

## L'INIZIATIVA

Carmen Fusco

Mangiare sano fa bene alla salute. E anche alla fertilità. Nel pomodoro San Marzano, nelle «torzelle» e negli altri prodotti coltivati nel nolano la ricetta per stare in forma e liberarsi dai veleni che appesantiscono l'ambiente. A patto, però, che non contengano traccia di sostanze dannose, come i pesticidi di cui l'agricoltura intensiva fa incetta. Chi vive in zone ad alto rischio può quindi seguire una dieta «detox» per liberarsi dai metalli pesanti presenti nell'organismo. Lo hanno stabilito i ricercatori che conducono il progetto di prevenzione «Ecofoodfertility» finanziato dal ministero della Salute e attivo in tre zone d'Italia considerate le più inquinate: Brescia, Valle di Sacco nel frusinate e Terra dei Fuochi.

## LO SCREENING

Lo studio, che ha ottenuto ben nove riconoscimenti dalla comunità scientifica internazionale, ha avuto come parametro il liquido seminale, nel quale si possono rilevare più che nel sangue le tracce dell'impatto ambientale, di giovani volontari di età compresa tra i 18 e i 22 anni. Rilevata e quantificata la presenza di metalli pesanti, il gruppo di lavoro coordinato da Luigi Montano, uroandrologo dell'Asl di Salerno, esperto in patologia ambientale e medicina dello stile di vita, oltre che presidente della Socie-



## Lo studio

## Dalla Terra dei Fuochi ortaggi salva-fertilità

► Pomodori, broccoli e peperoni: la dieta detox arriva dal Nolano ► La ricerca per stabilire il rapporto tra inquinamento e riproduzione

tà Italiana di Riproduzione Umana (Siru), ha individuato il modo per difendersi dagli attentati alla salute e alla fertilità. L'elisir di lunga - e vigorosa - vita si trova nel cibo, ma non in tutto. Ciò che finisce a tavola deve essere «detox» e antiossidante. A Montano e alla sua équipe non è bastato indicare la strada: hanno anche esaminato anche gli alimenti da

**SALUTE MA NON SOLO:  
PER PRESENTARE  
IL PROGETTO LO CHEF  
«RIVISITA» LE RICETTE  
DI RUPERTO, IL CUOCO  
DI FERRANTE D'ARAGONA**



far mangiare ai giovanissimi volontari, tra i quali anche alcuni ragazzi di San Vitaliano, dove a luglio si sviluppò l'incendio di una piattaforma ecologica. A risultare praticamente incontaminati sono stati, manco a farlo apposta, i prodotti agricoli coltivati in una terra spesso tacciata di essere tra le più inquinate d'Italia.

Come dire che la medicina per prevenire i danni della terra dei fuochi sta proprio nella terra dei fuochi: e i «farmaci» sono pomodoro San Marzano, torzelle e broccoli, melanzane, peperoni e papaccelle, zucca,

zucchine, insalata, patate.

## LA DIETA

Sotto la lente la produzione della cooperativa agricola Eccellenze Nolane che non solo ha superato l'esame, ma è diventata partner del progetto «Ecofoodfertility», facendosi carico di inviare ai 1500 ragazzi che fanno parte della ricerca l'occorrenza per preparare menu tipici della dieta mediterranea. Da qui l'iniziativa che domani vedrà le campagne della cooperativa diventare ufficialmente «orto della fertilità»: appuntamento alle 17.30 a Cimitile, in via Boscofangone. Qui i ragazzi, i medici ed i ricercatori planteranno l'insegna nel campo coltivato rispettando le stagioni e l'ambiente. Sarà l'occasione per illustrare le fasi del progetto e per degustare le ricette preparate con il paniere dei prodotti della rete eubiotica per la salute ambientale.

## IL GUSTO

Sapere che nell'attesa delle tante agognate bonifiche è possibile correre ai ripari ha fatto tirare più di un sospiro di sollievo ed è per questo che a voler dare un contributo è stato anche uno chef stellato. E il caso di Paolo Barrale che tra l'altro, insieme a con Giuseppe Fasulo, lo chef dell'Agriturismo di città di Eccellenze Nolane, ha rivisitato per l'occasione anche alcuni piatti contenuti nel libro di ricette di Ruperto de Nola, cuoco alla corte di re Ferrante d'Aragona. Bonificare l'«uomo inquinato», finalmente, si può.