Il "piatto alimentare" di Michelle Obama

Data: 6 aprile 2011 | Autore: Caterina Gatti



Washington, 4 giugno- Mentre suo marito è impegnato per mezzo mondo, Michelle Obama continua a dimostrare di saper usare la sua immagine di first lady. La battaglia cui si sta accingendo adesso è contro l'obesità, che negli Usa è un problema rilevante. La prima regola per combattere il sovrappeso è mangiare bene, ma come si fa ad alimentarsi in modo corretto, quali cibi si devono scegliere per mantenere un sano regime alimentare?[MORE]

La first lady ha così creato con un team di eperti il "piatto alimentare", un grafico semplice suddiviso in spicchi distinti per gruppi alimentari di base. Il piatto è distinto in quattro sezioni colorate, una per la frutta, una per le verdure, una per i cereali ed una per le proteine. Di fianco al piatto c'è un piccolo cerchio destinato ai prodotti caseari, tale simbolo suggerisce una tazza di latte magro o un vasetto di yogurt.

L'amministrazione Obama ha compreso che la popolazione ha bisogno di una semplice e chiara educazione alimentare, serve un messaggio univoco e sintetico che non confonda ma esemplifichi ed indirizzi le scelte nutrizionali. È per questo che il governo Obama ha riunito un consesso di esperti chiedendo loro di ideare un nova grafico alimentare che sostituisse la veccia piramide, il risultato è stato il piatto alimentare. Lo scopo della campagna è indicare con chiarezza quali sono le cose sane che devono essere messe nel piatto di ciascuno di noi per vivere bene. La piramide conteneva informazioni maggiori e più dettagliate? Forse si , ma certamente erano più complesse, meno comprensibili e fruibili.

Il nuovo piatto sembra dire: "Riempite metà del vostro piatto di frutta e verdura". Laddove la

promozione del consumo di alimenti sani a discapito dei cibi spazzatura è un nodo cruciale della lotta contro l'obesità, lotta condotta con fermezza dalla first lady Michelle Obama.
"Abbiamo bisogno di attirare l'attenzione dei consumatori" ha affermato Robert C.Post, direttore deputato del Department of Agriculture's center for Nutrition Policy and Promotion. Il piatto alimentare è un segnale visivo che si propone di indurre una riflessione nel consumatore. Egli guardando il piatto dovrebbe dire: " devo preoccuparmi un po' di più di quello che scelgo per costruire una dieta quotidiana salutare".

Caterina Gatti

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/il-piatto-alimentare-di-michelle-obama/14015