



NUVIOIETE

26 Novembre 2019  
ore 19.00 | Caffè Pedrocchi Sala Rossini

# *l'alimentazione* **EVO***luta*

**l'importanza dell'olio EVO in una sana alimentazione**



**Federazione Coldiretti Padova**

Via della Croce Rossa, 32 (PD) | Tel. 049 899 7311  
padova@coldiretti.it | www.padova.coldiretti.it

**COLDIRETTI**  
P A D O V A

# Olio EVO e sana alimentazione

Un olio extravergine di oliva (EVO) di qualità è alla base di una sana alimentazione e componente irrinunciabile della dieta mediterranea. Accanto ai principali alimenti che costituiscono la nostra dieta alimentare l'olio EVO costituisce un tassello indispensabile, purché sia garantita la qualità e l'origine. È risaputo infatti che l'olio extravergine d'oliva è ricco di sostanze polifenoliche antiossidanti, fondamentali per la salute. A sostenere la domanda di olio EVO sono per l'appunto gli effetti positivi sulla salute associati al consumo di olio di oliva provati da numerosi studi scientifici che hanno fatto impennare le richieste di quel segmento di popolazione che nel mondo è attento alla qualità della propria alimentazione. In Italia 9 famiglie su 10 consumano olio d'oliva tutti i giorni secondo uno stile alimentare fondato sulla dieta mediterranea. Negli Stati Uniti, inoltre, la Food and Drugs Administration (Fda) suggerisce di scrivere sulle bottiglie che il consumo di circa mezzo cucchiaino di olio senza aumentare le calorie complessive assunte quotidianamente garantisce un importante effetto



di prevenzione per la salute, con benefici cardiovascolari quando sostituisce il grasso saturo dannoso per il cuore. Questa giornata di confronto vuole essere l'occasione per approfondire i benefici dell'olio EVO sull'alimentazione in una dieta equilibrata.

## Relatori

### **GIOVANNI RONCALLI**

Direttore Coldiretti Padova

### **ROCCO SCIARRONE**

Direttore del S.I.A.N U.L.S.S. 6 di Padova  
Dipartimento di Prevenzione  
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

### **GAMBIN ENZO**

Direttore Aipo  
Associazione Interregionale Produttori Olivicoli

### **VOLANI ANTONIO**

Responsabile Ufficio Catasto Olivicolo,  
Certificazioni Qualità e Normative

### **BRESSAN MASSIMO**

Presidente Provinciale Coldiretti Padova

