

## **La dieta mediterránea, algo más que una pirámide de alimentos**

### **La Embajada de Italia en Madrid organizaba la conferencia ‘La cocina mediterránea entre historia, ecología y cambio climático’ para lograr una reflexión sobre el futuro de este tipo de cocina en tiempos de cambio climático**

Si algo caracteriza a la Dieta Mediterránea es que está formada por una gran variedad de vegetales frescos que van desde frutas y verduras hasta legumbres y frutos secos. Sus beneficios para la salud llevaron a la UNESCO a incluirla en la lista representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad en 2010.

Por ello, la Embajada de Italia en Madrid ha organizado recientemente una conferencia en la Escuela italiana de Madrid bajo el título ‘La cocina mediterránea entre historia, ecología y cambio climático’, de la mano de Gabriele Volpato, profesor de la Universidad de Ciencias Gastronómicas de Pollenzo, Italia. La actividad se encuentra enmarcada dentro de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España, celebrada del 14 al 20 de noviembre.

El acto ha contado con la presencia del Embajador de Italia en Madrid, Riccardo Guariglia, quien ha recordado como "la Escuela Italiana de Madrid es una de las joyas de la presencia italiana en España y el objetivo de la Embajada es ponerla en valor y asociarla a las iniciativas que organizamos. Lo hicimos cuando vino la selección italiana de esgrima, lo hemos repetido cuando la federación italiana de golf trajo la Ryder Cup a Madrid y lo volvemos a repetir ahora con la Semana de la Cocina Italiana. En este caso, quisimos que el profesor Gabriele Volpato, abordara con los estudiantes los temas de la dieta mediterránea y de su entorno geográfico, que es parte de nuestra cultura y de nuestra civilización".

Por su parte, Giorgio Guglielmi, vicedirector de la Escuela italiana en Madrid, ha afirmado que "la salud alimentaria es parte de nuestro programa escolar, un tema que tratan los profesores de ciencias pero que realmente involucra a todas las asignaturas. Normalmente ofrecemos a los alumnos de nuestro comedor una carta elaborada a base de productos italianos, con recetas originales y pensadas para obtener un equilibrio entre carne, pescado y demás productos. Y es que nuestra intención es cuidar la salud y ofrecer una actividad en la que se puedan descubrir nuevos sabores. Con motivo de la Semana de la Cocina Italiana hemos preparado un menú selecto basado en productos italianos con Denominación de Origen".

Durante la conferencia, en la que han participado alumnos de entre 13 y 16 años, el profesor Volpato, relacionó la historia y la ecología del mar Mediterráneo, defendiendo la importancia de la dieta mediterránea para el mantenimiento de la biodiversidad y la salud del planeta.

"Es cierto que cada alimento que comemos es la expresión de un clima, un paisaje y una historia, desde las cebollas de Tropea hasta las hamburguesas de McDonald's. Seguramente las historias son

diferentes para cada alimento, pero todo lo que comemos, de un modo u otro, nace de la tierra y el mar, de los climas y los paisajes, y son las expresiones de las innumerables formas en que las culturas humanas se relacionaron con esas ecologías y su biodiversidad", ha indicado el profesor.

Además, Volpato ha hecho hincapié en cómo los ingredientes y las prácticas asociadas a la cocina mediterránea expresan una profunda conexión con su entorno social y geográfico. "Todo lo que hacemos es el resultado de lo que hicieron las generaciones anteriores, los alimentos que componen la dieta mediterránea son la manifestación de los vínculos materiales, sociales y emocionales de las generaciones a lo largo de la historia.

La comida es un hilo conductor que une a los habitantes contemporáneos con los anteriores. "Sa merca", por poner un ejemplo, es el salmonete cocido en agua salada y envuelto en las hojas de una planta, una receta que hoy se produce y consume en el oeste de Cerdeña y que viene desde los fenicios que se instalaron en las islas hace tres mil años. En lengua fenicia, "sa merca" significa "comida salada". Podríamos poner innumerables ejemplos similares", ha concluido el profesor.

Todas las actividades de la VII edición de la Semana de la Cocina Italiana en España pueden descargarse en este enlace.

**Datos de contacto:**

María Hernández  
91 721 79 29

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Internacional](#) [Nacional](#) [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Madrid](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>