

Comunicado de Imprensa

Fundação Portuguesa de Cardiologia aplaude decisão da UNESCO sobre Dieta Mediterrânica

Lisboa, 5 de dezembro de 2013 – A Fundação Portuguesa de Cardiologia (FPC), uma das entidades promotoras da inclusão de Portugal na candidatura da Dieta Mediterrânica a Património Cultural Imaterial da Humanidade, congratula-se pela apreciação favorável da UNESCO. A decisão, anunciada ontem em Baku durante a 8ª sessão do comité intergovernamental da organização, reforça a promoção de um regime alimentar adequado ao combate às doenças cardiovasculares, uma das principais causas de morte a nível mundial.

Caracterizada por hábitos nutricionais saudáveis estreitamente ligados ao consumo de legumes, frutos frescos, peixe e azeite como principal gordura alimentar, a Dieta Mediterrânica é associada à prevenção de doenças como a diabetes tipo 2, hipertensão arterial, doença cardiovascular ou a obesidade e mesmo cancro.

Mais do que um regime alimentar “a Dieta Mediterrânica está associada a um estilo de vida saudável e de promoção de bem-estar dos indivíduos e das populações”, como explica Jacinto Gonçalves, cardiologista e vice-presidente da FPC. “Foi o potencial desta dieta na preservação da saúde cardiovascular que nos estimulou a apoiar a candidatura de Portugal desde o início. A aprovação pela UNESCO é um estímulo e um desafio para que todos nos empenhemos a tornar a Dieta Mediterrânica o padrão alimentar e o estilo de vida de todos os portugueses”

Recorde-se que a candidatura, representada em Portugal por entidades como o Gabinete da Ministra da Agricultura e do Mar, a Direção Geral de Saúde, a Câmara Municipal de Tavira, a Fundação Portuguesa de Cardiologia e o Movimento Mulheres de Vermelho pretendia afirmar a Dieta Mediterrânica enquanto património civilizacional partilhado e promover o estilo de vida associado à mesma.

Para mais informações, contactar:

Nélia Silva

nelia.silva@dne.pt | 91 986 46 78