

**1**  
QUASI IL **40%** DELLA POPOLAZIONE MONDIALE - **PIÙ DI 3 MILIARDI DI PERSONE** - NON PUÒ PERMETTERSI UNA DIETA SANA

**2**  
LA PANDEMIA DA COVID-19 HA **ESACERBATO LE DISUGUAGLIANZE ED AUMENTATO IL DIVARIO ECONOMICO**

TRA I PAESI NEL MONDO, MA ANCHE ALL'INTERNO DEGLI STESSI PAESI DEFINITI "AD ALTO REDDITO", CAUSANDO UNA RECESSIONE ECONOMICA CHE POTREBBE AGGIUNGERE FINO A **132 MILIONI** O PIÙ AI **690 MILIONI** DI PERSONE CHE GIÀ SOFFRONO LA FAME

**3**  
**2 MILIARDI DI ADULTI** SOVRAPPESO O OBESI

SCARSA QUALITÀ DELLA DIETA  
STILE DI VITA INADEGUATO

COSTI SANITARI **1 TRILIONE** DI DOLLARI

**4**  
IL **14%** DELLA PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE VA **PERSA O SPRECATA** NELLE DIVERSE FASI DELLA FILIERA COMPRESA TRA IL RACCOLTO E LA VENDITA AL DETTAGLIO.

**8-10%** DELLE EMISSIONI DI GAS SERRA SONO ASSOCIATE ALLA PRODUZIONE DI CIBO CHE NON VERRÀ MAI CONSUMATO.

## LE SCELTE ALIMENTARI E DI CONSUMO SOSTENIBILI

non solo migliorano la salute del singolo e permettono il funzionamento di sistemi agroalimentari orientati a fornire cibo nutriente ed accessibile a tutti, ma si ripercuotono positivamente sul benessere del pianeta. Il consumo eccessivo di cibo favorisce gli sprechi ed aumenta i costi sanitari: una spesa più oculata e la preparazione di pietanze semplici e nutrizionalmente adeguate, seppure ridotte nella quantità, incentivano la ricerca di nuove strategie di produzione ed orienta verso sistemi agroalimentari più sostenibili.

## COME PROMUOVERE SCELTE ALIMENTARI E DI CONSUMO SOSTENIBILI?

**VARIARE L'ALIMENTAZIONE**, SCEGLIENDO **ALIMENTI DI STAGIONE** ED EVITANDO PRODOTTI ALIMENTARI ECCESSIVAMENTE TRASFORMATI DETERMINA UN AUMENTO DELLA DOMANDA DI CIBO SALUTARE, MANTIENE LA BIODIVERSITÀ ED INCENTIVA IL SOSTEGNO AD UN'AGRICOLTURA ED UN'INDUSTRIA RESILIENTE

**SCEGLIERE LEGUMI, FRUTTA SECCA A GUSCIO O SEMI** COME FONTI PROTEICHE, RIDUCENDO QUELLE DI ORIGINE ANIMALE, HA UN MINOR IMPATTO SIA SULL'AMBIENTE CHE SULL'ECONOMIA FAMILIARE E APPORTA BENEFICI IN TERMINI DI SALUTE INDIVIDUALE E COLLETTIVA

**CONTROLLARE LE ETICHETTE ALIMENTARI** E PREFERIRE ALIMENTI PRODOTTI NEL RISPETTO DELL'AMBIENTE, DEI LAVORATORI E DEL COMMERCIO EQUO E SOLIDALE

Anche i **Dietisti** promuovono la **disponibilità e l'accesso a cibo sano e sicuro per tutti** e sentono la responsabilità di aiutare le persone ad acquisire la consapevolezza di come le nostre scelte influenzino le politiche, l'economia ed i sistemi agroalimentari.

**ASAND** si impegna attivamente a collaborare e a sostenere i decisori politici nello sviluppo di interventi congiunti per far fronte alle emergenze globali, come lo è stata quella da COVID-19, ed a sostenere la FAO perché in un futuro prossimo siano realmente garantite sicurezza alimentare e migliore nutrizione per tutti. <https://www.fao.org/world-food-day/it>

Con il patrocinio della **Federazione Nazionale Ordini TSRM e PSTRP**

In collaborazione con la **Commissione di Albo Nazionale Dietisti**

