

La settimana più bollente dell'anno ha stravolto i consumi degli italiani



La settimana più bollente dell'anno ha stravolto i consumi degli italiani con un boom degli acquisti di frutta e verdura in aumento del 20%, ma un balzo si registra anche per i gelati, la birra e l'acqua che aiutano a combattere la grande afa.

E' quanto stima la **Coldiretti** in riferimento all'impatto sugli acquisti provocato dal forte innalzamento delle temperature rispetto allo stesso periodo del mese scorso. La svolta meteo – sottolinea la Coldiretti – ha cambiato il menu e spinto a portare in tavola o in spiaggia cibi freschi genuini e dietetici che dissetano, reintegrano i sali minerali persi con il sudore e riforniscono di vitamine come la frutta.

Peraltro le condizioni climatiche favorevoli del mese di giugno – continua la Coldiretti – hanno favorito la produzione di frutta dolcissima con un elevato grado zuccherino e di sostanze antiossidanti (vitamine, antociani e betacaroteni).

Nonostante questo i compensi riconosciuti agli agricoltori per alcuni prodotti sono del tutto insoddisfacenti, al di sotto dei costi di produzione, con i prezzi che moltiplicano dal campo alla tavola – denuncia la Coldiretti – per colpa delle distorsioni lungo la filiera e delle importazioni selvagge di prodotto straniero spacciato per italiano.

Per iniziativa della Coldiretti si sono svolte significative mobilitazioni con gli agricoltori che hanno preferito regalare albicocche a cittadini e turisti piuttosto che svenderle a pochi centesimi. L'obiettivo – riferisce la Coldiretti – è far conoscere la difficile situazione in cui si trovano gli agricoltori nazionali con i raccolti già colpiti pesantemente dal maltempo, ma anche sostenere il consumo di frutta di stagione italiana che aiuta a combattere le alte temperature e a stare in forma.

Per ottimizzare la spesa, ottenere il miglior rapporto prezzi-qualità e aiutare il proprio territorio e l'occupazione, il consiglio della Coldiretti è quello di verificare l'origine nazionale, acquistare prodotti locali che non devono subire grandi spostamenti, comprare direttamente dagli agricoltori nei mercati o in fattoria". In un momento di difficoltà – continua la Coldiretti – si tratta di un atto di solidarietà a favore degli agricoltori, ma anche di un aiuto al proprio benessere per combattere il grande caldo. Con le alte temperature di questi giorni la frutta – precisa la **Coldiretti** – disseta, reintegra i sali minerali persi con il sudore e rifornisce di vitamine l'organismo ma aiuta anche a "catturare" i raggi del sole ed è anche in grado di difendere dalle scottature.

La dieta adeguata per una abbronzatura sana e naturale si fonda infatti sul consumo di cibi ricchi in Vitamina A che favoriscono la produzione nell'epidermide del pigmento melanina che protegge dalle scottature e dona il classico colore scuro alla pelle. Sul podio del "cibo che abbronza" secondo la speciale classifica stilata dalla Coldiretti salgono carote, radicchi e albicocche, ma sono d'aiuto anche insalate, cicoria, lattughe, meloni, peperoni, pomodori, pesche e ciliegie.