

queste istituzioni

**A proposito di “Cucina italiana”:
la valorizzazione della Dieta
Mediterranea e l’alimentazione
sostenibile nelle esperienze
regionali italiane**

Luigi Colella e Mariarosaria Sticco

Numero 1/2026

15 aprile 2026

A proposito di “Cucina italiana”: la valorizzazione della Dieta Mediterranea e l’alimentazione sostenibile nelle esperienze regionali italiane

di Luigi Colella e Mariarosaria Sticco*

Sommario

1. La Dieta Mediterranea: uno “stile di vita” tra tradizione, ibridazione e innovazione – 2. La Dieta Mediterranea come patrimonio immateriale dell’Umanità tra identità culturale e valori costituzionali – 3. La Regione Campania: un modello di riferimento nazionale nella valorizzazione della Dieta Mediterranea – 4. Analisi comparativa della normativa *ad hoc* sulla Dieta Mediterranea di alcune Regioni: Calabria, Marche, Sicilia, Basilicata, Umbria – 5. Le Regioni con modello di legislazione trasversale alla valorizzazione della Dieta Mediterranea – 6. Le Regioni con legislazione *in fieri* in materia di Dieta Mediterranea – 7. Il valore dell’educazione ambientale, alimentare e agli stili di vita sani – 8. Brevi conclusioni.

Sintesi

Il contributo analizza la Dieta Mediterranea quale modello di eccellenza per la salute e la sostenibilità, ripercorrendone l’evoluzione da pratica alimentare millenaria a patrimonio culturale immateriale UNESCO. L’indagine esamina la risposta del legislatore italiano, evidenziando un quadro normativo regionale eterogeneo. Attraverso un approccio comparatistico, lo studio individua tre modelli di intervento: le regioni con legislazione *ad hoc* (Campania, Calabria, Marche, Sicilia, Basilicata e Umbria), orientate alla tutela dell’identità territoriale e della biodiversità; i contesti che adottano un modello “trasversale”, integrando i principi della Dieta Mediterranea nelle politiche di prevenzione sanitaria, welfare e ristorazione collettiva; e le realtà in cui la disciplina risulta ancora frammentaria. In questa prospettiva, emerge l’esigenza di una governance multilivello più coerente e coordinata, capace di superare la frammentarietà degli interventi e di riconoscere la Dieta Mediterranea quale asse strategico delle politiche di prevenzione sanitaria, tutela della biodiversità e sviluppo territoriale sostenibile.

Abstract

The paper analyses the Mediterranean Diet as a model of excellence for health and sustainability, tracing its evolution from a millenary dietary practice to its recognition as UNESCO Intangible Cultural Heritage. The study examines the response of the Italian legislator, highlighting a heterogeneous regional regulatory framework. Through a comparative approach, three main models of intervention are identified: regions with a specific legislation (Campania, Calabria, Marche, Sicily, Basilicata and Umbria), aimed at protecting territorial identity and biodiversity; contexts adopting a “cross-sectoral” model, integrating the principles of the Mediterranean Diet into policies on health prevention, welfare and collective catering; and regions where regulation remains fragmented. From this perspective, the need emerges for more coherent and coordinated multilevel governance capable of overcoming the fragmentation of interventions

* Luigi Colella, Professore associato presso il Dipartimento di Scienze Politiche dell’Università degli Studi della Campania “Luigi Vanvitelli”, è autore dei paragrafi 2, 3 e 4, mentre Mariarosaria Sticco, Dottoranda di ricerca presso il Dipartimento di Scienze Politiche dell’Università degli Studi della Campania “Luigi Vanvitelli”, è autrice dei paragrafi 1, 5, 6 e 7. Entrambi sono coautori del paragrafo 8.

and recognising the Mediterranean Diet as a strategic pillar of public health policies, biodiversity protection and sustainable territorial development.

Parole chiave

Dieta Mediterranea; UNESCO; Valorizzazione del patrimonio immateriale; Sostenibilità alimentare; Welfare sanitario.

Keywords

Mediterranean Diet; UNESCO; Enhancement of Intangible Cultural Heritage; Food Sustainability; Health Welfare.

1. La Dieta Mediterranea: uno “stile di vita” tra tradizione, ibridazione e innovazione.

Dopo quindici anni dal riconoscimento della *Dieta Mediterranea* come bene U.N.E.S.C.O., è giunto a fine 2025 un altro importante merito e traguardo per l'Italia in tema di alimentazione sostenibile: la *Cucina italiana* è stata dichiarata patrimonio immateriale dell'Umanità, una conquista importante tra sostenibilità e diversità bioculturale.

Tale ultimo riconoscimento costituisce l'occasione per verificare lo stato dell'arte in Italia sulla legislazione in materia di Dieta Mediterranea e sulla effettività dei principi guida a tutela di un bene culturale immateriale dalle straordinarie potenzialità. Come è noto si tratta non solo di una pratica alimentare seguita nell'antichità dalle popolazioni che vivevano lungo la costa mediterranea¹, ma di uno stile di vita sano e sostenibile, scientificamente dimostrato come fattore di prevenzione di malattie e ordinaria cura del corpo e della mente.

In origine, diffusa soprattutto tra le popolazioni greche e romane², la Dieta Mediterranea si basava sulla triade “pane-olio d'oliva-vino”, integrata da legumi, formaggi e il consumo sporadico di carne³. Con le invasioni dei popoli del Nord Europa, intorno all'anno 1000 d.C., lo stile alimentare mediterraneo subì un'evoluzione significativa: le abitudini dei popoli del Mediterraneo iniziarono a integrare due modelli distinti, quello “classico” greco-romano, fondato sui cereali, e quello “barbarico” celtico-germanico, basato su frutti selvatici e allevamento brado, soprattutto di suini. Nonostante le differenze, i due modelli si fusero nel tempo, dando origine a un regime alimentare più ricco e variegato. Nell'827 d.C., a seguito della conquista di gran parte dell'Italia meridionale da parte degli Arabi, il modello alimentare mediterraneo subì ulteriori ibridazioni, tra cui la diffusione della pasta come alimento di base nella Dieta Mediterranea⁴. Attraverso i secoli e le diverse epoche storiche, compresi i due conflitti mondiali, il regime alimentare

¹ Sul tema, si veda A. TRICHOPOULOU, T. COSTACOU, C. BAMIA, D. TRICHOPOULOS, *Adherence to a Mediterranean Diet and Survival in a Greek Population*, in *New England Journal of Medicine*, vol. 348, n. 26, 2003, pp. 2599-2608.

² E. MORO, *La dieta mediterranea. Mito e storia di uno stile di vita*, Il Mulino, 2014.

³ C. GUARINO, *La dieta mediterranea. Un patrimonio dell'umanità per uno stile di vita sostenibile*, Ledizioni, 2024.

⁴ Altra tappa fondamentale nella definizione del regime alimentare della Dieta Mediterranea fu la scoperta dell'America nel 1492, che permise di importare dal Nuovo Mondo numerosi nuovi alimenti (ad es. pomodori, caffè, zucchero).

mediterraneo si consolidò progressivamente, fino alla definizione, negli anni '50 e '60, del modello contemporaneo⁵, che, pur differendo tra i vari paesi dell'area mediterranea, conserva un comune *pattern* dietetico.

In questo quadro, la paternità della ricerca sulla Dieta Mediterranea è da attribuire al medico nutrizionista Lorenzo Piroddi (1911-1999), che nel 1939 ipotizzò la connessione tra abitudini alimentari e insorgenza delle malattie del ricambio. Piroddi, con l'intento di curare i suoi pazienti, elaborò una prima versione della Dieta Mediterranea, che limitava il consumo di grassi animali privilegiando quelli vegetali⁶.

Tuttavia, il primo studioso a portare il concetto di “Dieta Mediterranea” all'attenzione della scienza fu Ancel Keys (1904-2004). Negli anni '40, a Creta, seguendo le truppe alleate, osservò che l'incidenza di malattie cardiovascolari era notevolmente inferiore rispetto agli Stati Uniti. Giunto a Paestum, nel 1944, rimase colpito dalle abitudini alimentari della popolazione cilentana e intuì che la bassa incidenza di malattie cardiovascolari, e di conseguenza la maggiore longevità rispetto alle popolazioni del Nord Europa e degli Stati Uniti, fosse legata a un modello alimentare adottato da secoli⁷. Sulla base di queste osservazioni, si trasferì con la famiglia a Pioppi, dove osservò che l'alimentazione dei contadini locali, povera di grassi animali, era basata principalmente su pane, pasta, legumi, frutta e verdura di stagione, olio extravergine di oliva, vino e frutta secca.

Tali osservazioni portarono Keys ad avviare il celebre *Seven Countries Study*⁸, uno studio epidemiologico che coinvolse sette paesi – Finlandia, Giappone, Grecia, Italia, Olanda, Stati Uniti e Jugoslavia – con l'obiettivo di confrontare lo stile di vita e le abitudini alimentari di diverse popolazioni. I risultati cui giunse confermarono la relazione tra la dieta seguita e l'incidenza di alcune malattie, chiarendo, in particolare, che il tipo di grassi utilizzati (e non la loro quantità) aveva una grande influenza sulle malattie cardiovascolari.

La conclusione di questa ricerca portò Keys a definire la Dieta Mediterranea come lo «stile di vita»⁹ migliore per vivere meglio e più a lungo, rendendolo popolare in tutto il mondo¹⁰.

⁵ Cfr. E. MORO, *L'invenzione della dieta mediterranea. Storia di un'idea alimentare*, Il Mulino, Bologna, 2014; E. MORO, M. NIOLA, *Andare per i luoghi della dieta mediterranea*, Il Mulino, 2017.

⁶ L. PIRODDI, *Cucina Mediterranea. Ingredienti, principi nutritivi e ricette della dieta che tutto il mondo ci invidia*, Mondadori, Milano, 1993 (ed. postuma).

⁷ Sul tema, si veda F. SOFI, F. CESARI, R. ABBATE, G. F. GENSINI, A. CASINI, *Adherence to Mediterranean Diet and Health Status: Meta-Analysis*, in *BMJ*, n. 337, 2008, p. 1344; R. ESTRUCH, E. ROS, J. SALAS-SALVADÓ et al., *Primary Prevention of Cardiovascular Disease with a Mediterranean Diet*, in *New England Journal of Medicine*, vol. 368 n. 14, 2013, pp. 1279-1290.

⁸ A. KEYS, A. MENOTTI, C. ARAVANIS ET AL., *The Seven Countries Study: 2,289 Deaths in 15 Years*, in *American Journal of Epidemiology*, vol. 120, n. 6, 1984, pp. 903-915.

⁹ E. MORO, M. NIOLA, *I segreti della dieta mediterranea. Mangiare bene e stare bene*, Il Mulino, 2020.

¹⁰ Non è un caso che Keys, nel suo libro del 1975 *Eat well, stay well: the Mediterranean way*, descrive così la Dieta Mediterranea: «Il cuore di quello che consideriamo Dieta Mediterranea è principalmente vegetariano: la pasta è presente in diverse tipologie, verdura a foglie di stagione condita con olio di oliva, il tutto completato con frutta ed un consumo moderato di vino. Nessun pasto principale nei paesi del Mediterraneo è completo senza una gran quantità di verdure. Mangiafoglia è il nome italiano per “to eat leaves” e che costituisce la parte chiave di una buona Dieta

Sulla base di queste considerazioni, e soprattutto della concezione della Dieta Mediterranea come stile di vita – intesa come un insieme di conoscenze, abitudini sociali e tradizioni culturali tramandate nel tempo dalle popolazioni che si affacciano sul Mare Nostrum – nel 2010 è arrivato il riconoscimento da parte dell’U.N.E.S.C.O. come *Patrimonio culturale immateriale dell’umanità*; da questo momento le Regioni italiane, in tempi diversi, hanno iniziato a valorizzare la *dieta mediterranea* come patrimonio culturale immateriale anche attraverso le proprie specificità e competenze (legislative, istituzionali ed ambientali).

2. La Dieta Mediterranea come patrimonio immateriale dell’Umanità tra identità culturale e valori costituzionali.

Come si è già detto, nel quadro del suo impegno volto a salvaguardare e valorizzare i beni culturali immateriali di particolare rilievo¹¹, nel 2010 l’U.N.E.S.C.O. ha iscritto la Dieta Mediterranea nella Lista rappresentativa del patrimonio culturale immateriale dell’umanità¹², riconoscendone l’alto valore culturale, sociale e identitario. Tale riconoscimento ha valorizzato uno stile alimentare tradizionale tipico delle regioni italiane, in particolare di quelle meridionali, fondato sul consumo di cereali, olio extravergine di oliva, pesce, frutta, verdura di stagione e un uso moderato del vino, espressione di un patrimonio di conoscenze, pratiche e tradizioni tramandate nel tempo.

Con tale riconoscimento, il Comitato intergovernativo dell’ONU ha inteso premiare non i singoli cibi, ma uno stile di vita sostenibile¹³, basato su tradizioni alimentari che diventano patrimonio immateriale della società. Questo stile di vita è tipico del bacino del Mediterraneo e accomuna i quattro Paesi, che sono stati, congiuntamente, i promotori della candidatura: Italia, Grecia, Marocco e Spagna.

Come si legge nella decisione del Comitato intergovernativo dell’ONU: «La Dieta Mediterranea costituisce un insieme di abilità, conoscenze, pratiche e tradizioni che spaziano dal paesaggio alla tavola, che comprendono le coltivazioni, il raccolto, la pesca, la conservazione, lavorazione, la preparazione e, in particolare, il consumo degli alimenti. La Dieta Mediterranea è caratterizzata da un modello nutrizionale che è rimasto costante nel tempo e nello spazio, che consiste principalmente di olio d’oliva, cereali, frutta e verdura fresca o secca, una quantità

Mediterranea; infatti, quella che noi associamo con la salute e quasi vegetariana o latte vegetariana, perché il formaggio è sempre stato parte integrante di questa dieta», si veda A., M. KEYS, *La Dieta Mediterranea. Come mangiare bene e stare bene*, Slow Food Editore, ed. 2024.

¹¹ Ci si riferisce alla Convenzione per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale (UNESCO) di Parigi del 17 ottobre 2003.

¹² Sul tema, si veda L. ZAGATO, *La Convenzione UNESCO per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale*, Padova, Cedam, 2011; T. SCOVAZZI, B. UBERTAZZI, L. ZAGATO (a cura di), *Il patrimonio culturale immateriale. La Convenzione UNESCO del 2003*, Milano, Giuffrè, 2012.

¹³ Cfr. A. BACH-FAIG, E. M. BERRY, D. LAIRON et al., *Mediterranean Diet Pyramid Today. Science and Cultural Updates*, in *Public Health Nutrition*, vol. 12A, n. 14, 2011, pp. 2274-2284.

moderata di pesce, latticini e carne, e molti condimenti e spezie, il tutto accompagnato da vino o infusi, nel rispetto delle credenze di ogni comunità. Tuttavia, la Dieta Mediterranea (dal greco *diaita*, o stile di vita) riguarda più che i semplici alimenti. Essa promuove l'interazione sociale, dal momento che i pasti comuni rappresentano la pietra angolare delle usanze sociali e degli eventi festivi. Essa ha dato origine a un considerevole corpo di conoscenze, canzoni, massime, racconti e leggende. Si tratta di un sistema radicato nel rispetto per il territorio e la biodiversità, e garantisce la conservazione e lo sviluppo delle attività tradizionali e artigianali legate alla pesca e all'agricoltura nelle comunità mediterranee, di cui Soria in Spagna, Koroni in Grecia, il Cilento in Italia e Chefchaouen in Marocco sono esempi. Le donne rivestono un ruolo particolarmente vitale nella trasmissione delle competenze, nonché della conoscenza di rituali, gesti e celebrazioni tradizionali, e nella salvaguardia delle tecniche»¹⁴.

Tale riconoscimento ha assunto un evidente significato per il patrimonio culturale del nostro Paese, che vede iscritta nella Lista rappresentativa del patrimonio culturale immateriale una filosofia di vita ricca di storia, tradizioni, ibridazioni culturali e sociologiche; una filosofia di vita che, divenuta oramai formante culturale, si trasmette di generazione in generazione¹⁵.

Invero, l'art. 2 della Convenzione internazionale dell'U.N.E.S.C.O. sui beni culturali immateriali definisce il patrimonio culturale immateriale come l'insieme di: prassi, rappresentazioni, espressioni, conoscenze, *know-how* – come pure gli strumenti, gli oggetti, i manufatti e gli spazi culturali associati agli stessi – che le comunità, i gruppi, e in alcuni casi gli individui, riconoscono in quanto parte del loro patrimonio culturale. Questo patrimonio culturale immateriale, trasmesso di generazione in generazione, ha il pregio di essere costantemente ricreato dalle comunità e dai gruppi in risposta al loro ambiente, alla loro interazione con la natura e alla loro storia¹⁶.

In tal modo si rafforza la cultura delle identità di matrice vichiana¹⁷, promuovendo il rispetto per la diversità culturale e umana.

Ad una lettura più attenta, infatti, il termine “dieta” si riferisce all'etimo greco “stile di vita”, cioè all'insieme delle pratiche, delle rappresentazioni, delle espressioni, delle conoscenze, delle abilità, dei saperi e degli spazi culturali con i quali le popolazioni del Mediterraneo nel corso dei secoli hanno creato, e ricreato, una sintesi tra l'ambiente culturale, l'organizzazione sociale,

¹⁴ La Decisione del Comitato Intergovernativo UNESCO 5 COM 6.41 del 16 novembre 2010 è rinvenibile su <https://ich.unesco.org/en/decisions/5.COM/6.41> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

¹⁵ P. L. PETRILLO, *Dieta mediterranea, diritto al cibo e sviluppo sostenibile*, in *Dieta Mediterranea – Mediterranean Diet. Atti del Forum, Imperia 13-16 novembre 2014*, a cura dell'Azienda Speciale della Camera di Commercio di Imperia PromImperia, FrancoAngeli, Imperia, 2014, pp. 9-12.

¹⁶ Cfr. C. A. D'ALESSANDRO, *La tutela giuridica del patrimonio culturale immateriale. Uno studio di diritto comparato*, CEDAM, 2021; C. A. D'ALESSANDRO, *La salvaguardia del patrimonio immateriale, una prospettiva per lo sviluppo sostenibile e la tutela delle biodiversità*, in *DPCE Online - vol. 58 n. SP2 2023 - Il costituzionalismo ambientale fra antropocentrismo e biocentrismo. Nuove prospettive dal Diritto comparato* (a cura di D. Amirante e R. Tarchi), 2023.

¹⁷ V. PEPE, *Giambattista Vico e la comparazione giuridica*, ESI, Napoli, 2020.

l'universo mitico e religioso intorno al mangiare. Nello specifico, il riconoscimento della Dieta Mediterranea diviene anche uno strumento di valorizzazione dei benefici per la salute associati a questo modello alimentare e al suo ruolo negli stili di vita. Il riconoscimento U.N.E.S.C.O, dunque, rappresenta una certificazione della qualità del vivere bene e del vivere sano *Made in Italy*.

Il riferimento giuridico alla salute umana e ad una sana alimentazione quale diritto dell'uomo non è certamente da considerarsi un'esigenza recente; infatti, la Dichiarazione universale dei diritti umani dell'ONU del 1948 all'art. 19 stabilisce che: «Ogni individuo ha diritto ad un tenore di vita sufficiente a garantire la salute e il benessere proprio e della sua famiglia, con particolare riguardo all'alimentazione, al vestiario, all'abitazione, e alle cure mediche e ai servizi sociali necessari [...]». Il tema della salute trova rilevanza anche nella Costituzione italiana, in cui all'art. 32, comma 1, si stabilisce che: «La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività, e garantisce cure gratuite agli indigenti [...]».

Con la revisione dell'art. 9 della Costituzione italiana (Legge costituzionale n. 1 dell'11 febbraio 2022) l'interesse alla tutela della salute e alla buona alimentazione acquisisce un valore fondamentale nel riconoscimento della tutela ambientale quale valore costituzionale anche nell'interesse delle generazioni future¹⁸.

Dunque, gli artt. 9 e 32 della Costituzione, dedicati rispettivamente al paesaggio, all'ambiente, alla biodiversità, agli ecosistemi e alla salute, letti insieme con gli artt. 2 e 3 della stessa Carta fondamentale, costituiscono indubbiamente la chiave di lettura del *valore ambiente*. Essi, infatti, assicurano a ogni cittadino il pieno sviluppo della persona umana, garantendo il rispetto dei diritti inviolabili, della solidarietà politica economica e sociale, le pari dignità, la libertà e l'eguaglianza¹⁹.

La relazione tra tutela integrale della persona umana e la tutela dell'ambiente si ricava anche nella sentenza della Corte costituzionale n. 105 del 2024 nella parte in cui si è statuito che la legge costituzionale 11 febbraio 2022, n. 1 («Modifiche agli articoli 9 e 41 della Costituzione in materia di tutela dell'ambiente») ha attribuito espresso rilievo costituzionale alla tutela dell'ambiente, della biodiversità e degli ecosistemi, anche nell'interesse delle future generazioni

¹⁸ Sul tema si veda D. AMIRANTE, “Verde a metà”: la travagliata ascesa dell'ambiente nella Costituzione italiana/ “Almost Green”: The Difficult Accession of Environment in the Italian Constitution, in *Poliarchie/Polyarchies*, vol. 5, n. 2, 2022, pp. 118-131; I. A. NICOTRA, *L'ingresso dell'ambiente in Costituzione, un segnale importante dopo il Covid*, in *Federalismi.it*, Paper, 30 giugno 2021, pp. 2-5; R. FATTIBENE, *Una lettura ecocentrica del novellato articolo 9 della Costituzione*, in *Nomos. Le attualità nel diritto. Quadrimestrale di teoria generale, diritto pubblico comparato e storia costituzionale*, 3, 2022, pp. 1-20; A. MOLFETTA, *L'interesse delle future generazioni oltre la riforma degli articoli 9 e 41 della Costituzione*, in *Rivista AIC – Associazione Italiana dei Costituzionalisti*, n° 2, 2023, pp. 222-24.

¹⁹ L. COLELLA, *La «dieta mediterranea» come patrimonio dell'umanità: dalla tutela dell'UNESCO alla legge regionale della Campania n. 6 del 2012*, in *Diritto e Giurisprudenza Agraria, Alimentare e dell'Ambiente*, Anno XXII, Ottobre 2013, pp. 583- 587.

(art. 9, terzo comma, Cost.) e ha inserito tra i limiti alla libertà di iniziativa economica menzionati nell'art. 41, secondo comma, Cost., le ragioni di tutela dell'ambiente, oltre che della salute umana.

Peculiare è, altresì, la prospettiva di tutela indicata, oggi, dal legislatore costituzionale, che non solo rinvia agli interessi dei singoli e della collettività nel momento presente, ma si estende anche (come già, del resto, prefigurato da numerose pronunce risalenti a epoca anteriore alla riforma) agli interessi delle future generazioni: e dunque di persone ancora non venute ad esistenza, ma nei cui confronti le generazioni attuali hanno un preciso “dovere di preservare” le condizioni perché esse pure possano godere di un “patrimonio ambientale il più possibile integro”, e le cui varie matrici restino caratterizzate dalla ricchezza e diversità che lo connotano.

In questa cornice è indubbio che la tutela dell'ambiente, intesa come qualità della vita e sostenibilità, rappresenti un patrimonio di principi, competenze e valori costituzionali, che finisce per assorbire e contenere in sé la salute umana, la qualità dei prodotti agricoli ed una sana e corretta alimentazione. Pertanto, la tutela ambientale, intesa come qualità della vita, non può non coinvolgere e influenzare le attività come l'agricoltura, l'alimentazione e la salubrità dei territori, che costituiscono il presupposto sul quale costruire la società di domani ed organizzare il futuro delle nuove generazioni.

Le politiche regionali, in quanto più prossime ai territori e alle comunità locali, sono chiamate – nel rispetto del dettato costituzionale – a riconoscere, valorizzare e tutelare, anche attraverso la normativa di settore di propria competenza, la salute e l'ambiente, i beni e le attività culturali. Esse sono inoltre tenute a promuovere le tipicità locali, i prodotti agricoli e le tradizioni storiche, quali patrimonio inestimabile delle generazioni passate e autentica ricchezza per quelle future, favorendo uno sviluppo equilibrato, sostenibile e coerente con le identità territoriali.

Nel rispetto dell'art. 117 della Costituzione, emerge la necessità di valorizzare la Dieta Mediterranea come bene culturale immateriale, espressione di un'identità culturale, di uno stile di vita e di una peculiarità alimentare tipica delle regioni italiane. La promozione della dieta mediterranea diventa così un obiettivo condiviso dalle politiche regionali, orientate al sostegno e alla valorizzazione della multifunzionalità in agricoltura, del paesaggio, del patrimonio naturalistico e storico-culturale, del turismo sostenibile e della salute.

Pertanto, in virtù dell'alto valore della Dieta Mediterranea come strumento di promozione del patrimonio immateriale e di corretti stili di vita, ne consegue un'attenzione crescente al tema, a livello nazionale e internazionale. Recentemente, nel 2025, l'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ha pubblicato l'aggiornamento delle Linee Guida Nazionali su *La Dieta Mediterranea*²⁰, che rappresentano un riferimento tecnico-scientifico, in ordine alla corretta applicazione del modello

²⁰ Le Linee guida “*La Dieta Mediterranea*” sono consultabili su <https://www.iss.it/documents/20126/10024898/LG+C0035-SINPE+et+al.pdf/da49883e-c0ce-ba5f-0627-91a02b0f2bfd?t=1744374219082> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

della Dieta Mediterranea, per tutti gli operatori e le istituzioni italiane. Le Linee guida si basano su un'analisi delle più recenti evidenze scientifiche e si pongono l'obiettivo di: fornire raccomandazioni concrete per l'impiego della Dieta Mediterranea nella prevenzione primaria e nella gestione di numerose patologie croniche; offrire valutazioni su sostenibilità ambientale ed economica e, al contempo, indicazioni a professionisti sanitari e decisori politici.

Non è un caso, dunque, che nello stesso anno l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite, con la Risoluzione A/RES/80/174 del 18 dicembre²¹, ha istituito la *Giornata Internazionale della Dieta Mediterranea*, che si celebra il 16 novembre di ogni anno. Con questo riconoscimento l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha inteso sottolineare l'importanza di coinvolgere scuole, comunità locali, settore privato e società civile nella promozione del modello alimentare mediterraneo. La risoluzione ONU, in tale prospettiva, riconosce la Dieta Mediterranea non solo come modello alimentare equilibrato, ma anche come patrimonio culturale vivente in grado di favorire la sostenibilità alimentare e la valorizzazione del territorio.

Dall'analisi sin qui condotta, si ricava che ad oggi non esiste una singola legge "quadro" nazionale, ma piuttosto un insieme di norme che valorizzano la tradizione, l'educazione alimentare e la sostenibilità, in linea con il riconoscimento U.N.E.S.C.O.; dallo studio emerge che la Dieta Mediterranea rappresenta un autentico modello di riferimento multidimensionale, in grado di intersecare diversi ambiti: cultura, nutrizione, tutela del territorio e sostenibilità ambientale. In quest'ottica, adottare politiche di promozione della Dieta Mediterranea equivale a valorizzare le identità locali, preservare l'ambiente e la biodiversità culturale, garantendo un futuro sostenibile per le nuove generazioni.

3. La Regione Campania: un modello di riferimento nazionale nella valorizzazione della Dieta Mediterranea.

In seguito al riconoscimento della Dieta Mediterranea quale patrimonio culturale immateriale, da parte dell'U.N.E.S.C.O, la materia è divenuta oggetto di attenzione legislativa²² da parte degli organi legislativi delle Regioni²³. Nonostante il grande dibattito sulla valenza di una normativa *ad hoc* per la valorizzazione della Dieta Mediterranea, in virtù del valore culturale identitario e dei benefici sulla qualità della vita²⁴, al momento solo sei regioni italiane hanno promulgato una legge regionale *ad hoc* orientata a valorizzare la Dieta Mediterranea sul territorio.

²¹ La Risoluzione A/RES/80/174 del 18 dicembre 2025 dell'Assemblea Generale delle Nazioni Unite è reperibile su file:///C:/Users/sticc/Downloads/A_RES_80_174-EN.pdf (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

²² G. GALAN, *La dieta mediterranea, patrimonio dell'umanità*, in *Silvae*, n. 13, gennaio-giugno 2010, edita dal Corpo forestale dello Stato.

²³ Sul tema, si veda L. COSTATO, *Formulario commentato del diritto alimentare*, Padova, Cedam, 2013.

²⁴ L. M. DONINI ET AL., *A consensus proposal for nutritional indicators to assess the sustainability of a healthy diet: the mediterranean diet as a case study*, vol. 3, 2016, pp. 1-14.

La prima regione italiana a legiferare a favore della valorizzazione della Dieta Mediterranea è stata la Campania. Questo non sorprende, se si considera l'appellativo *Campania Felix* con cui i Romani erano soliti definire il territorio corrispondente all'attuale regione Campania, area particolarmente fertile e ricca di risorse. Tale territorio faceva, inoltre, parte della *Magna Graecia*, colonizzata dai Greci a partire dall'VIII secolo a.C., e grazie alla sua posizione geografica privilegiata nel cuore del Mediterraneo ha svolto un ruolo fondamentale nella definizione dei principi che hanno portato Ancel Keys a identificare e definire la Dieta Mediterranea come un vero e proprio stile di vita.

Per tali ragioni nel 2012, a soli due anni dal riconoscimento della Dieta Mediterranea come patrimonio culturale immateriale, la Campania con la Legge Regionale n. 6 del 30 marzo si è dotata di una normativa *ad hoc* per il riconoscimento della Dieta Mediterranea.

All'art. 1 della L.R. 6/2012 si legge: «La Regione Campania valorizza la dieta mediterranea riconosciuta patrimonio culturale immateriale dell'UNESCO come modello di sviluppo basato sui valori di questo tipo di alimentazione e stile di vita dal punto di vista culturale, sociale, storico, gastronomico, alimentare, ambientale, paesaggistico e dei costumi». La Regione Campania, dunque, con la legge si pone l'obiettivo di: valorizzare la Dieta Mediterranea attraverso l'accrescimento della visibilità e del dialogo interculturale a livello regionale e internazionale; porre la promozione della Dieta Mediterranea al centro delle politiche regionali per il territorio rurale.

All'art. 3 della L.R. 6/2012 viene istituito l'Osservatorio regionale per la Dieta Mediterranea con il compito di: definire la programmazione degli interventi di promozione, sviluppo e valorizzazione della dieta mediterranea; occuparsi di informazione, comunicazione, ricerca e sperimentazione che attengono alle tematiche di cui alla presente legge; gestire la rete di operatori per la dieta mediterranea.

La L.R. 6/2012 è stata successivamente modificata dall'articolo 35 comma 1 della Legge Regionale n. 5 del 29 giugno 2021, che istituisce l'Osservatorio regionale per la Nutraceutica con i prodotti della dieta mediterranea, e dall'articolo 31, comma 1 della Legge Regionale n. 31 del 28 dicembre 2021, che istituisce l'Osservatorio regionale sul Turismo Enogastronomico con i prodotti della Dieta Mediterranea.

Negli anni successivi la Regione Campania si è impegnata nella promozione di ulteriori normative a sostegno della valorizzazione della Dieta Mediterranea e, più in generale, del patrimonio culturale immateriale. Con la Legge Regionale n. 38 del 6 novembre 2018, invero, è stata introdotta la «Disciplina per l'orientamento al consumo dei prodotti di qualità e per l'educazione alimentare nelle scuole», volta a promuovere, negli asili nido, nelle scuole dell'infanzia e nelle scuole primarie, l'educazione alimentare e la valorizzazione, promozione e consumo dei prodotti di qualità certificata (DOP, IGP e STG).

Con la Legge Regionale n. 9 del 24 giugno 2020, in linea con gli obiettivi di Agenda 2030, sono state disciplinate le «Iniziative finalizzate all'adozione di sani stili di vita a tutela della popolazione infantile ed adolescenziale a rischio obesità basati sulla dieta mediterranea come modello di corretta alimentazione e sulla diffusione della pratica dell'attività motoria». All'art. 5 della L.R. 9/20 si istituisce la Settimana regionale per l'educazione alimentare, la prevenzione dei disturbi alimentari e la promozione dell'attività motoria, con l'intento di:«[...]svolgere attività di informazione, sensibilizzazione e promozione della sana alimentazione e dell'attività sportiva, attraverso il coinvolgimento delle famiglie, degli istituti scolastici, delle istituzioni politiche e sociali, dei professionisti della sanità e delle associazioni di volontariato attive sul territorio regionale» (art. 5, comma 1).

In ragione della volontà di valorizzare la Dieta Mediterranea, all'art. 19 comma 1 della Legge Regionale n. 38 del 29 dicembre 2020 si regola quanto segue: «Nel contesto delle attività di valorizzazione della Dieta mediterranea previste dalla legge regionale 30 marzo 2012, n. 6 (Riconoscimento della dieta mediterranea), la Regione concede contributi ai Comuni, in forma singola o associata, finalizzati all'istituzione di uno o più poli per la valorizzazione del patrimonio legato alla cultura enogastronomica mediterranea, in particolare mediante la diffusione della conoscenza delle produzioni e delle tradizioni agroalimentari locali».

Infine, con la Legge Regionale n. 7 del 20 luglio 2021 è istituito il Registro regionale dei Comuni con prodotti De.Co., con l'obiettivo di valorizzare l'istituzione delle denominazioni comunali «quale strumento efficace per promuovere la salvaguardia delle produzioni agroalimentari ed enogastronomiche territoriali, della biodiversità, nonché di difesa della storia, delle tradizioni e saperi locali e per contribuire alla promozione delle specificità storico-culturali di un determinato territorio» (art. 1).

Inoltre, la Regione Campania, dal 2020 è partner del progetto internazionale e interregionale MD.net sulla Dieta Mediterranea²⁵, che – supportato da 13 partner euro-mediterranei – mira a promuovere la Dieta Mediterranea come patrimonio U.N.E.S.C.O, stimolando l'innovazione sociale ed economica, soprattutto attraverso la creazione di nuove imprese tra i giovani nelle aree rurali.

La Regione Campania guida il progetto MD.net, coordinando le attività e promuovendo le iniziative, cui prendono parte i seguenti partner: Università dell'Algarve – UALG (Portogallo), Istituto Pubblico, JU.RERA S.D. per il Coordinamento e lo Sviluppo della Regione spalatino-dalmata (Croazia), Regione di Creta (Grecia), Università di Mostar - Facoltà di Agricoltura e Tecnologia Alimentare (Bosnia Herzegovina), Fondazione della Dieta Mediterranea (Spagna), Camera di Commercio di Siviglia (Spagna), Regione Emilia Romagna (Italia), Istituto per le

²⁵ Il Progetto MD.net è rinvenibile su <https://www.regione.campania.it/it/printable/md-net> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

Soluzioni di Sviluppo Globale eZAVOD (Slovenia), Comitato Permanente per il Partenariato Euromediterraneo dei Poteri Locali e Regionali – COPPEM (Italia), Associazione dei Comuni albanesi – SHBSH (Albania), Regione Catalogna – Direzione Generale dell'Agricoltura (Spagna), Società di Sviluppo Troodos Ltd (Cipro).

La Regione Campania, pur essendo modello di riferimento nella legislazione in materia di Dieta Mediterranea, negli anni ha adottato una linea di indirizzo molto rigida rispetto a sostanziali modifiche della normativa *ad hoc* del 2012. Infatti, nel 2021 è stata respinta la proposta di legge n. 114²⁶ che, nel rispetto delle linee di valorizzazione e promozione della Dieta Mediterranea della L.R. 6/2012, puntava a definire azioni più strutturate in chiave scientifica, educativa e comunicativa, introducendo un approccio più moderno e multidisciplinare.

Nonostante ciò, sono molti gli interventi normativi trasversali sul tema della nutrizione e della salute, che riconoscono alla Dieta Mediterranea l'alto valore preventivo, culturale e sociale, rafforzandone la centralità come modello alimentare equilibrato e strumento di benessere per la popolazione. Ad esempio, recentemente, la Legge Regionale n. 21 del 10 dicembre 2024 («Disposizioni per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione»), ha inteso definire disposizioni per la prevenzione e la cura dei disturbi alimentari, attraverso interventi di formazione e informazione sullo stile di vita mediterraneo; la Legge Regionale n. 29 del 16 ottobre 2025 («Onco-nutrizione in Campania»), invece, ha inteso definire linee guida sulla corretta valutazione nutrizionale dei pazienti oncologici, anche, e soprattutto, attraverso l'applicazione dei principi della Dieta Mediterranea che assurge al ruolo di prevenzione sanitaria e supporto al benessere individuale dei pazienti.

In questa prospettiva, la Regione Campania assurge a modello nazionale di riferimento nella promozione, tutela e valorizzazione dei principi e dei valori della Dieta Mediterranea come patrimonio culturale immateriale dell'umanità. Nel resto della penisola emerge un quadro legislativo regionale in materia di Dieta mediterranea che possiamo definire “a geometria variabile”, con punti di eccellenza, da una parte, e carenze normative, dall'altra; un quadro generale che nel complesso dimostra una forte sensibilità ed attualità della materia dell'alimentazione sostenibile come primario interesse pubblico ed ambientale.

²⁶ Per seguire l'iter della Proposta di legge n. 114/2021, recante «Azioni per salvaguardare e valorizzare la Dieta mediterranea riconosciuta patrimonio mondiale dell'umanità UNESCO», si veda file:///C:/Users/sticc/Downloads/PDL%20azioni%20per%20salvaguardare%20e%20valorizzare%20la%20dieta%20mediterranea%20(2).pdf (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

4. Analisi comparativa della normativa *ad hoc* sulla Dieta Mediterranea di alcune Regioni: Calabria, Marche, Sicilia, Basilicata, Umbria.

Nel 2013, sulla scia tracciata dalla Regione Campania, con la Legge Regionale n. 45 del 23 settembre, la Regione Calabria ha legiferato interventi per la riscoperta della Dieta Mediterranea quale stile di vita e disciplina nutrizionale migliorativa per la salute. Ed invero, la predetta L.R. 45/13 è orientata alla valorizzazione dei prodotti tipici della Dieta Mediterranea attraverso azioni sinergiche, realizzate da un gruppo di lavoro costituito da personale di ruolo dei seguenti Dipartimenti: Tutela della Salute, Formazione e Lavoro, Cultura e Pubblica Istruzione e Agricoltura, Foreste e Forestazione. Inoltre, la normativa propone l'istituzione di una Fondazione per la Dieta Mediterranea con sede in Nicotera (a decorrere dal 1° gennaio 2015).

Nel 2017, con la Legge Regionale n. 40 del 7 novembre (che all'art. 6 abroga la L.R. 45/2013), la Regione Calabria si è dotata di una legge *ad hoc* sulla valorizzazione della Dieta Mediterranea di riferimento di Nicotera. All'art. 1 si legge che la Regione Calabria: «[...] a) promuove la Dieta mediterranea italiana di riferimento di Nicotera, ove è stato effettuato lo Studio cooperativo internazionale di epidemiologia della cardiopatia coronarica, altresì denominato Seven countries study (SCS), considerato come modello di sviluppo culturale e sociale, fondato su un insieme di pratiche tradizionali, competenze, conoscenze tramandate di generazione in generazione, che vanno dal paesaggio all'alimentazione, ivi incluse le colture, la raccolta, la pesca, la conservazione, la trasformazione, la preparazione e il consumo di cibo secondo un modello nutrizionale costante, nel tempo e nello spazio, nonché quale regime nutrizionale riconosciuto dalla comunità scientifica internazionale per i suoi benefici effetti; b) valorizza e diffonde, in particolare, la Dieta mediterranea italiana di riferimento di Nicotera, come stile di vita per il mantenimento del buono stato di salute [...]».

Con la medesima legge viene, inoltre, istituito l'Osservatorio della Dieta Mediterranea di riferimento, che si pone l'obiettivo di: promuovere, a livello regionale, interregionale, nazionale e internazionale la diffusione del modello di Dieta Mediterranea italiana di riferimento di Nicotera; tutelare le origini culturali del modello di Dieta Mediterranea italiana di riferimento di Nicotera, mediante la valorizzazione degli aspetti nutrizionali, storici, culturali, sociali, economici, paesistici ed ambientali e la loro trasmissione alle future generazioni; definire la programmazione degli interventi di promozione, sperimentazione, sviluppo e valorizzazione, a livello nazionale ed internazionale, della Dieta Mediterranea italiana di riferimento di Nicotera (art. 2).

Nel 2018 anche la Regione Marche ha recepito le istanze dell' U.N.E.S.C.O, promulgando la Legge Regionale n. 14 del 17 maggio («Tutela e valorizzazione della dieta mediterranea»), attraverso cui «[...] promuove gli aspetti culturali, ambientali, sociali, sanitari ed economici della dieta mediterranea già iscritta dall' U.N.E.S.C.O nella Lista rappresentativa del patrimonio culturale immateriale, intesa come modello culturale e sociale fondato su un insieme di

competenze, conoscenze, pratiche e tradizioni inerenti le colture, la raccolta, la pesca, la conservazione, la trasformazione, la preparazione ed il consumo di cibo, caratterizzata da un regime nutrizionale riconosciuto dalla comunità scientifica quale strumento di tutela della salute [...]» (art. 1).

Inoltre, all'art 4 – modificato successivamente dall'art. 7 della L.R. n. 24 del 13 dicembre 2023 – è istituito il Comitato regionale per la tutela e la valorizzazione della Dieta Mediterranea.

La Regione Marche, con la successiva Legge Regionale n. 23 del 7 dicembre 2023, si è impegnata ulteriormente nella valorizzazione del territorio come “terra del benessere”, attraverso iniziative volte a: «[...] accelerare la transizione verso un sistema alimentare equo, sano, coerente con la dieta mediterranea e rispettoso dell'ambiente e della biodiversità, [...] facilitare un cambiamento consapevole degli stili di vita, [...] preservare le aree agricole di pregio contraddistinte dalla presenza di paesaggi agrari identitari vocati alle produzioni tipiche, [...] promuovere e valorizzare le Marche come regione del benessere e della qualità della vita anche al fine di orientare l'offerta turistico-ricettiva in chiave di turismo sostenibile cogliendone le specificità, le bellezze naturali e l'impegno alla conservazione della natura [...]» (art.1 comma 1).

La legge, dunque, approfondisce le linee programmatiche volte alla valorizzazione della Dieta Mediterranea e promuove la tutela di uno stile di vita sano, consapevole ed equilibrato, sotto il profilo alimentare, ambientale, psicofisico, culturale e sociale. L'approccio con cui la L.R. 23/23 intende raggiungere le finalità proposte è trasversale, coinvolgendo i seguenti ambiti: alimentazione, filiere agroalimentari, qualità e sicurezza dei prodotti agricoli, salute e *welfare*, industria e artigianato, ambiente e territorio, turismo, cultura, sport e tempo libero, istruzione e formazione.

Obiettivo primario della L.R. 23/23 è quello di promuovere la cultura del benessere; all'art 1 comma 2, infatti, si legge: «Per benessere si intende l'insieme degli elementi connotanti la qualità della vita umana ovvero il benessere fisico, mentale e sociale dell'uomo nel contesto ambientale che lo circonda. L'educazione al benessere costituisce elemento fondante per la crescita complessiva della popolazione marchigiana, con particolare riguardo all'educazione delle giovani generazioni» Per tale ragione, all'art. 6, «promuove le giornate del benessere e della qualità della vita nelle Marche, per favorire la sensibilizzazione e la consapevolezza sull'acquisizione di sani stili di vita, rivolgendo una particolare attenzione alle giovani generazioni». Al fine di coordinare questo ambizioso progetto, la L.R. 23/23 istituisce: la Rete regionale per la valorizzazione delle Marche come terra del benessere e della qualità della vita (cui partecipano enti pubblici, agenzie regionali, università ed enti di ricerca, istituti scolastici, associazioni di rappresentanza delle categorie produttive, comprese quelle del commercio e del turismo, e organizzazioni sindacali, enti di formazione, ordini professionali); il Tavolo multisettoriale per la valorizzazione delle Marche come terra del benessere e della qualità della vita (che assurge al compito di predisporre linee

guida e promuovere un sistema di monitoraggio degli stili di vita e delle abitudini); il Programma triennale per la valorizzazione delle Marche come terra del benessere e della qualità della vita.

La Regione Marche, dunque, nell'arco di cinque anni è divenuta modello di riferimento di una progettualità mirata e trasversale per la valorizzazione della Dieta Mediterranea e la promozione del benessere tra i cittadini.

A distanza di ben 12 anni dal riconoscimento della Dieta Mediterranea come patrimonio culturale immateriale, la Regione Sicilia (in attuazione degli articoli 9 e 117 della Costituzione, nonché della Convenzione U.N.E.S.C.O. per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale del 17 ottobre 2003), con la Legge Regionale n. 12 del 12 maggio 2022, ha promosso il riconoscimento e la promozione della Dieta mediterranea «attraverso l'accrescimento della visibilità e del dialogo interculturale, dal livello regionale a quello internazionale, nonché attraverso misure volte a sostenere lo sviluppo di filiere enogastronomiche caratterizzate dalla produzione e commercializzazione di prodotti agricoli a filiera corta» (art. 1 comma 2).

Con la L.R. 12/22, la Regione Sicilia si pone l'obiettivo di promuovere l'informazione e la comunicazione sulla Dieta mediterranea, attraverso i seguenti strumenti: la costituzione della rete operativa per la Dieta Mediterranea (aperta alla partecipazione di enti, associazioni, aziende nazionali ed estere, operanti nei diversi settori della ricerca, della cultura, della salute, dell'istruzione, della produzione e distribuzione, dell'associazionismo culturale, ambientale, sociale); l'adesione alla *Carta dei Valori della Dieta Mediterranea* U.N.E.S.C.O., presentata ad EXPO-Milano il 18 settembre 2015; l'istituzione della Giornata regionale della Dieta mediterranea patrimonio dell'umanità (celebrata il 21 marzo di ogni anno); la definizione di misure volte alla valorizzazione dell'olio di oliva e delle produzioni agroalimentari di qualità; l'attivazione, presso le scuole di ogni ordine e grado, di percorsi didattici atti a consolidare l'adozione di stili di vita salutari e l'alfabetizzazione delle giovani generazioni alla Dieta mediterranea. La L.R. 12/22 nasce da un'attenzione forte della Regione Sicilia al tema della Dieta Mediterranea e della promozione di corretti stili di vita alimentari; già nel 2021, infatti, l'Assemblea regionale Siciliana aveva emanato un documento tecnico per la promozione della dieta mediterranea nelle mense pubbliche²⁷. Il documento, pur non costituendo un riferimento normativo, sottolineava l'importanza di menù orientati al rispetto dei principi nutrizionali coerenti con il modello mediterraneo, includendo frutta, verdura, cereali integrali, legumi, pesce e olio extravergine d'oliva. Dal 2020, anche la Sicilia, come altre regioni, ha emanato il Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2020-2025²⁸, che si pone l'obiettivo di promuovere stili di vita

²⁷ Il Documento ARS n. 27/2021 sulla promozione della dieta mediterranea nelle mense pubbliche è reperibile su <https://www.ars.sicilia.it/node/23715> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

²⁸ Il Piano Regionale per la Prevenzione 2020-2025 è reperibile su <https://www.regione.sicilia.it/sites/default/files/2022-02/Regione%20Siciliana%20Assessorato%20Salute%20%20Piano%20Regionale%20della%20Prevenzione%20Sicilia%202021.pdf> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

sani e prevenire l'insorgenza di malattie croniche (obesità, diabete, malattie cardiovascolari). Il Piano rappresenta lo strumento che collega la dieta mediterranea alla strategia sanitaria regionale, garantendo un approccio integrato tra educazione alimentare e prevenzione. Infine, con il D.D.G. n. 1399 del 19 novembre 2024, recante «Istituzione Albo Regionale degli operatori del settore alimentare che aderiscono al programma di promozione dello Stile di Vita Mediterraneo», la Regione Sicilia ha contribuito a definire i criteri nutrizionali obbligatori per i menù basati sul modello mediterraneo.

Questo decreto rafforza la L.R. 12/22 e, al contempo, rende operativo il Documento ARS 27/2021, trasformando linee guida e principi in obblighi concreti per le strutture di ristorazione pubblica.

La Regione Basilicata si è impegnata nella definizione di una normativa ad hoc in materia di Dieta Mediterranea solo nel 2023, con la Legge Regionale n. 31 del 04 agosto, recante «Dieta Mediterranea patrimonio dell'Umanità – Disposizioni in materia di salvaguardia, valorizzazione e promozione di uno stile di vita e di una cultura di sviluppo sostenibile, dei prodotti agroalimentari lucani e della cucina italiana». La L.R. 31/23 ha l'obiettivo di «tutelare e valorizzare il modello di dieta mediterranea, riconosciuto dall'UNESCO, come patrimonio immateriale dell'umanità, che presenta caratteristiche nutrizionali, economiche, ambientali e socio-culturali che rivestono particolare importanza in aree a vocazione agricola e di coincidente interesse ecologico, attraverso un'opportuna opera di promozione in campo regionale, nazionale ed internazionale» (art. 1 comma 1).

L'obiettivo è quello di «salvaguardare e valorizzare la tipicità dei prodotti agricoli e agroalimentari di Basilicata, la cucina lucana e lo stile di vita basato sulla dieta mediterranea [...] promuovendone la diffusione insieme alle attività economiche, ambientali, sociali e culturali legate a tale stile alimentare nonché la trasmissione alle giovani generazioni» (art. 2).

Al fine di raggiungere le finalità proposte, la Regione istituisce l'Osservatorio regionale per la dieta mediterranea, promuove la Rete degli operatori per la dieta mediterranea e si impegna nelle seguenti attività: «a) diffusione della conoscenza della dieta mediterranea, dei prodotti agroalimentari, della cucina lucana e delle culture e paesaggi a essa associati in Basilicata nonché iniziative educative e di sensibilizzazione a sviluppare sane abitudini alimentari a cominciare dalle scuole di ogni ordine e grado, avviando con le stese un percorso per favorire l'inserimento nei Piani dell'offerta formativa di progetti didattici, sui temi della dieta mediterranea [...]; b) promozione di studi e ricerche interdisciplinari sugli effetti della dieta mediterranea sulla salute e sugli stili di vita [...]; c) valorizzazione del patrimonio agroalimentare e storico-culturale lucano connesso alla dieta mediterranea; d) rafforzamento degli scambi socio-culturali ed economici tra le comunità rappresentative del modello nutrizionale legato alla dieta mediterranea; e) promozione e diffusione dei prodotti agricoli ed agroalimentari, provenienti da sistemi di filiera corta e biologica

del territorio di Basilicata [...]; f) promozione di iniziative culturali ed enogastronomiche a livello regionale, interregionale ed internazionale [...]; g) realizzazione di nuovi modelli di attrazione turistica e economica per l'utilizzo dei prodotti della dieta mediterranea all'interno degli specifici contesti paesaggistici e storicoculturali dei territori di provenienza; h) promozione della dieta mediterranea all'interno del sistema dei siti Unesco» (art. 2 comma 4).

Più recentemente, nel 2024, il tema della Dieta Mediterranea è stato oggetto di attenzione da parte della Regione Umbria, che con la Legge Regionale n. 19 del 2 ottobre 2024 ne ha promosso la sua valorizzazione sul territorio. La Regione Umbria, con la L.R. 19/24, si pone i seguenti obiettivi: la diffusione del modello nutrizionale nella comunità umbra e nella ristorazione collettiva; l'approfondimento della conoscenza degli effetti della Dieta Mediterranea sulla salute e sugli stili di vita; la valorizzazione degli aspetti economici, ambientali, sociali e culturali legati alla Dieta Mediterranea; il consolidamento del modello nutrizionale anche con collaborazioni a livello interregionale ed internazionale (art. 1 comma 2).

Con la L.R. 19/24 la Regione propone diversi interventi attuativi: collaborare con gli istituti scolastici per la programmazione di progetti didattici *ad hoc*; favorire il consolidamento di abitudini individuali e sociali nell'adozione consapevole di uno stile alimentare coerente con la Dieta Mediterranea; promuovere studi e ricerche scientifiche interdisciplinari sul tema; sostenere la filiera e il turismo enogastronomico; valorizzare il patrimonio storico, culturale e paesaggistico; promuovere le relazioni economiche, istituzionali, culturali e scientifiche di scala interregionale e internazionale con altre comunità che sostengono la Dieta Mediterranea. A supporto della piena attuazione degli stessi, è istituito, presso la Giunta regionale, il Comitato regionale per la tutela e la valorizzazione della Dieta Mediterranea (art. 4) e una Rete regionale cui possono aderire soggetti pubblici e privati già attivi nella diffusione del modello alimentare, culturale, sociale ed economico legato alla Dieta Mediterranea (art. 5).

5. Le Regioni con modello di legislazione trasversale alla valorizzazione della Dieta Mediterranea.

Come esaminato nel paragrafo precedente, al momento solo sei regioni italiane hanno provveduto a dotarsi di una legge regionale in termini di valorizzazione della Dieta Mediterranea, della biodiversità e dell'alimentazione sostenibile.

Considerato l'elevato valore attribuito alla Dieta Mediterranea, riconosciuta nel 2010 come patrimonio culturale immateriale dall' U.N.E.S.C.O, nonché i principi che hanno ispirato la definizione dell'Agenda 2030, si può affermare che il percorso da compiere è ancora lungo.

È infatti necessario rafforzare la consapevolezza sull'importanza di promuovere politiche orientate all'adozione di stili di vita sani, capaci di generare effetti positivi sulla salute e sulla

prevenzione²⁹ delle malattie croniche, nonché sulla tutela della biodiversità³⁰, sulla sostenibilità e sulla trasmissione delle culture e delle identità territoriali.

Dall'analisi condotta sinora emerge un'ampia lacuna normativa, in materia di valorizzazione della Dieta Mediterranea, nella maggior parte delle Regioni italiane; tuttavia, bisogna evidenziare che quasi tutte hanno provveduto a dotarsi di leggi regionali in materie affini, che testimoniano la sensibilità al tema dell'alimentazione sostenibile.

Al fine di avere un quadro più completo sugli interventi normativi regionali sopramenzionati, si è scelto di adottare un criterio di analisi cronologica; di seguito, quindi, si analizzerà la normativa a partire dalle regioni che per prime hanno legiferato su materie affini alla Dieta Mediterranea.

La prima regione ad occuparsi dell'importanza di stili alimentari sostenibili è stata la Toscana, che nel 2002 con la Legge Regionale n. 18 del 27 maggio ha legiferato in materia di «Norme per l'introduzione dei prodotti biologici, tipici e tradizionali nelle mense pubbliche e programmi di educazione alimentare nella Regione Toscana».

La L.R. 18/02, che ha avuto attuazione attraverso il regolamento regionale di attuazione n. 2/R del 07 gennaio 2003, poi sostituito dal regolamento regionale n. 11/R del 23 febbraio 2007, persegue le seguenti finalità: «[...] promuove il consumo di prodotti agroalimentari da agricoltura biologica, da agricoltura integrata, tipici e tradizionali, con particolare riguardo a quelli provenienti da aziende in possesso di certificazione etica, nelle mense scolastiche, ed universitarie, nonché nelle refezioni ospedaliere per i degenti e promuove programmi di educazione alimentare» (art.1 comma 1).

Nel 2019 la Regione Toscana ha promulgato la Legge Regionale n. 75 del 10 dicembre, orientata a legiferare le Norme per incentivare l'introduzione dei prodotti a chilometro zero provenienti da filiera corta³¹ nelle mense scolastiche. Di particolare interesse è il preambolo della L.R. 75/19, in cui si legge: «Consumare prodotti originari del territorio identifica una politica economica che predilige il prodotto locale [...] È importante aumentare il livello di consapevolezza dei fruitori del servizio di refezione scolastica, alunni e loro famiglie, attraverso l'elaborazione di azioni e interventi mirati all'informazione e sensibilizzazione per una corretta alimentazione, comprensiva di prodotti della tradizione locale».

La più recente normativa del 2019, dunque, affonda le sue radici nella L.R. 18/02; infatti, aspetto centrale di entrambi le leggi regionali è l'educazione alimentare quale sensibilizzazione ad una corretta alimentazione, attraverso un servizio di refezione scolastica attento alla salute dei cittadini e alla promozione delle tradizioni locali. La L.R. 75/19 si propone, nell'ambito dei servizi

²⁹ Sul tema, si veda L. SERRA-MAJEM, B. ROMAN, R. ESTRUCH, *Scientific Evidence of Interventions Using the Mediterranean Diet: A Systematic Review*, in *Nutrition Reviews*, vol. 64, n. 2, 2006, pp. S27–S47.

³⁰ Sul tema, si veda F. ADORNATO, *Agricoltura e diritto. Tra alimentazione e ambiente*, Macerata, EUM, 2012.

³¹ Sul tema si veda A. GERMANÒ, *Corso di diritto agrario*, Torino, Giappichelli, 2022.

di refezione scolastica delle scuole di ogni ordine e grado, di diffondere: la corretta educazione alimentare, la cultura del cibo e delle tradizioni alimentari; il consumo di prodotti agricoli, prodotti della pesca e dell'acquacoltura, alimenti toscani a chilometro zero, provenienti da filiera corta.

Più recentemente, nel 2025, la Regione Toscana ha emanato la Legge Regionale n. 48 del 18 agosto 2025 («Disposizioni in materia di educazione alimentare»), con cui si pone l'obiettivo di promuovere l'educazione alimentare e i corretti stili di vita, al fine di prevenire malattie legate a scelte alimentari non adeguate e favorire un equilibrio nutrizionale. Tra le finalità della legge rientra la diffusione di modelli alimentari sostenibili, la valorizzazione delle produzioni locali e stagionali, e il sostegno a criteri nutrizionali equilibrati nella ristorazione scolastica e collettiva.

La L.R. 48/25, pur non esplicitando il concetto di Dieta Mediterranea, orienta gli obiettivi dell'educazione alimentare, della promozione di abitudini alimentari sane e di valorizzazione dei modelli nutrizionali basati sulla stagionalità dei prodotti locali ai principi del modello mediterraneo.

Anche la Regione Emilia-Romagna, così come la Regione Toscana, ha iniziato ad interessarsi al tema della promozione della Dieta Mediterranea nel 2002, emanando le «Norme per l'orientamento dei consumi e l'educazione alimentare e per la qualificazione dei servizi di ristorazione collettiva» con la Legge Regionale n. 29 del 4 novembre. Come si legge all'art.1, obiettivo della legge è favorire: «a) l'educazione al consumo consapevole, attraverso la comprensione delle relazioni esistenti tra sistemi produttivi, consumi alimentari e ambiente, nella prospettiva di uno sviluppo sostenibile; b) l'adozione di corretti comportamenti alimentari e nutrizionali [...]; c) la diffusione d'informazioni sugli aspetti storici, culturali, antropologici legati alle produzioni alimentari e al loro territorio d'origine».

L'obiettivo di garantire un'alimentazione sana nell'erogazione dei servizi di ristorazione collettiva rappresenta, dunque, materia di comune interesse delle Regioni Toscana ed Emilia-Romagna.

A tal proposito, nel 2023 la Regione Emilia-Romagna, con DGR n. 1452 del 2023³², ha emanato le «Linee guida per la ristorazione scolastica», che richiamano esplicitamente il modello della dieta mediterranea come riferimento per l'educazione alimentare e per l'elaborazione di menù equilibrati, sani e sostenibili.

Nelle Linee guida la Dieta mediterranea assurge a modello scientificamente riconosciuto di alimentazione equilibrata e salutare; per tale ragione si consiglia di basare i menù scolastici su questo modello, al fine di promuovere fin dall'infanzia comportamenti alimentari corretti,

³² Il DGR n. 1452 del 2023 è reperibile su <https://salute.regione.emilia-romagna.it/normativa-e-documentazione/linee-di-indirizzo/ristorazione-scolastica/dgr-n-1452-4-settembre-2023.pdf> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

favorire la prevenzione di malattie croniche e valorizzare tradizioni culturali locali. La mensa scolastica diviene, dunque, uno strumento educativo, in cui l'offerta di frutta, verdura, cereali integrali, legumi, pesce e olio d'oliva traduce i principi della dieta mediterranea in abitudini quotidiane salutari.

Infine, risulta rilevante la partnership della Regione Emilia-Romagna, insieme alla Regione Campania, nel progetto internazionale e interregionale MD.net sulla Dieta Mediterranea, che mira a promuovere la Dieta Mediterranea come patrimonio U.N.E.S.C.O, stimolando l'innovazione sociale ed economica, soprattutto attraverso la creazione di nuove imprese giovanili nelle aree rurali.

Nel 2008 la Regione Veneto, con la Legge Regionale n. 7 del 25 luglio (modificata dalla L.R. n. 1 del 26 gennaio 2023), ha promulgato le «Norme per orientare e sostenere il consumo dei prodotti agricoli a chilometri zero». La legge è finalizzata a promuovere e valorizzare le produzioni agricole regionali attraverso il sostegno al consumo e alla commercializzazione dei prodotti provenienti dalle aziende agricole situate nel territorio regionale. Inoltre, mira a garantire ai consumatori una maggiore trasparenza dei prezzi e ad assicurare un'adeguata informazione sull'origine e sulle specificità di tali prodotti (art. 1 comma 1).

Con questa legge la Regione Veneto si fa carico dei seguenti interventi: incentivare l'impiego dei prodotti agricoli di origine regionale nella ristorazione collettiva; favorire la vendita diretta di prodotti agricoli regionali da parte degli imprenditori agricoli; sostenere l'acquisto di prodotti agricoli di origine regionale da parte delle imprese esercenti attività di ristorazione.

Dal 2020, inoltre è entrato in vigore il Piano Regionale per la Prevenzione 2020-2025³³, con l'obiettivo di promuovere una corretta alimentazione. Il piano si basa sui principi della Dieta Mediterranea e si esplica lungo queste tre linee d'azione: Promozione della salute in ambito nutrizionale, Consulenza dietetico-nutrizionale, Ristorazione collettiva sociale.

Sono, inoltre, molti i programmi e le linee guida attraverso cui la Regione Veneto promuove il corretto stile di vita della Dieta Mediterranea; tutto ciò evidenzia una forte attenzione al tema, pur non trovando riscontro in una normativa regionale *ad hoc*.

Nel 2008 la Regione Abruzzo, con la Legge Regionale n. 8 dell'11 giugno («Disposizioni per agevolare la trasformazione e la lavorazione di minimi quantitativi di prodotti agricoli»), ha disciplinato le lavorazioni particolari di prodotti agricoli, come l'essiccazione di erbe, ortaggi e frutta che rappresentano gli elementi chiave della Dieta Mediterranea. La L.R. 8/08 persegue, altresì, l'obiettivo di valorizzare le lavorazioni agricole del territorio ed incrementare la produzione di alimenti legati alla tradizione locale, che confluiscono nella Dieta Mediterranea.

³³ Il Piano Regionale Prevenzione 2020-2025 è reperibile su <https://www.regione.veneto.it/web/sanita/prp-2020-2025> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

Nel 2009, la Regione Lazio – con l’approvazione della Legge Regionale n. 10 del 06 aprile – aveva già provveduto a promulgare le «Disposizioni in materia di alimentazione consapevole e di qualità nei servizi di ristorazione collettiva per minori». La L.R. 10/09 anticipa l’attenzione normativa alla corretta alimentazione e agli stili di vita sani, che saranno alla base del riconoscimento U.N.E.S.C.O. della Dieta Mediterranea quale patrimonio culturale immateriale. All’art. 1 si legge: «La Regione, nell’ambito degli interventi preventivi di tutela del diritto alla salute dell’infanzia e dell’adolescenza, adotta iniziative finalizzate a migliorare il livello qualitativo dell’alimentazione. La Regione riconosce il valore nutrizionale e salutistico dei prodotti caratteristici della dieta alimentare mediterranea e, in particolare, dei prodotti biologici regionali, dei prodotti agroalimentari tipici e tradizionali con particolare riguardo a quelli certificati con marchio regionale [...]». Inoltre, la L.R. 10/09 si pone anche l’obiettivo di promuovere progetti di educazione alimentare e sensoriale per gli alunni delle scuole di ogni grado.

Dall’analisi della L.R. 10/09, dunque, si evince l’approccio visionario della Regione Lazio in tema di promozione di politiche volte all’acquisizione di stili di vita sani e orientati alla prevenzione di obesità e malattie croniche; principi che sarebbero stati alla base del riconoscimento U.N.E.S.C.O. della Dieta Mediterranea (2010) e delle linee programmatiche di Agenda 2030. Tuttavia, questo approccio visionario non è confluito nella promulgazione di una legge *ad hoc* sulla valorizzazione della Dieta Mediterranea. Nel 2020 la Regione Lazio, in linea con il Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025, proposto dal Ministero della Salute e costituito da 10 Programmi predefiniti della Prevenzione uguali per ogni regione, ha individuato altri 5 Programmi Liberi da sviluppare sul proprio territorio.

Le azioni previste pongono l’attenzione su persona e collettività in un’ottica di *One health*; un approccio alla salute globale da parte di tutti gli attori coinvolti (sanitari, enti locali, scuole, terzo settore) per favorire l’adozione di buone pratiche, stili di vita e comportamenti salutari³⁴.

Con il DGR n. 1051 del 30/12/2020 e il DGR n. 970 del 21/12/2021 la Regione Lazio ha cristallizzato in un documento il Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2021-2025, che promuove la Dieta Mediterranea come strumento chiave per migliorare la salute e ridurre il rischio di malattie croniche. Nel programma PP01 – Azione PP1A6 («Promozione di stili di vita sani e attivi nella popolazione scolastica del Lazio: sana alimentazione, attività fisica e influenza dei medi»), il PRP 2021-2025 riconosce l’importanza dello stile di vita mediterraneo nella prevenzione di malattie cardiovascolari e obesità, nella gestione del diabete di tipo 2.

Il piano si concentra su azioni di promozione della salute e prevenzione delle patologie cronico-degenerative, tra cui spiccano proprio diabete e obesità, per rispondere ai bisogni di salute

³⁴ Il Piano Regionale della Prevenzione 2021-2025 è rinvenibile su <https://www.aslroma4.it/azienda/dipartimenti/dipartimento-di-prevenzione/piano-regionale-della-prevenzione-2021-2025> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

della popolazione. Questa progettualità – giunta molti anni dopo l’approvazione della L.R. n 10 del 06 aprile 2009 – pur essendo ben strutturata, dedica solo un’attenzione trasversale al tema della Dieta Mediterranea. Il concetto di Dieta Mediterranea, infatti, non è mai esplicitato nel testo in maniera specifica; i riferimenti all’importanza di uno stile alimentare sano sono orientati a dimostrare i suoi benefici sulla salute e, in generale, alla prevenzione di malattie croniche e/o obesità.

La Regione Molise, a differenza delle altre, ha iniziato ad interrogarsi sull’importanza di legiferare in materia di valorizzazione dei prodotti tipici solo nel 2008; tuttavia, la materia trova rilievo unicamente all’art. 8 della Legge Regionale n. 9 del 3 marzo 2009 («Piccoli Comuni - Attività economiche sociali e culturali - Tutela e valorizzazione patrimonio naturale e storico-culturale - Promozione e sostegno»). L’art. 8 della L.R. 9/09 («Valorizzazione dei prodotti agroalimentari tradizionali e tipici») stabilisce la promozione dei territori, della cultura e delle tradizioni popolari e la commercializzazione dei prodotti agroalimentari tipici dei piccoli comuni, attraverso l’implementazione dei percorsi enogastronomici del Molise. La Regione sostiene il potenziamento del sistema dei percorsi enogastronomici, finalizzato alla valorizzazione della tutela delle produzioni di qualità e delle tradizioni culturali ed alimentari locali.

Nel 2017, con la Legge Regionale n. 9 del 9 agosto 2017, la Regione Molise ha provveduto a legiferare in materia di «Interventi in materia di obesità infantile e giovanile». La L.R. 9/17 si pone come obiettivo la promozione di stili di vita salutari e la miglior qualità dell’alimentazione nei contesti educativi e collettivi, al fine di contrastare il fenomeno dell’obesità infantile e giovanile. La normativa, pur non esplicitando il modello di Dieta Mediterranea, di fatto lega l’alimentazione sana alla qualità dei menù e agli stili di vita nei servizi collettivi, in linea con i principi nutrizionali dello stile mediterraneo. La L.R. 9/17 prevede programmi di educazione nutrizionale rivolti ai minori, alle famiglie e al personale educativo; campagne di sensibilizzazione sui danni derivanti da stili alimentari sbagliati; iniziative per migliorare il livello qualitativo dell’alimentazione nelle mense scolastiche, nei distributori automatici e nei servizi di ristorazione delle strutture sanitarie e di accoglienza dedicate ai bambini e ai ragazzi. A tal proposito la L.R. 9/17 istituisce la “Settimana dell’alimentazione Molisana”, al fine diffondere la consapevolezza alimentare e corrette abitudini nutrizionali tra i più giovani e le loro famiglie.

Inoltre, recentemente, nel 2025 la Regione Molise ha promulgato la Legge Regionale n. 1 del 18 marzo 2025 («Disposizioni in materia di agricoltura sociale»), che definisce l’agricoltura sociale come l’insieme di attività che utilizzano le risorse dell’agricoltura per realizzare progetti sociali, sanitari e educativi. Siffatta normativa sull’agricoltura sociale, pur non essendo direttamente collegata alla Dieta Mediterranea, diviene un ambito di indirizzo molto interessante per lo studio che si propone questo contributo. L’agricoltura sociale, infatti, promuove pratiche

agricole e sociali che possono includere la coltivazione di prodotti tipici della Dieta Mediterranea e l'educazione al consumo di tali prodotti.

All'art. 1 comma 1 si legge: «La Regione Molise [...] promuove l'agricoltura sociale, quale aspetto della multifunzionalità delle imprese agricole finalizzato allo sviluppo di interventi e di servizi sociali, socio-sanitari, educativi e di inserimento socio-lavorativo allo scopo di facilitare l'accesso adeguato e uniforme alle prestazioni essenziali da garantire alle persone, alle famiglie e alle comunità locali in tutto il territorio regionale e in particolare nelle zone rurali o svantaggiate». Con questa normativa, dunque, la Regione promuove e sostiene il ruolo e le pratiche dell'agricoltura sociale nei propri strumenti di programmazione e gestione delle politiche per lo sviluppo agricolo e delle politiche sociali e sociosanitarie.

Nel 2012, anche il Friuli-Venezia Giulia, con il DGR n. 2188 del 13 dicembre 2012³⁵ ha mostrato particolare attenzione alla promozione dei corretti stili di vita alimentari attraverso l'emanazione delle Linee guida per la ristorazione scolastica, che si pongono l'obiettivo di promuovere abitudini alimentari corrette fin dalla prima infanzia. Quest'ultime, fornendo indicazioni tecniche per l'alimentazione sana e la gestione dei pasti nella ristorazione scolastica, implicitamente si riconnettono ai principi della Dieta Mediterranea. Infatti, nel recente aggiornamento delle Linee guida del 2025 la Dieta Mediterranea assurge a modello alimentare di riferimento, salutare e sostenibile, verso cui orientare le scelte nutrizionali nella ristorazione scolastica.

Inoltre, dal 2018 la Regione Friuli-Venezia Giulia, tramite il Club per l'U.N.E.S.C.O. di Udine, promuove il progetto *La Dieta Mediterranea* del Friuli-Venezia Giulia, riconosciuta come Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità nel 2010. L'obiettivo è quello di adattare i principi della Dieta Mediterranea al contesto friulano, diffondendo la conoscenza dei capisaldi della Dieta Mediterranea, attraverso la valorizzazione dei prodotti tipici, delle tradizioni enogastronomiche e del patrimonio culturale del territorio. La valorizzazione dei prodotti tipici agroalimentari della Dieta Mediterranea nel contesto del Friuli-Venezia Giulia si traduce in una serie di azioni concrete, volte a promuovere e rafforzare le specificità del territorio. In particolare, si propone di approfondire la conoscenza delle realtà produttive locali che custodiscono valori autoctoni e tradizioni secolari legate alla cultura alimentare, nonché di evidenziare il legame inscindibile tra alimentazione e salute, intesa sia in termini fisici sia di benessere mentale. Al contempo, il progetto mira a promuovere una crescita culturale diffusa, consolidando le buone pratiche legate alla corretta alimentazione e all'inclusione sociale. Per tali finalità, prevede l'organizzazione di eventi da realizzare in ambito scolastico e familiare, nonché nel contesto del

³⁵ Il DGR. n. 2188 del 13 dicembre 2012 è reperibile su https://www.regione.fvg.it/rafvfg/export/sites/default/RAFVG/famiglia-casa/politiche-famiglia/FOGLIA30/allegati/lineeGuidaRistorazioneScolastica_allegatoDGR_2188_2012.pdf (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

turismo sostenibile, diffusi attraverso piattaforme online quali *Facebook*, *YouTube* e *Zoom*, e successivamente resi disponibili sul sito del Club per l'U.N.E.S.C.O. di Udine.

Dunque, la Regione Friuli-Venezia Giulia, pur non avendo disciplinato normativa *ad hoc* in materia di Dieta Mediterranea, dimostra una grande sensibilità al tema, soprattutto nell'educazione delle nuove generazioni ai corretti stili di vita alimentari.

Nel 2013, la Regione Liguria ha iniziato a dare rilievo al tema dello stile di vita derivante dall'adozione della Dieta Mediterranea, seppur implicitamente. Infatti, con il DGR 333/2015 sono state emanate le «Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica»³⁶, che elevano la Dieta Mediterranea a principale riferimento culturale e nutrizionale per la qualità dei pasti serviti nelle mense scolastiche.

Il documento, infatti, si sofferma sulla trattazione del modello alimentare mediterraneo, ricollegandolo alla Dieta Ligure. Pertanto, nelle Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica il modello di dieta mediterranea diviene la base concettuale per l'elaborazione dei menù e la promozione di abitudini alimentari sane nei servizi di ristorazione scolastica.

Nel 2022, inoltre, con la DGR n 695 del 15 luglio, la Regione Liguria ha approvato anche le «Linee di indirizzo per l'alimentazione preventiva, la nutrizione clinica e la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica della regione Liguria»³⁷.

Le linee di indirizzo riguardano la prevenzione, la nutrizione clinica e la gestione dei servizi di ristorazione in ambito ospedaliero, assistenziale e scolastico (stabilendone strategie e principi). Nel testo si ribadisce che: «Il comportamento alimentare condiziona lo stato di salute. L'atto alimentare è un bisogno primario il cui fine è quello di permettere all'organismo di funzionare. [...] Priorità della ristorazione collettiva di qualsivoglia tipologia (ospedaliera, assistenziale, scolastica, aziendale, ecc.) è la sicurezza alimentare nel breve (prevenzione di avvelenamenti e tossinfezioni) e medio-lungo termine (prevenzione/trattamento di patologie croniche)».

Nel documento è presente un riferimento specifico all'applicazione del modello mediterraneo alla ristorazione collettiva in Italia; quivi, infatti, si legge: «La dieta mediterranea, che comprende sia il regime alimentare che lo stile di vita, è, come emerso dalla concordanza delle evidenze scientifiche, il modello più efficace, oltre che più studiato, nella prevenzione dell'obesità e delle malattie croniche non trasmissibili [...] L'adozione del modello mediterraneo ed in particolare della dieta ligure mediterranea nella ristorazione collettiva può pertanto svolgere un duplice ruolo: migliorare lo stato nutrizionale degli studenti, dei pazienti e dei dipendenti; risultare strategica per promuovere la dieta mediterranea stessa [...]» .

³⁶ Il DGR 333/2015 è reperibile su https://smart.comune.genova.it/sites/default/files/archivio/documenti/dgr-333_2015_ristorazione-scolastica.pdf?utm_source=chatgpt.com (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

³⁷ Il DGR n. 695 del 15 luglio 2022 è reperibile su https://www.alisa.liguria.it/component/publiccompetitions/document/11083%3Adelibera-di-giunta-regionale-n-695-del-15-07-2022.html?Itemid=101&utm_source=chatgpt.com (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

Dunque, la Regione Liguria, pur non avendo deliberato una legge *ad hoc* sulla Dieta Mediterranea, mostra una grande sensibilità al tema e la ritiene alla base della corretta alimentazione e dei corretti stili di vita.

Nel 2014 la Sardegna, con la promulgazione della Legge Regionale n. 16 del 7 agosto, ha inteso collegare la Dieta Mediterranea alla sua normativa in materia di agricoltura, sviluppo rurale, agrobiodiversità, marchi collettivi e distretti, attraverso la promozione di pratiche agricole sostenibili e la tutela delle produzioni locali.

All'art.1 commi 1 e 2, infatti, si legge: «[...] la Regione autonoma della Sardegna riconosce e tutela l'agrobiodiversità del proprio territorio sotto il profilo economico, scientifico, culturale e ambientale [...] La Regione: a) riconosce che le razze e varietà locali e le relative specie progenitrici e/o affini appartengono al patrimonio di interesse agrario, zootecnico e forestale della Sardegna; b) promuove e garantisce l'utilizzazione collettiva del patrimonio di razze e varietà locali [...] c) favorisce e promuove la tutela delle risorse genetiche d'interesse agrario, zootecnico e forestale, la salvaguardia e la gestione razionale degli agroecosistemi e delle produzioni tipiche e tradizionali [...]».

La legge, dunque, intende valorizzare il patrimonio agro-alimentare sardo come componente fondamentale di uno stile di vita sano e tradizionale, creando strumenti per la protezione della biodiversità e la creazione di distretti rurali e agro-alimentari di qualità. Al fine di riconoscere e valorizzare le risorse genetiche locali, promuovendo un'agricoltura che sostiene la varietà di prodotti alimentari alla base della Dieta Mediterranea, istituisce il Repertorio regionale dell'agrobiodiversità.

Dal 2015 anche la Lombardia ha dato vita a legislazioni regionali, che trasversalmente puntano al raggiungimento degli obiettivi della Dieta Mediterranea. La Legge Regionale n. 34 del 6 novembre 2015 («Legge di riconoscimento, tutela e promozione del diritto al cibo»), infatti, «[...] riconosce e tutela sul proprio territorio il diritto universale di accedere a una quantità sufficiente di cibo sicuro, sano e nutriente come diritto umano fondamentale per tutti gli individui [...] persegue l'eliminazione sul proprio territorio di ogni forma di malnutrizione e cattiva alimentazione che metta a rischio la sopravvivenza e la salute degli [...] persegue politiche di contrasto alla povertà come forma atta ad aumentare il più possibile l'autonomia delle persone e creare un ambiente favorevole affinché possano scegliere e procurarsi il quantitativo sufficiente di cibo sicuro, sano e nutriente che soddisfi le necessità alimentari personali e permetta una vita attiva» (art. 1 commi 1 e 3).

Inoltre, all'art. 3 promuove l'Accesso al sostentamento alimentare attraverso politiche di contrasto alla povertà per garantire a tutti pieno accesso ai mezzi necessari al sostentamento alimentare; all'art. 4, invece, promuove il Contrasto allo spreco alimentare attraverso «[...]programmi e corsi di educazione alimentare, di economia ed ecologia domestica per rendere

i soggetti della filiera agroalimentare e i consumatori consapevoli degli sprechi alimentari e dei conseguenti impatti ambientali, economici e sociali, nonché per fornire indicazioni per un acquisto sostenibile, e per la conservazione, preparazione e smaltimento finale degli alimenti[...]. Con questa normativa viene, altresì, istituita la Consulta regionale per la promozione del diritto al cibo (art. 6) con il compito di: contribuire alla definizione degli obiettivi e delle strategie di medio e lungo periodo per promuovere e realizzare il diritto al cibo; garantire coerenza tra gli obiettivi e le strategie di promozione, protezione e rispetto del diritto al cibo; elaborare proposte volte a minimizzare tutte le perdite e le inefficienze della filiera agroalimentare; proporre soluzioni di facilitazione per le donazioni delle eccedenze alimentari da parte di tutta la filiera agroalimentare; raccogliere e divulgare buone pratiche realizzate a livello regionale, nazionale e internazionale sul riconoscimento e la tutela del diritto al cibo, in tutti i suoi aspetti; promuovere programmi e corsi scolastici e professionali che riducano lo spreco alimentare, introducendo il premio annuale “Spreco Zero” dedicato alle migliori esperienze realizzate.

La normativa in oggetto, pur non essendo orientata alla valorizzazione della Dieta Mediterranea ne sostiene (indirettamente) gli obiettivi attraverso politiche di promozione di stili di vita sani, lotta allo spreco alimentare e sensibilizzazione del diritto al cibo. All’art. 7, a tal proposito, si impegna nella promozione di «[...] corsi di educazione alimentare, anche attraverso programmi di sostegno psicologico e di promozione dell’attività fisica, per rendere i cittadini più consapevoli dell’importanza di una sana e corretta alimentazione e per fornire loro tutti gli strumenti per migliorare la propria salute psicofisica attraverso una dieta alimentare equilibrata e uno stile di vita più sano».

Qualche anno dopo, con la Legge Regionale n. 2 del 23 febbraio 2021, la Regione Lombardia ha legiferato in merito alle «Disposizioni per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell’alimentazione e il sostegno ai pazienti e alle loro famiglie», orientate a: prevenire e far fronte ai disturbi della nutrizione e dell’alimentazione con interventi mirati alla sensibilizzazione, all’informazione, alla formazione, alla prevenzione, al riconoscimento, nonché alla cura e al potenziamento dell’offerta dei servizi e delle prestazioni con particolare attenzione all’età evolutiva (art.1). Al fine di raggiungere gli obiettivi previsti, la L.R. 2/21 istituisce la Rete regionale per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell’alimentazione (art. 4), che ha il compito adottare politiche di prevenzione e cura dei disturbi della nutrizione e dell’alimentazione, nonché condividere buone pratiche accreditate dalla comunità scientifica. A tal fine, la Regione promuove attività formative rivolte agli operatori sanitari e sociosanitari, direttamente, o potenzialmente, coinvolti nella presa in carico dei pazienti con disturbi della nutrizione e dell’alimentazione (inclusi i medici di medicina generale e i pediatri di libera scelta).

La Regione con la L.R. 2/21 si impegna, altresì, in iniziative di sensibilizzazione e informazione sul tema dei disturbi della nutrizione e dell’alimentazione, anche mediante la

cooperazione e il coinvolgimento delle famiglie, delle istituzioni scolastiche di ogni ordine e grado. Dunque, la normativa seguendo il *fil rouge* della L.R. 34/15 rimarca l'attenzione al benessere psicofisico e all'acquisizione di corretti stili di vita.

Nel 2022 anche la Regione Piemonte si è impegnata nella definizione di una normativa, la Legge Regionale n. 10 del 27 luglio («Disposizioni per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione e per il sostegno ai pazienti e alle loro famiglie»), che indirettamente conferma la Dieta Mediterranea – già riconosciuta a livello scientifico – quale modello alimentare di riferimento per la prevenzione dei Disturbi del Comportamento alimentare (DCA) e la promozione di sani stili di vita. La L.R. 27/22 prevede disposizioni per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, con particolare attenzione alla diagnosi precoce, alla presa in carico e all'assistenza delle persone coinvolte, oltre che al supporto alle famiglie. All'art. 1 comma 1, infatti, sono definite le seguenti finalità: «La Regione, nel rispetto della normativa nazionale, previene e contrasta i disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, di seguito indicati come DNA, con interventi rivolti alla cura e al potenziamento dell'offerta dei servizi e delle prestazioni nonché al riconoscimento, all'informazione, alla sensibilizzazione e alla formazione, con particolare attenzione all'età evolutiva e con l'obiettivo di una precoce presa in carico, di omogeneità di trattamento e di interventi anche per periodi prolungati».

Ai fini del perseguimento di queste finalità, la Regione Piemonte promuove: «a) le misure finalizzate al sostegno del nucleo familiare dei soggetti con DNA; b) l'integrazione della Rete dei servizi regionali per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione [...]; c) l'attivazione di strategie adeguate a ridurre le probabilità di cronicizzazione; d) la divulgazione, tra gli operatori sanitari e socio-sanitari, le istituzioni educative e formative, la popolazione in genere, di informazioni in merito ai servizi offerti dalla Rete regionale [...]» (art. 3).

A tal proposito, istituisce la Rete dei servizi regionali per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione (art. 4), con l'obiettivo di offrire ai pazienti con disturbi alimentari una presa in carico globale e un Osservatorio regionale per la prevenzione e la cura dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, che si pone l'obiettivo di monitorare casi, attività e rischi associati ai disturbi della nutrizione e dell'alimentazione (art. 10).

La L.R. 27/22 dedica grande attenzione alla promozione di iniziative di informazione e sensibilizzazione in tema di disturbi alimentari e di educazione alimentare, da esplicarsi soprattutto nelle istituzioni scolastiche di ogni ordine e grado; a tal proposito, istituisce la Giornata nazionale del Focchetto lilla dedicata ai disturbi della nutrizione e dell'alimentazione (art. 7).

La Dieta Mediterranea, dunque, pur non essendo direttamente elemento di attenzione normativa in Piemonte, diviene (indirettamente) strumento attraverso cui porre in essere azioni

di cura e prevenzione dei disturbi alimentari, soprattutto attraverso progettualità di educazione alimentare.

Più recentemente, nel 2024, la Regione Piemonte ha emanato le «Proposte operative per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica³⁸» e le «Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica»³⁹, che rimarcano l'attenzione della Regione alla valorizzazione di una corretta alimentazione e di stili di vita sani.

Le linee guida per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica del 2024, aggiornando quelle del 2007, puntano a garantire standard più elevati in termini di qualità nutrizionale, sicurezza alimentare e sostenibilità. Le modifiche, infatti, rispondono alle nuove esigenze di salute pubblica e alle sfide globali, tra cui l'incremento delle malattie croniche legate all'alimentazione, il cambiamento delle abitudini alimentari e le problematiche ambientali. L'obiettivo è quello di garantire un'alimentazione sana, equilibrata e adatta alle esigenze specifiche dei pazienti e degli utenti di strutture residenziali assistite. L'aggiornamento delle linee guida pone un forte accento sulla personalizzazione della dieta in base alle condizioni cliniche dei pazienti, promuovendo l'adozione di piani alimentari che considerino patologie croniche, allergie e intolleranze alimentari, nonché specifiche esigenze terapeutiche. A tal fine, è previsto che gli operatori sanitari ricevano formazione specifica riguardo alle migliori pratiche nutrizionali e alla gestione di diete speciali.

In tal modo la corretta alimentazione diviene parte integrante del trattamento medico, con l'obiettivo di favorire il benessere generale dei pazienti. Una delle priorità è l'uso di alimenti freschi, i prodotti a chilometro zero, con particolare attenzione alle carni magre, ai pesci, ai legumi, alle verdure fresche e alla riduzione dei cibi processati. Inoltre, le linee guida sono orientate in un'ottica di sostenibilità ambientale: le strutture ospedaliere e assistenziali, infatti, sono chiamate a ridurre gli sprechi alimentari e a ottimizzare il consumo di risorse naturali.

Le «Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica», invece, mettono in luce un impegno più ampio della Regione Piemonte per migliorare la salute e il benessere delle giovani generazioni. Le nuove linee guida promuovono l'adozione di abitudini alimentari sane e l'educazione nutrizionale fin dalla scuola primaria e secondaria. Esse si fondano sui principi di una dieta equilibrata e diversificata, basata sul consumo di alimenti freschi e nutrienti, quali frutta, verdura, cereali integrali, legumi e fonti proteiche sia vegetali sia animali. Il documento si sofferma sull'importanza di avviare iniziative educative che aiutino i ragazzi a comprendere l'importanza di una sana alimentazione e delle scelte alimentari consapevoli, attraverso attività

³⁸ Il documento contenente le proposte operative per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastiche è rinvenibile su <https://www.aslto4.piemonte.it/sites/default/files/2024-09/Ristorazione%20ospedaliera%20e%20assistenziale.pdf> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

³⁹ Il documento contenente le proposte operative per la ristorazione scolastica è rinvenibile su <https://www.aslto4.piemonte.it/sites/default/files/2024-09/Ristorazione%20scolastica.pdf> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

didattiche che trattino temi come la corretta alimentazione, la gestione dei pasti, la riduzione degli sprechi e l'importanza di una dieta varia.

Le linee guida aggiornate, inoltre, sottolineano la necessità di garantire a tutti gli studenti la possibilità di scelta, prevedendo l'inclusione di diete speciali per chi presenta allergie, intolleranze o specifiche esigenze religiose e culturali.

In tale prospettiva, le scuole sono invitate a coinvolgere attivamente famiglie, studenti e personale scolastico nella pianificazione dei menù, promuovendo una maggiore partecipazione e consapevolezza. A tal fine, è incoraggiato anche l'utilizzo di piattaforme online che consentano di consultare i menù e di esprimere eventuali preferenze.

Le proposte operative rappresentano un importante passo in avanti verso una ristorazione più sana, inclusiva e sostenibile, elicitando una maggiore consapevolezza delle problematiche nutrizionali, ambientali e sociali. Attraverso queste nuove Direttive, dunque, la Regione Piemonte mira a migliorare la salute dei cittadini, ma anche a favorire una cultura alimentare più responsabile, equa e rispettosa dell'ambiente.

6. Le Regioni con legislazione *in fieri* in materia di Dieta Mediterranea

Dall'analisi sinora condotta emerge che quasi tutte le regioni italiane si sono impegnate nella definizione di una legge, o proposta di legge, che potesse valorizzare lo stile di vita derivante dalla Dieta Mediterranea. In particolar modo, alcune hanno definito una normativa *ad hoc*, mentre altre hanno inserito riferimenti trasversali alla valorizzazione della Dieta Mediterranea entro normativa affine.

Dallo studio emerge che tre regioni presentano ancora lacune normative in materia di Dieta Mediterranea o in materia trasversale: Puglia, Valle d'Aosta, Trentino-Alto Adige. Tuttavia, queste regioni hanno mostrato sensibilità al tema attraverso l'elaborazione di progetti e/o proposte operative in tema di Dieta Mediterranea e/o valorizzazione di stili alimentari sani.

La Regione Puglia, pochi mesi fa, ha cristallizzato in un documento il *Progetto di legge n. 1510 del 10 luglio 2025*, contenente «*Disposizioni per la valorizzazione della Dieta Mediterranea in Puglia*»⁴⁰. La proposta presentata dal Consiglio regionale della Puglia – XI legislatura è il punto di arrivo di un percorso avviato nel 2021, con la Legge Regionale n. 42 del 30 novembre, anno in cui la Regione Puglia aveva promulgato le «*Norme in materia di valorizzazione e promozione dei prodotti e delle attività dei produttori di birra artigianale pugliese*».

La L.R. 42/21 si pone l'obiettivo di promuovere attività e iniziative d'informazione, promozione e valorizzazione della birra artigianale prodotta dai birrifici pugliesi. Tale legge, pur

⁴⁰ Per seguire l'iter della Proposta di legge n. 1510 del 10 luglio 2025, si veda <https://giac.consiglio.puglia.it/web/timeline/2180> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

essendo molto settoriale, testimonia la sensibilità della Regione Puglia sul tema della valorizzazione delle identità culturali e del patrimonio culturale immateriale. I popoli mesopotamici, infatti, producevano già una bevanda fermentata (presumibilmente a base di orzo), tuttavia il merito di aver portato la birra in Europa spetta ai Greci. Pertanto, possiamo essere d'accordo con quanto affermato da Pietro Migliaccio - il medico nutrizionista e presidente della Società italiana di scienza dell'alimentazione - in occasione della giornata di studi «Birra & dieta mediterranea» di Apecchio (20 settembre 2011): «La birra fa parte a pieno titolo della dieta mediterranea [...] per la sua antica origine, i suoi componenti, le sue caratteristiche organolettiche e il suo basso contenuto alcolico, è inseribile di diritto tra gli alimenti caratteristici della dieta mediterranea». E ancora P. Migliaccio, nella stessa occasione, ha ribadito le ragioni sottese alla mancata citazione della birra tra gli alimenti cardine della Dieta Mediterranea, sottolineando che gli studi «furono condotti, nella seconda metà del secolo scorso, dallo studioso americano Ancel Keys in Italia meridionale, in Grecia e in Jugoslavia: in zone, cioè, dove il consumo della birra era allora modesto o praticamente assente». L'attenzione della Regione Puglia alla valorizzazione della Dieta Mediterranea, dunque, è rintracciabile già nella L.R. 42/21.

In quest'ottica la proposta di legge n. 1510 del 10 luglio 2025, elaborata dalla Fondazione Angelo Vassallo, tuttora sottoposta all'*iter* del Consiglio Regionale, ha il merito di riportare al centro di questo modello alimentare e culturale i suoi protagonisti originari: i contadini, i pescatori, i pastori e le famiglie, custodi delle pratiche, dei saperi e delle tradizioni che costituiscono l'essenza della Dieta Mediterranea.

Nel testo della proposta normativa, infatti, si legge: «[...] La Dieta mediterranea della Regione Puglia porterà il nome di Angelo Vassallo [...]» (art. 1 comma 2); «1. È obiettivo della DM promuovere, nel rispetto delle direttive e della Carta Unesco, la cura e il mantenimento delle produzioni agricole e della pesca tipiche della Regione Puglia come valori del patrimonio culturale materiale e immateriale dell'Umanità, anche attraverso studi e ricerche; 2. Promuovere e rafforzare la politica sanitaria per contribuire a prevenire malattie dismetaboliche, cardiovascolari, tumori, malattie croniche, inclusi alcuni tipi di tumore e il diabete di tipo 2; 3. Promuovere azioni e interventi in difesa e protezione dei prodotti della terra [...] 4. Promuovere programmi con la Scuola a tutti i livelli per radicare la cultura formativa della Dieta mediterranea come stile di vita» (art. 2).

L'obiettivo è quello di riportare la Dieta Mediterranea nel suo alveo naturale, ovvero la realtà delle nostre case, rendendola uno strumento concreto di prevenzione primaria contro malattie cardiovascolari, metaboliche e oncologiche. Pertanto, al fine di raggiungere gli obiettivi prefissati, la proposta normativa introduce l'istituzione del Centro Operativo di Sviluppo e Programmazione delle iniziative previste nella presente legge.

Dunque, la proposta mira a valorizzare la Dieta Mediterranea come stile di vita in grado di tutelare la salute delle persone, la biodiversità e le tradizioni locali, promuovendone la tutela anche attraverso studi che possano radicarne la cultura anche nelle nuove generazioni.

La Regione Trentino-Alto Adige, invece, con il progetto *Environment, Food & Health* dell'11 dicembre 2017 si pone l'obiettivo di contrastare, attraverso la "dieta mediterranea alpina", le malattie croniche come il sovrappeso e l'obesità per favorire la buona salute anche in età avanzata.

Il progetto affronta numerosi temi come l'ambiente, la genetica, metaboloma, microbioma, cibo e salute che sono associati all'obesità e all'invecchiamento. Obiettivo dell'EFH è quello di fornire una base scientifica per approcci pratici, volti a combattere l'obesità e le malattie croniche legate all'età, fornendo, altresì, soluzioni innovative per migliorare le catene di produzione alimentare regionale e proteggere l'ambiente naturale. Il progetto prende vita dallo studio clinico della Dieta Mediterranea alpina, che, essendo povera di calorie e basandosi su prodotti di alta qualità della regione, permette di mantenere uno stile di vita sano e prevenire malattie croniche. Il menù comprende brodi vegetali con segale e farro, cavoli, pesce, olio d'oliva del lago di Garda, mele, formaggio magro, yogurt magro, carne rossa, frutti di bosco.

Più recentemente, la Regione Valle d'Aosta, con deliberazione di Giunta regionale n. 1654 del 6 dicembre 2021, ha approvato il Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2021-2025⁴¹. Il PRP rappresenta un documento di programmazione sanitaria e di salute pubblica, con cui la Regione organizza, in modo strategico e coordinato, attività di prevenzione, promozione della salute e protezione collettiva.

L'obiettivo principale è ridurre i fattori di rischio per le malattie, migliorare la qualità della vita e favorire stili di vita salutari attraverso campagne informative, educazione alla salute e programmi sul territorio che coinvolgono scuole, famiglie e comunità.

In particolar modo, il Piano regionale della prevenzione prevede azioni di educazione alimentare e promozione della salute, con l'obiettivo di ridurre i fattori di rischio legati a cattiva alimentazione, sedentarietà, fumo e alcol. Pertanto, considerato che la Dieta Mediterranea rappresenta un modello di alimentazione equilibrata, ne consegue che essa, da modello nutrizionale, diviene uno strumento di prevenzione primaria capace di contribuire alla riduzione del rischio di patologie croniche (come obesità, diabete e malattie cardiovascolari) e favorire uno stile di vita sostenibile e orientato al benessere della popolazione.

⁴¹ Il Piano Regionale della Prevenzione (PRP) 2021-2025 è reperibile su file:///C:/Users/sticc/Downloads/Principi,_Obiettivi_E_Azioni_Del_Piano_Regionale_Della_Prevenzione_2021-2025%20(1).pdf (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

7. Il valore dell'educazione ambientale, alimentare e agli stili di vita sani.

Dall'analisi condotta emerge l'importanza della Dieta Mediterranea come stile di vita, che possa aiutare i cittadini ad acquisire corretti stili alimentari, migliorando il benessere psicofisico e la salute.

Attualmente l'importanza di adottare corretti stili alimentari, soprattutto attraverso la valorizzazione della storia, della cultura, della biodiversità e dell'ambiente, acquisisce un peso sempre più specifico anche alla luce del recente riconoscimento della cucina italiana a patrimonio culturale immateriale (10 dicembre 2025, Delhi)⁴².

Nel dossier di candidatura, infatti, la cucina italiana è definita come un insieme di pratiche sociali, riti e gestualità basate sui tanti saperi locali che, senza gerarchie, la identificano e connotano. È, insomma, un mosaico di tradizioni che riflette la diversità bio-culturale del Paese e attribuisce al momento della preparazione e del consumo del pasto un'opportunità di condivisione e di confronto⁴³.

La cucina italiana è, infatti, emblema di identità culturale da preservare per la trasmissione della cultura e di stili di vita sostenibili: un rito collettivo di un popolo che concepisce il cibo come elemento culturale identitario; una forma di tutela della biodiversità⁴⁴, basata sul non sprecare nulla, sul riutilizzo del cibo avanzato e sui prodotti stagionali dei vari territori.

Per tale ragione, il percorso per il riconoscimento della cucina italiana quale patrimonio culturale immateriale ha seguito fruttuosamente l'iter che ha preso avvio, nel 2010, con il riconoscimento della Dieta Mediterranea e successivamente, nel 2017, dell'arte del pizzaiolo napoletano.

In tal senso, il riconoscimento della Dieta Mediterranea a patrimonio culturale immateriale diviene anche paradigma del principio del "coltivare e custodire" con cui Papa Francesco, nell'Enciclica "*Laudato Si*", qualche anno dopo avrebbe introdotto la definizione di "ecologia integrale" quale valore epocale finalizzato a cambiare i paradigmi dominanti e lo stile di vita diffuso in tutto il pianeta⁴⁵.

Invero, il legame che unisce le abitudini alimentari dell'uomo e i tre aspetti della sostenibilità (sociale, ambientale ed economica)⁴⁶ è molto interrelato e può essere sintetizzato nel concetto di sostenibilità alimentare. Questo principio si concretizza nel consumo di cibi sani dal

⁴² Il Dossier di candidatura della cucina italiana come Patrimonio UNESCO è reperibile su file:///C:/Users/sticc/Downloads/cucina_italiana_cartella_stampa.pdf (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

⁴³ M. MONTANARI, P. L. PETRILLO, *Tutti a tavola: Perché la cucina italiana è un patrimonio dell'umanità*, Editori Laterza, 2025.

⁴⁴ B. BURLINGAME, S. DERNINI (a cura di), *Sustainable Diets and Biodiversity: Directions and Solutions for Policy, Research and Action*, Rome, FAO, 2012.

⁴⁵ FRANCESCO I, Enciclica "*Laudato Si*", Roma 2015, https://www.vatican.va/content/francesco/it/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html (ultimo accesso: 30 maggio 2025).

⁴⁶ S. STERLING, *Sustainable Education: Re-visioning Learning and Change*, Dartington, Schumacher Society, 2001, pp. 34-40.

punto di vista nutrizionale, prodotti con tecniche che prevedano l'impatto ambientale più basso possibile in termini di utilizzo di risorse idriche e di emissioni di gas serra, con la massima attenzione alla biodiversità e agli ecosistemi.

Cuore pulsante del principio di sostenibilità alimentare⁴⁷ è sicuramente la “dieta sostenibile”, ovvero indicazioni alimentari che contribuiscono alla salvaguardia dell'ambiente e alla salute delle persone. Si tratta di un concetto che, troppo spesso, viene relegato in secondo piano a favore di logiche globalizzate, orientate a un uso intensivo delle risorse naturali e a una crescente industrializzazione dei sistemi produttivi, in particolare nei settori dell'agricoltura e dell'allevamento. Tali dinamiche possono determinare squilibri nella distribuzione delle risorse alimentari, contribuendo, da un lato, a fenomeni di malnutrizione e insicurezza alimentare e, dall'altro, all'aumento dei casi di sovrappeso e obesità, in un quadro di evidente paradosso nutrizionale⁴⁸.

L'alimentazione sostenibile può rappresentare un cambiamento in favore di sistemi meno impattanti per l'ambiente e più sani per gli esseri umani (come ad es. una dieta più attenta e modelli di produzione più responsabili e moderni). La sostenibilità alimentare è, dunque, strettamente legata a temi come la biodiversità, la sicurezza alimentare, l'inclusione, l'agricoltura biologica e sostenibile.

Per comprendere l'importanza dell'impatto dell'alimentazione sulla sostenibilità, vale la pena ricordare che il principio della sana e corretta alimentazione occupa ben 5 dei 17 obiettivi per lo sviluppo sostenibile dell'Agenda 2030:

- Goal 2 “Sconfiggere la fame”;
- Goal 3 “Salute e benessere”;
- Goal 12 “Consumo e produzione responsabili”;
- Goal 14 “Flora e fauna acquatica”;
- Goal 15 “Flora e fauna terrestre”.

Nello specifico, gli Obiettivi 2 e 3 sono orientati rispettivamente a contrastare la malnutrizione e a promuovere una cultura della corretta alimentazione. I restanti obiettivi rappresentano la *conditio sine qua non* per il raggiungimento della sostenibilità alimentare, che si realizza attraverso interventi volti a combattere la malnutrizione, promuovere un'agricoltura sostenibile e adottare politiche in grado di garantire la sicurezza alimentare a livello globale.

Gli obiettivi sulla sostenibilità alimentare per essere perseguiti necessitano l'attenzione ad un'educazione delle nuove generazioni che ponga al centro la persona, il cibo, l'ambiente e la qualità della vita; l'adozione di stili di vita sostenibili – volti alla tutela dell'ambiente, della

⁴⁷ Sul tema, si veda J. INGRAM, P. ERICKSEN, D. LIVERMAN, *Food Security and Global Environmental Change*, London, Earthscan, 2010.

⁴⁸ Per approfondimenti, si veda W. WILLETT ET AL., *Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on Healthy Diets from Sustainable Food Systems*, in *The Lancet*, vol. 393, n. 10170, 2019, pp. 447-492.

biodiversità e dell'ecosistema – non può prescindere da un ripensamento di sistemi educativi, che devono rispondere alla sfida più importante: fornire ai giovani le competenze di cittadinanza attiva⁴⁹.

D'altronde, le Raccomandazioni Europee in chiave di cittadinanza (2006 e s.m.i. 2018) hanno tracciato un *iter* ben chiaro per gli Stati Membri, che hanno il compito di adeguare i propri curricula educativi al fine di formare cittadini consapevoli⁵⁰.

L'U.N.E.S.C.O., con l'obiettivo di offrire un contributo concreto all'Agenda 2030, ha elaborato il Programma di Azione Globale 2015-2019 (GAP) in cui vengono indicate le aree d'azione prioritarie alla realizzazione del tema dell'educazione allo sviluppo sostenibile.

L'Educazione ambientale, orientata allo sviluppo sostenibile, è quindi il punto focale di un lungo percorso⁵¹, che nasce dalla necessità di un'istruzione in grado di fornire alle generazioni le competenze per affrontare le crescenti sfide della sostenibilità⁵².

Tra queste sfide un ruolo prioritario è assunto dalla sostenibilità alimentare e dalla promozione di stili di vita sani, che possano avere una ricaduta positiva sull'ambiente e sulla salute⁵³. Ecco perché, nel corso degli anni, il tema dell'educazione alimentare ha progressivamente assunto un ruolo centrale sia in ambito educativo sia in quello sanitario, divenendo oggetto di crescente attenzione da parte delle istituzioni e degli operatori del settore. Ed invero, nel 2015 sono state emanate le «Linee guida per l'educazione ambientale e allo sviluppo sostenibile» del Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca (M.I.U.R.)⁵⁴, che hanno evidenziato l'importanza di sviluppare negli studenti conoscenze, valori e comportamenti responsabili nei confronti dell'ambiente. Nello stesso anno sono state emanate anche le «Linee guida M.I.U.R. per l'educazione alimentare»⁵⁵, che perseguono l'obiettivo di promuovere una cultura del cibo nelle

⁴⁹ Cfr. Raccomandazione Europea 2006 sulle competenze chiave per l'apprendimento permanente (aggiornate nel 2018), reperibile su https://asnor.it/it-schede-15-le_competenza_chiave_europee (ultimo accesso: 30 maggio 2025).

⁵⁰ Sul tema, si veda E. DURKHEIM, *La sociologia e l'educazione* (a cura di G. Manfré), Milano, 2025; A. ANGELINI, P. PIZZUTO, *La società sostenibile. Manuale di ecologia umana*, Roma, 2021.

⁵¹ M. STICCO, *Tutela dell'ambiente e educazione ambientale nelle esperienze europee: profili introduttivi*, in *Annali del Dipartimento di Scienze Politiche dell'Università degli Studi della Campania Luigi Vanvitelli*, n. 2, 2025, pp. 373-395.

⁵² J. PALMER, *Environmental Education in the 21st Century: Theory, Practice, Progress and Promise*, London, Routledge, 1998, pp. 15-22.

⁵³ Sul tema, si veda C. IMPERATORI, A. PANNO, G. A. CARBONE, et al., *The Association Between Social Media Addiction and Eating Disturbances Is Mediated by Muscle Dysmorphia-Related Symptoms*, in *Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, vol. 27, 2022, pp. 1--; CHRISTOPHER G. FAIRBURN, *Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders*, New York, Guilford Press, 2008.

⁵⁴ Le Linee guida per l'educazione ambientale e allo sviluppo sostenibile (MIUR) sono reperibili su https://www.mase.gov.it/portale/documents/d/guest/linee_guida-pdf-2 (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

⁵⁵ Le Linee guida per l'educazione alimentare (MIUR) sono reperibili su https://www.istruzione.it/allegati/2015/MIUR_Linee_Guida_per_1%27Educazione_Alimentare_2015.pdf (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

istituzioni scolastiche. Esse incentivano, tra studenti e famiglie, il consumo di prodotti locali e stagionali, la riduzione degli sprechi e la pratica di attività fisica regolare.

Infine, nel 2018, sono state oggetto di revisione le «Linee guida per una sana alimentazione», elaborate dal Ministero della Salute e dal Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria (CREA)⁵⁶, che costituiscono un riferimento imprescindibile per il solido impianto scientifico e la particolare attenzione ai temi della sostenibilità alimentare. Tali linee guida forniscono all'intera cittadinanza indicazioni basate su evidenze scientifiche per l'adozione di una dieta equilibrata e varia, fondata sul consumo prevalente di frutta, verdura, legumi e cereali integrali, e sulla moderazione nell'assunzione di zuccheri, sale e grassi saturi.

Tuttavia, nonostante il forte contributo nel perseguimento della sostenibilità alimentare e nel contrasto della lotta ai disturbi alimentari, l'educazione alimentare non ha ancora trovato spazio nei curricula scolastici come insegnamento obbligatorio.

Dalla consapevolezza che gli obiettivi di sostenibilità alimentare non possono essere raggiunti senza un'educazione mirata delle nuove generazioni – con percorsi che mettano al centro la persona, il cibo, l'ambiente e la qualità della vita – ha preso vita la proposta di legge di iniziativa popolare⁵⁷, presentata nel maggio 2025 dall'Associazione di Promozione Sociale Radici Sane APS (già Longaevitas APS). La proposta di legge è finalizzata all'introduzione, in tutte le scuole, università e accademie militari, dell'insegnamento obbligatorio di *Educazione Alimentare, degli Stili di Vita Sani e Sostenibilità Ambientale*, che persegue i seguenti obiettivi: riscoprire la tradizione alimentare italiana, sostenere le filiere locali e l'economia dei territori, diffondere la cultura della prevenzione dei disturbi alimentari, delle tossinfezioni e delle malattie cardiovascolari (causate da una cattiva alimentazione). Nel testo si individuano tre fondamentali ambiti di intervento: l'Educazione Alimentare per scegliere il cibo con intelligenza, conoscere la Dieta Mediterranea, prevenire i disturbi alimentari, l'obesità e le malattie croniche; l'Educazione alla Sostenibilità Ambientale per rafforzare la consapevolezza ecologica, promuovere pratiche sostenibili e rispetto per la biodiversità; l'Educazione agli Stili di Vita Sani per stimolare l'attività fisica⁵⁸, il benessere mentale e relazionale, la responsabilità verso sé e gli altri. Infatti, nonostante le diverse progettualità introdotte negli anni precedenti nelle istituzioni scolastiche, per promuovere una vera cultura del benessere fisico e mentale (si pensi ad esempio il progetto europeo “Frutta e verdura nelle scuole”), l'Italia continua ad avere un'alta percentuale di bambini affetti da sovrappeso, obesità, disturbi della nutrizione e dell'alimentazione (anoressia,

⁵⁶ Le Linee guida per una sana alimentazione (CREA) diffuse nel 2018 sono reperibili su <https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/linee-guida-per-una-sana-alimentazione-2018> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

⁵⁷ Cfr. Introduzione dell'insegnamento dell'Educazione alimentare, ambientale e agli stili di vita sani nelle scuole, enti di istruzione e formazione di Forze Armate, Forze di Polizia e di pubblico soccorso, reperibile su <https://firmereferendum.giustizia.it/referendum/open/dettaglio-open/3700000> (ultimo accesso: 3 marzo 2026).

⁵⁸ Sul tema, si veda FAO, *Sustainable Healthy Diets: Guiding Principles*, Rome, 2019.

bulimia, *binge eating*). Le cause sono da ritrovare in cattive abitudini alimentari, una scarsa attività fisica e cambiamenti socioeconomici che hanno portato ad un graduale abbandono della Dieta Mediterranea a favore di modelli alimentari meno salutari (simili a quelli americani)⁵⁹.

Per tali ragioni, la proposta di legge mira a rendere obbligatorio l'insegnamento non solo nelle scuole dell'obbligo, ma anche nelle scuole materne, nei corsi scientifici e tecnici ed in tutti i percorsi professionalizzanti legati alla produzione e somministrazione di alimenti e bevande.

L'insegnamento *dell'Educazione Alimentare, degli Stili di Vita Sani e Sostenibilità Ambientale*, nelle scuole di ogni ordine e grado, rappresenta un investimento strategico per la salute pubblica ed un modo per realizzare gli obiettivi di Agenda 2030. Invero, promuovere corrette abitudini fin dall'infanzia permette, tra le altre cose, di prevenire i principali fattori di rischio, migliorare la qualità della vita e ridurre i costi sanitari. L'introduzione dell'insegnamento potrebbe, dunque, rappresentare un intervento di particolare rilevanza, finalizzato a: migliorare la salute e i comportamenti individuali, contribuire allo sviluppo socioeconomico dei territori e alla democratizzazione dell'accesso a un'alimentazione sana e di qualità, promuovere equità sociale, inclusione e coesione.

In questa prospettiva, tale iniziativa si configura come un'opportunità strategica da non perdere per promuovere un cambiamento culturale duraturo e orientato al benessere delle future generazioni.

8. Brevi conclusioni.

L'analisi comparata sulla legislazione regionale italiana, in tema di valorizzazione della Dieta Mediterranea, permette di giungere ad un dato molto interessante: la Dieta Mediterranea non è più solo un mero precetto nutrizionale, ma diviene un riferimento identitario e culturale, un vero paradigma di sviluppo sostenibile e coesione territoriale. Dall'esame dei diversi modelli normativi, pur essendo state solo sei le Regioni a adottare una normativa *ad hoc* (Campania, Calabria, Marche, Sicilia, Basilicata e Umbria), emerge una crescente "sensibilità istituzionale" verso questo modello, inteso non solo come regime alimentare, ma come "stile di vita" e patrimonio culturale immateriale.

Questo cambio di prospettiva, da una visione puramente sanitaria a una visione olistica, rappresenta il tratto distintivo della produzione legislativa dell'ultimo decennio e che assurge anche a scelta identitaria per le nostre Regioni italiane.

Tuttavia, la produzione normativa regionale appare ancora molto eterogenea: da un lato vi sono Regioni che hanno saputo dotarsi di strumenti operativi avanzati (come l'istituzione di

⁵⁹ Per approfondimenti, si veda B. M. POPKIN, L. S. ADAIR, S. W. NG, *Global Nutrition Transition and the Pandemic of Obesity in Developing Countries*, in *Nutrition Reviews*, vol. 70, n. 1, 2012, pp. 3-21.

Osservatori regionali), dall'altro Regioni che hanno adottato un approccio "trasversale" e altre di tipo "residuale", in cui la Dieta Mediterranea trova rilevanza solo nel quadro di normative in tema di tutela della biodiversità o rivolte alla promozione del *Made in Italy*.

La sfida principale per il futuro, dunque, consiste nel superamento di questa eterogeneità attraverso tre direttrici fondamentali: la promozione di un'educazione alla corretta alimentazione nelle istituzioni scolastiche di ogni ordine e grado; l'integrazione di nuove tecnologie nella tutela delle filiere corte, al fine di contrastare il fenomeno dell'*Italian Sounding*; la creazione di una rete stabile tra le Regioni per favorire la condivisione di *best practices* e ottimizzare l'utilizzo dei fondi europei.

L'*iter* per un'armonizzazione normativa della Dieta Mediterranea in tutto il Paese, nel rispetto delle singole peculiarità regionali, è ancora lungo, ma emerge una *mission* comune: la necessità di trasformare il riconoscimento U.N.E.S.C.O. da titolo onorifico in un motore concreto di resilienza economica e benessere collettivo. Le normative regionali, infatti, oltre alla valorizzazione del bene immateriale in sé, devono essere orientate soprattutto a: lo stanziamento di fondi per la tutela dei suoli, per la ricerca scientifica applicata all'agricoltura e per l'educazione alimentare obbligatoria.

Dunque, lavorare alla definizione di normative regionali *ad hoc* sull'intero territorio nazionale rappresenta uno strumento per perseguire gli obiettivi di sostenibilità dell'Agenda 2030, intersecando i temi della salute e della trasmissione di questo patrimonio immateriale, fondato sulla convivialità e il rispetto per il territorio, alle future generazioni.

La Dieta Mediterranea, attraverso l'impegno dei legislatori regionali e delle istituzioni territoriali, deve trasformarsi in un modello di tutela ambientale, capace di generare sviluppo sostenibile, occupazione e valorizzazione delle identità culturali, contribuendo al contempo al pieno sviluppo della persona umana.

In tal senso, la Dieta Mediterranea assurge a paradigma culturale e sociale capace di integrare salute, tradizione, ambiente e innovazione, in grado di promuovere benessere, consapevolezza e sostenibilità.