

25 gennaio 1998 0:00

## NUTRIZIONE

comunicato stampa dell'Aduc

### MUTRIZIONE: NON E' UNA SCIENZA ESATTA, COME LA METEOROLOGIA

In Italia si consigliano 2-3 uova alla settimana, negli Stati Uniti da 7 a 14; il sale da assumere, consigliato dai nutrizionisti, varia da 1,44 grammi al giorno in Polonia a 10 grammi in Germania, passando dai 2 grammi della Svezia agli 8,75 grammi del Belgio; per l'alcool si va dai 60 grammi al giorno consigliati in Francia e Spagna ai 6,7 della Svezia.

I dati pubblicati da un'associazione britannica mettono a confronto le scelte nutrizioniste degli esperti dei vari Paesi, sottolineando notevoli differenze.

Certo e' -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- ogni Paese detta le sue regole per una corretta nutrizione, spesso condizionate dalla cultura, dagli interessi economici e dalle abitudini, che non possono essere drasticamente cambiate. Ma il colesterolo contenuto nelle uova americane e' lo stesso di quelle italiane, come il sale polacco e' uguale a quello tedeco. Insomma attenzione alle mode. Chi ha detto infatti che il sale fa male alla tensione arteriosa? In Italia e' concetto diffuso, ma un rapporto dell'amministrazione francese sugli apporti nutrizionali consigliati, dice testualmente " ... gli studi epidemiologici dimostrano chiaramente che il sale assunto non gioca