



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

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**