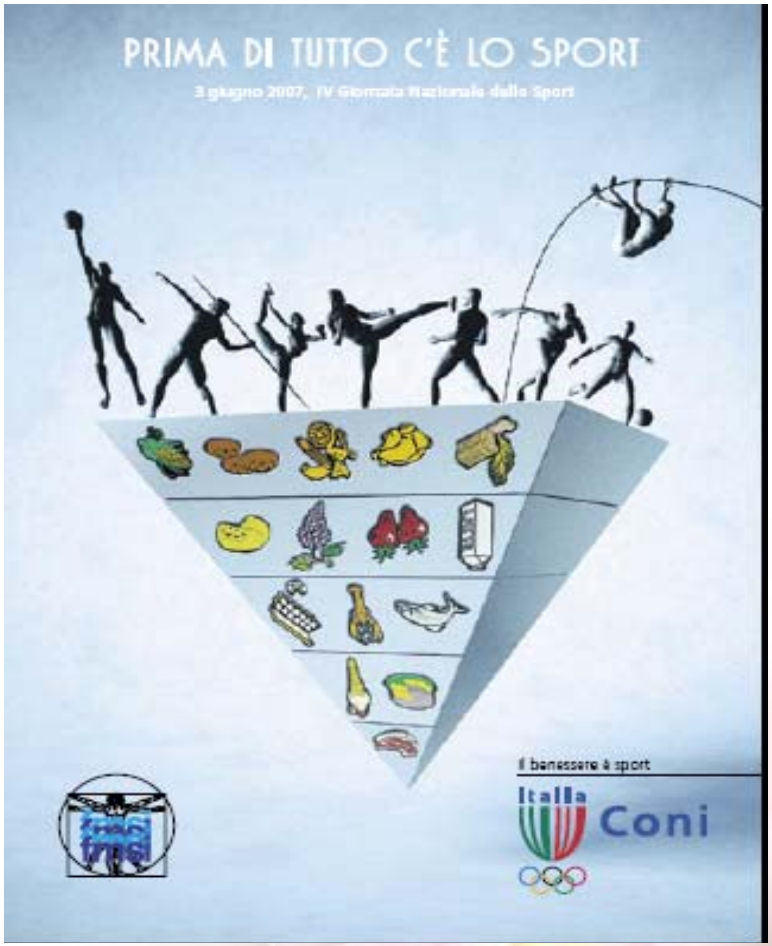
- La realizzazione di una ricerca scientifica su Sport e Alimentazione a cura della F.M.S.I. per monitorare l’attività motoria e le abitudini alimentari della popolazione italiana
- La produzione di Linee Guida contenenti le raccomandazioni fondamentali sull’attività motoria e l’alimentazione
- Una serie di attività di formazione e sensibilizzazione in grado di favorire una cultura diffusa e condivisa del benessere



L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita
- Scegli il Benessere -

Il decalogo dell'equilibrio
a cura del Comitato Scientifico di
Scegli il Benessere

1. Impara a mangiare bene e fai attività fisica: sono i pilastri più importanti di un corretto stile di vita e sono componenti integrate di un sistema finalizzato alla salute.
2. Organizza bene il tuo tempo: pratica attività fisica almeno per 30 minuti tutti i giorni.
3. Alimentati in modo regolare e commisurato al tuo fabbisogno. Ricordati inoltre di mangiare molta frutta e verdura.
4. Fai fare attività fisica ai tuoi bambini: non esiste 'una' attività fisica che sia completa. Fino all'adolescenza fai praticare più attività in modo da favorire un sano sviluppo armonico di tutte le capacità fisiche.
5. Non esistono diete speciali, salvo rari casi: mangia sempre in giusta proporzione e distribuisci i pasti nella giornata, ricordandoti di fare una buona prima colazione.
6. Fai sempre una visita preventiva dal Medico Specialista in Medicina dello Sport prima di fare attività fisica: così previeni i rischi e impari a misurare come funziona il tuo corpo.
7. Adegua l'assunzione di cibo all'esercizio fisico. Prima di uno sforzo fisico fai uno spuntino digeribile ed energetico: non fare mai sforzi a stomaco pieno (almeno 3 ore dai pasti), ma nemmeno se sei vuoto di energia.
8. Ricordati di mantenere sempre una corretta idratazione: prima, durante e dopo l'attività fisica, in particolar modo nel periodo caldo.
9. Non fare da te! Rischi di ottenere meno di quello che potresti. Chiedi consiglio al Medico Specialista in Medicina dello Sport per programmare un'attività giusta per la tua età e per le tue condizioni fisiche insieme a una corretta alimentazione.
10. Evita gli eccessi, soprattutto in periodi di stress. Fumo e alcool sono dannosi alla salute. Ricordati che il recupero, attraverso il riposo e un'adeguata alimentazione, è tanto importante quanto l'esercizio fisico.
Comunque ricordati: è importante che tu scelga un'attività fisica divertente, da bambino, da adulto e da anziano.



L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita - Giocampus Barilla -

- E’ il centro estivo di avviamento allo **sport e all’educazione alimentare per bimbi e ragazzi tra 5 e 15 anni;**
- Ideato da **Barilla**, nasce nel 2002, frutto della collaborazione con **l’Università degli Studi, il Cus e la Scuola di Pediatria dell’Università di Parma**;
- Risponde alle esigenze dei ragazzi e delle famiglie proponendosi, più che come un campo estivo, come una **proposta formativa completa**



GIOCO E SPORT

CORRETTA ALIMENTAZIONE

L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita - Giocampus -

Giocampus Barilla in cifre:

- 500 Ragazzi/Turno, 2400 Ragazzi/Estate
- Struttura di 75 operatori giornalieri
- 125.000 Ore di gioco e sport suddivise in 24 diverse attività
- 75.000 Momenti di alimentazione
- 102.000 mq. di superficie utilizzata



L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita
- 1…2…3…Via! -

Partners

Singoli
Comuni

Italia Coni

Ministero dell’Istruzione dell’Università e della ricerca

A N D I D

associazione nazionale dietisti





Barilla

L’impegno Barilla per promuovere sani stili di vita - 1…2…3…Via! -

OBIETTIVI DEL PROGETTO

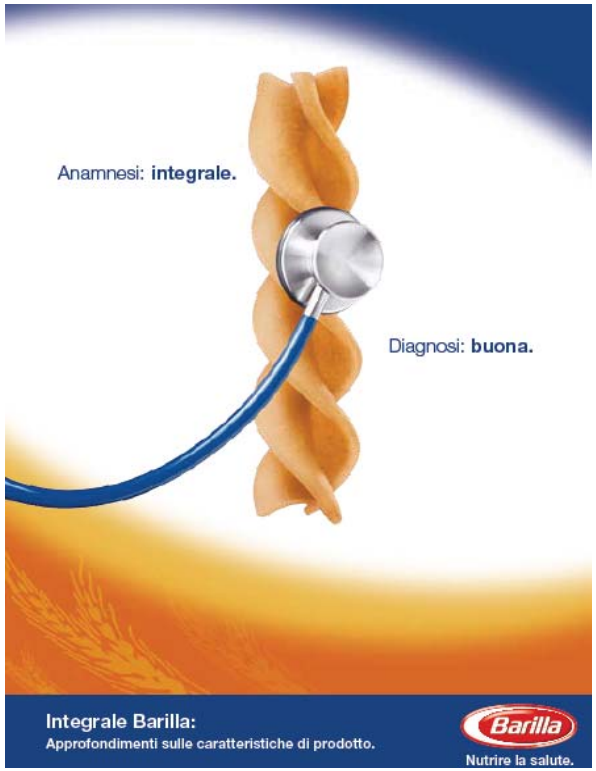
- Promuovere l’educazione motoria, fisica e sportiva nella scuola primaria
- Favorire e promuovere corretti e attivi stili di vita
- Far comprendere e sviluppare una corretta educazione al proprio benessere fisico
- Promuovere l’attività fisica come strumento di miglioramento del rendimento scolastico di ogni singolo alunno





BACK-UP

La comunicazione medico scientifica:
un aiuto nella pratica clinica di tutti i giorni





The Nutrition Network

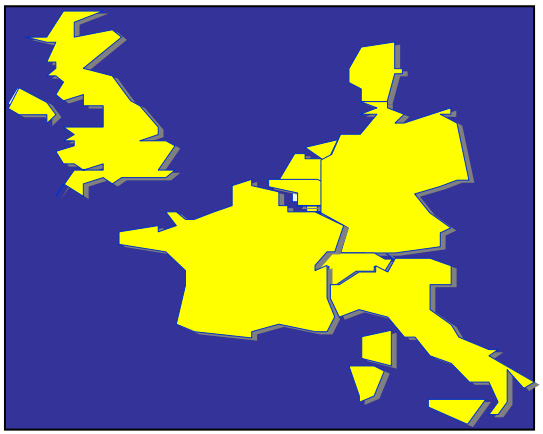
Toronto University
Prof.D.Jenkins
- Carbs metabolism
- GI Diets

Leeds University
Prof.J.Blundell
- Satiety
- Neurophysiology

HEALTH GRAIN U.E.EXPERTS NETWORK
Wholegrain: Physiological responses and health benefits

I.N.R.A. Clermont Ferrand
Prof.V.Coxam
- Joint &Bone Health.





Ist. Regina Elena
Roma
Prof.sa P.Muti / ProfH.Schunemann
Cancer & Epidemiology
Quality of Life test

San Raffaele Hospital
Milano
Prof.L.Luzi
Protein Metabolism

S.Orsola Clinic & Bologna University
Prof.sa Tosti e Bordoni
Skin Health

Miami University
Prof.C.Ricordi
- Diabetes
- Inflammation & oxidative stress

Naples University
Prof.G.Riccardi
- General metabolism
- Diabetes

Verona Polyclinic
Prof.C.Maffeis
- Pediatric nutrition

DISTAM Milan
Prof.M.Porrini
- Satiety

Washington University, S.Louis
Dr.L.Fontana
- Calories restriction
- Nutrition & ageing

Parma University
Prof.F.Brighenti
- Carbs metabolism
- GI measures
- Antioxidant

Verona Polyclinic
Prof.L.Benini
- Gastrointestinal transit
- Satiety hormones

S.Orsola Hospital Bologna
Prof. M.Campieri
- Gastrointestinal physiology
- Probiotic & Prebiotic

1... 2... 3... Il progetto in numeri

Sono tanti i fattori che contribuiscono al successo di 1... 2... 3... Via!, basta allora moltiplicare il benessere, sommare il movimento e la sana alimentazione, sottrarre la noia e dividere tutto con tanti amici. Il risultato? Eccolo qui!







11.616 + bambini scatenati di 3ª, 4ª e 5ª elementare

553 + docenti attenti e presenti

64 + plessi scolastici (il 97% delle scuole di Bari e il 100% delle scuole di Foggia)

7.700 + ore di attività motoria in palestra

384 + ore di laboratori alimentari nelle scuole

72 + ore di formazione (alimentare e motoria) per i docenti

68 + atletici istruttori Coni

9 + simpatiche dietiste Andid

3 + saggi professori del Comitato scientifico

20 + persone dello staff polifunzionale

Barilla 1... 2... 3... VIA!





