



SABATO 4 FEBBRAIO LE ARANCE DELLA SALUTE AIRC

Metti il cancro all'angolo, scegli le Arance della Salute

Con le Arance della Salute, sabato 4 febbraio AIRC avrà l'opportunità di informare il pubblico sugli aspetti preventivi e terapeutici di una corretta alimentazione e di raccogliere nuove risorse per la ricerca sul cancro: con l'aiuto dei suoi volontari, infatti, in oltre 2000 piazze italiane saranno distribuite 400 mila reticelle di Arance rosse di Sicilia, per un contributo di 9 euro. L'ambizioso obiettivo è portare alla ricerca oltre 3.700.998 euro, grazie anche alla generosità della Regione Siciliana.

Questi fondi costituiscono la prima iniezione di risorse economiche per il 2012, fondamentali perché garantiranno la continuità dei progetti di ricerca IG - Investigator Grants – già in corso e perché consentiranno ad AIRC di avviare di nuovi, selezionati dal nostro Comitato tecnico scientifico insieme a circa 350 scienziati stranieri. Gli Investigator Grants sono in totale 476, afferiscono ai più grandi Istituti sul territorio italiano e rappresentano la spina dorsale della complessa attività di ricerca nel nostro Paese.

Le Arance della Salute sono anche l'occasione per parlare di corretta alimentazione: è stato ampiamente dimostrato che oltre il 30 per cento dei tumori nasce a tavola ed è quindi determinato da errate abitudini alimentari.

Oggi sappiamo di poter contare sugli "antitumorali alimentari": alcune molecole presenti negli alimenti svolgono un ruolo fondamentale nell'equilibrio delle funzioni vitali dell'organismo, ma possono anche avere un'azione preventiva e terapeutica nei confronti dei tumori.

Queste conoscenze sono frutto di studi di nutraceutica e nutrigenomica: si è riusciti a stabilire il potenziale profilo antitumorale di verdura e frutta - tra cui le arance - ma anche di bevande, condimenti e spezie. Questa strategia d'indagine mira non solo a identificare gli alimenti con un'intensa attività antitumorale, ma anche le varietà che potrebbero contenere quantità superiori di agenti antitumorali. Ad esempio, l'Arancia rossa di Sicilia contiene gli antociani, pigmenti naturali dagli straordinari poteri antiossidanti e circa il 40 per cento in più di vitamina C rispetto agli altri agrumi: è quindi uno degli alimenti più indicati per la prevenzione oncologica.

Insieme alle Arance, nelle piazze italiane sarà distribuita la pubblicazione speciale *"Mediterraneo benefico – la salute a tavola"* dedicata alla dieta mediterranea, un patrimonio antico di cui andare fieri perché ha importanti proprietà preventive: è ricca di vegetali, di acidi grassi monoinsaturi (per via dell'olio d'oliva), di cereali e legumi e relativamente povera di proteine animali. Oltre ai consigli degli esperti di AIRC, la pubblicazione raccoglie numerose ricette gustose e salutari, realizzate dallo chef Moreno Cedroni in collaborazione con La Cucina Italiana.

L'iniziativa prevede anche la partecipazione del mondo della scuola, con "Cancro, io ti boccio": venerdì 3 febbraio studenti, insegnanti e genitori distribuiranno le reticelle di arance nelle scuole del nostro Paese.

**Per trovare le Arance della Salute
numero speciale 840 001 001 - www.airc.it - www.arancedellasalute.it**

I numeri delle Arance

3.700.998 euro l'obiettivo della giornata

411.222 le reticelle distribuite in tutta Italia

20.000 i volontari coinvolti

2.097 le piazze

672 le scuole

9 euro il contributo richiesto

2,5 kg le arance contenute in una reticella