



## Cultura & Sotziedade

Un convegno internazionale tra Sardegna, Spagna e Isole Baleari.

Scelte nutrizionali delle popolazioni del bacino mediterraneo, salute e promozione del viver bene e ancora, confronto tra dieta sardo-mediterranea e tradizioni alimentari delle isole Baleari e di alcune zone della Spagna. Tutte accomunate nella loro sobrietà alimentare dal piatto unico della Panada, capace di riunire i principali macronutrienti e micronutrienti necessari per un pasto completo.

Questi e altri ancora sono i temi al centro del dibattito transdisciplinare con ricercatori e addetti ai lavori nel campo della promozione del benessere di Sardegna, Spagna ed Isole Baleari dal titolo "Strategie Nutrizionali dei Popoli del Mediterraneo - Focus sui Piatti unici e salute - La Panada" in programma sabato 21 aprile 2018 dalle ore 9,30 nella sala conferenze dell'agriturismo "Is Scalas" di Assemini.

Il Convegno Internazionale è organizzato dalla Comunità Mondiale della Longevità, da Medicina Sociale, dalla Fondazione di Sardegna, dall'Osservatorio Internazionale sulla Longevità e l'invecchiamento attivo, dall'Associazione "Sa Mata" di Assemini e dall'Associazione "Città di Assemini". L'appuntamento si inserisce nell'ambito delle iniziative svolte dalla Comunità Mondiale della Longevità dal 2010 sul legame tra invecchiamento attivo, benessere ed alimentazione e, rappresenta la terza conferenza internazionale su queste tematiche. Raccoglie inoltre l'eredità e l'esperienza di tre precedenti meeting "Cent'annus papendi panadas" (2016 Assemini), "La via della Panada" (2016 Cuglieri) e "Panada di Sardegna" (2017 Oschiri) aggiungendo un ulteriore tassello alla ricerca sulla promozione del benessere.

Sarà aperto da una relazione del Presidente della Comunità Mondiale della Longevità Roberto Pili sulla metodologia nutrizionale dei piatti unici della dieta mediterranea in rapporto con la promozione della salute, il benessere e la longevità. *"L'equilibrato connubio nutrizionale dei piatti unici della Dieta Mediterranea, come la Panada - afferma Roberto Pili - è capace di riunire in un'unica portata, i principali macro e micronutrienti necessari per una corretta alimentazione. Questo di fatto ha contribuito al successo antropologico dei popoli mediterranei ai vertici con Sardegna e Ikaria della centenarietà mondiale"*.

A seguire la Presidente dell'Associazione "Sa Mata", Veronica Matta, illustrerà i risultati della sua inchiesta antropologica "Panada on the road, viaggio antropologico sul gioiello della dieta sardo-mediterranea" nella quale sono descritti punti di contatto e le affinità tra Sa Panada, il tipico piatto unico della dieta sardo-mediterranea e specialità simili presenti nella tradizione spagnola e nelle isole Baleari. *"La Sardegna e le isole Baleari hanno più similitudini di quanto crediamo, entrambe sono al centro dei traffici*

*e della storia del Mediterraneo – dichiara Veronica Matta – la cultura tecnico-alimentare mediterranea è il frutto di influenze e contaminazioni derivati da scambi commerciali e culturali da parte di quelle popolazioni che si sono avvicinate, navigando in tutto il bacino del Mar Mediterraneo. Non è proprio remota la probabilità che Sa Panada sia nata da un'integrazione e resistenza con gli invasori, per poi diffondersi e resistere”.*

Al tavolo dei lavori, moderati dal giornalista Gianni Filippini e da Veronica Matta, si alterneranno quindi alcuni ospiti dalla Spagna e dalle Isole Baleari: Francisco Salleras Juan, fondatore e Presidente “Caballeros y Damas de Honor de Santa Maria de la Panada”, Mario Alonso Aguado, Direttore de La Merced. Membro della Reale Accademia di Belle Arti e Scienze Storiche di Toledo, Pep Pelfort, Direttore Centre d’Estudis Gastronòmics Menorca, Bep Allès, Direttore “El Iris” e Presidente dell’associazione dei giornalisti e scrittori gastronomici delle Isole Baleari, Bartomeu Arbona, maestro e scrittore. Questi ospiti stranieri racconteranno esperienze ispaniche nelle quali la propria tradizione alimentare si intreccia con spiritualità ed identità.

Sarà poi la volta degli ospiti sardi, tra cui Maria Carmela Deidda, Presidente della Associazione “Città di Assemini” e vice Presidente del Centro Internazionale di Etnostudi , di Mauro Perra, archeologo e Direttore del Museo Archeologico di Villanofranca. *“La ricchezza di questo piatto, la diversità tra le varie panade e la loro costante presenza nel contesto sociale delle comunità – dichiara Maria Carmela Deidda – costituiscono la grande ricchezza di questo antico alimento dalle origini sconosciute. Tra le tradizioni che identificano un popolo sicuramente c’è il grande patrimonio gastronomico. La panada si apre al confronto internazionale diventandone un soggetto primario”.*

Chiuderà la serie degli interventi la relazione di Andrea Loviselli, Docente di Endocrinologia all’Università di Cagliari che riprenderà le qualità nutrizionali e proprietà della dieta sardo mediterranea nella prevenzione delle patologie età-correlate e le cosiddette patologie non trasmissibili.



*Concorso “La panada d’oro” Assemini, Cuglieri e Oschiri.*

Dopo i lavori della mattina sempre presso l’Agriturismo Is Scalas, si terrà a partire dalle ore 15:30, il grande Concorso “La Panada d’oro”, organizzato da Sa Mata, Centro

Etnostudi, Gruppo Folk Città di Assemini, Osservatorio Mondiale della longevità, Gurulis Nova e La Casa della Panada che unirà gruppi di bambini di Assemini, Cuglieri e Oschiri in un confronto culturale e culinario nell'antica arte della panada. Seguirà lo show cooking coi maestri e artigiani provenienti dalla Sardegna (Carlo Matta, Maria Carmela Mereu, Laura Mereu, Rita Fenu, Marisa Cossu) e dalle Isole Baleari (Pep Pelfort, Bep Allès, Tomeu Arbona) al termine del quale si potranno degustare le attese e appetitose panadas/panades.

*15-04-18.*