



Ministero della Salute



# Salute a portata di mano

Numerose prove scientifiche hanno dimostrato con certezza che il consumo quotidiano di almeno 5 porzioni tra frutta e verdura di stagione riduce la mortalità per malattie croniche (obesità, tumori, malattie cardiovascolari, ictus, diabete) e migliora la qualità della vita diminuendo il numero di anni di vita trascorsi in cattive condizioni di salute.

A cura di

- **TAVOLO TECNICO SULLA SICUREZZA NUTRIZIONALE (TaSiN)**

Collegio di Comunicazione, Formazione e Informazione - Gruppo di Lavoro su Comunicazione Nutrizionale per la Promozione del Consumo di Frutta e Verdure:

Ferri G.<sup>1</sup> – Copparoni R.<sup>1</sup> – Plutino G.<sup>1</sup> – Carrano E.<sup>1</sup> – Leonardi F.<sup>2</sup> – Alonzo E.<sup>2</sup> – Bologna E.<sup>2</sup> – Cairella G.<sup>2</sup> – Caputo M.<sup>2</sup> – De Lorenzo A.<sup>2</sup> – Di Renzo L.<sup>4</sup> – Silano M.<sup>2</sup> – Dau M.A.<sup>3</sup> – Ghiselli A.<sup>5</sup> – Rossi L.<sup>5</sup>

1. Ministero della Salute – DGISAN, Coordinamento Centrale TaSiN
2. Componente Tavolo Tecnico TaSiN
3. Federalimentare, Roma
4. Università degli Studi di Roma Tor Vergata, Dipartimento di Biomedicina e Prevenzione
5. CREA, Centro di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione, Roma

- **DIREZIONE GENERALE DELLA COMUNICAZIONE E DEI RAPPORTI EUROPEI ED INTERNAZIONALI, UFFICI 2 E 4**