

Giornata mondiale dell'alimentazione: Campagna Amica arriva al San Luigi

Il 16 ottobre mercato contadino davanti all'ospedale: alimentazione e prevenzione si incontrano per promuovere scelte più consapevoli

Orbassano, 12 ottobre 2026 – Un'alimentazione ricca di alimenti di buona qualità può fare una differenza concreta sulla salute. **Uno studio pubblicato nel 2026** su [*The Lancet Regional Health – Europe*](#), condotto su **circa 125 mila persone**, ha rilevato che **una maggiore aderenza a modelli alimentari salutari è associata a un rischio di mortalità complessiva inferiore di circa il 10% e, per il diabete di tipo 2, a una riduzione del rischio che arriva fino al 28%**. Lo studio ha seguito i partecipanti per oltre otto anni, valutando anche l'incidenza delle malattie cardiovascolari e dei tumori.

È da queste evidenze, e dal ruolo che le scelte alimentari quotidiane hanno nella prevenzione delle malattie croniche, che parte l'iniziativa organizzata il **16 ottobre, in occasione della Giornata mondiale dell'alimentazione**, dall'AOU San Luigi Gonzaga di Orbassano insieme a Coldiretti Torino, Coldiretti Piemonte, Fondazione Campagna Amica e Fondazione Aletheia.

Dalle **8.30 alle 14.00**, davanti all'ingresso dell'ospedale, sarà allestito il **mercato contadino di Campagna Amica**, con prodotti agricoli del territorio e di stagione, mentre i professionisti sanitari del San Luigi incontreranno cittadini e visitatori per parlare di alimentazione, prevenzione e salute.

L'alimentazione rappresenta infatti uno dei principali fattori modificabili sui quali è possibile intervenire per ridurre il rischio delle malattie croniche non trasmissibili. Lo studio pubblicato su *The Lancet Regional Health – Europe* rafforza un corpo ormai ampio di evidenze: non basta semplicemente aumentare la presenza di alimenti di origine vegetale, ma è fondamentale **la qualità complessiva di ciò che si porta in tavola**, privilegiando frutta, verdura, legumi, cereali integrali e altri alimenti vegetali nutrizionalmente adeguati.

“Un ospedale non deve occuparsi soltanto della malattia quando si manifesta, ma contribuire a costruire salute prima che la malattia compaia” sottolinea **Davide Minniti, Direttore Generale dell'AOU San Luigi Gonzaga di Orbassano**. *“Una parte importante della prevenzione passa da comportamenti che ripetiamo ogni giorno e l'alimentazione è certamente tra questi. Portare un mercato contadino davanti all'ospedale significa rendere molto concreto questo messaggio: mettere in relazione i professionisti della salute, i produttori e i cittadini e offrire un'occasione per riflettere su quanto le nostre scelte quotidiane possano incidere sul benessere nel tempo”*.

Il **mercato di Campagna Amica** porterà davanti al San Luigi frutta, verdura, formaggi, yogurt, pane e altri prodotti delle aziende agricole del territorio, valorizzando **stagionalità, filiera corta, origine e rapporto diretto tra produttore e consumatore**. Una scelta che affianca alla promozione di una corretta alimentazione una maggiore conoscenza di ciò che si acquista e di come viene prodotto.



*«Con il mercato contadino al San Luigi – spiega il **presidente di Coldiretti Torino, Bruno Mecca Cici** – Proseguono le iniziative di Campagna Amica per la salute partite l'estate scorsa con il mercato di fronte all'ospedale infantile Regina Margherita. Come rappresentanza degli agricoltori sentiamo forte la responsabilità di aiutare i cittadini a nutrirsi in modo salutare per sostenere il nostro sistema sanitario nel suo quotidiano lavoro di prevenzione. L'iniziativa della Giornata dell'Alimentazione al San Luigi è per noi un punto di partenza per una futura collaborazione».*

Nel corso della mattinata i professionisti del San Luigi, coordinato dal **servizio di Dietologia**, incontreranno il pubblico sul tema **“Mangiamo bene per sostenere la nostra salute”**. Alle **12.00** sono previsti i saluti istituzionali.

La Giornata mondiale dell'alimentazione entrerà anche nella **ristorazione ospedaliera**: in collaborazione con **Serenissima Ristorazione**, saranno proposti piatti preparati utilizzando prodotti di Campagna Amica, portando così il messaggio della giornata anche all'interno dell'ospedale.

L'iniziativa vuole trasformare un appuntamento internazionale dedicato all'alimentazione in un'occasione concreta di **promozione della salute**: nello stesso luogo si incontrano chi cura, chi produce il cibo e chi ogni giorno sceglie che cosa portare in tavola.