

Prof. Ivo BIANCHI



A.R.A.V.

Associazione Regionale Allevatori Veneto



VICENZA

24 FEBBRAIO 2018

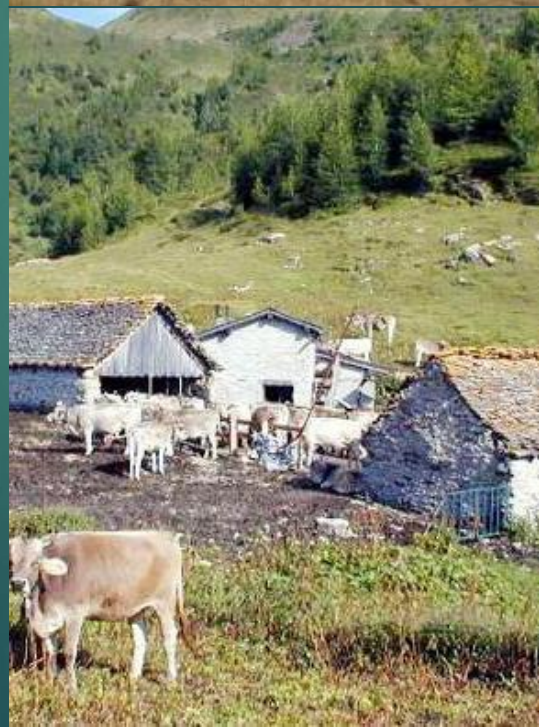
Bando ai Pregiudizi sui Formaggi Italiani di qualità

Ore 20

▶ 3 Ingredienti Unici
dei Formaggi
Veneti di Qualità .:

- ▶ I pascoli
- ▶ Le razze bovine
- ▶ Il latte





► Dietro ogni formaggio c'è un pascolo d'un diverso verde sotto un diverso cielo

► **Italo Calvino Palomar**

- ▶ Dalla conoscenza delle erbe dei nostri prati montani non solo può derivare lo spunto per utili terapie naturali ma anche l'apprezzamento per i formaggi che ne trasmettono le proprietà
- ▶ I vari mieli trasmettono le proprietà dei fiori che le api impollinano, il latte trasmette le proprietà delle erbe che le mucche mangiano



Alcuni Esempi

- ▶ *Artemisia absinthium*
 - ▶ Funzioni digestive
- ▶ *Centaurea cyanus*
 - ▶ Salute degli occhi
- ▶ *Epilobium angustifolium*
 - ▶ Problemi prostatici
- ▶ *Galium verum*
 - ▶ Drenante,
disintossicante
tissutale



Due Diversi Modi di Nutrire

DOBBIAMO
DISTINGUERE IL LATTE
TECNOLOGICO DAL
LATTE NATURALE

Ivo BIANCHI M.D.





Ivo BIANCHI M.D.



Esiste un
Rapporto
Privilegiato tra
Mucca
autoctona ed
il suo Pascolo

IMPORTANZA DELLA
SPECIFICITÀ
DELL'ANIMALE DA CUI
DERIVA IL FORMAGGIO

Cura del Latte

- ▶ Per fare un buon formaggio il latte dovrebbe essere manipolato il meno possibile
- ▶ Tanto più vicino all'origine il latte viene caseificato e tanto più la flora batterica non viene alterata e può esplicare al meglio il suo compito
- ▶ Il latte viene riscaldato solo il tanto necessario per la caseificazione, dai 15 ai 36°



Benefici del Latte

- ▶ 1. Favorisce la Perdita di peso
- ▶ 2. Previene il Cancro del Colon
- ▶ 3. Cura e Previene l'Infiammazione cronica a tutti i livelli e le molte malattie correlate
- ▶ 4. Immunostimolante con benefici vantaggi nei confronti di malattie virali, batteriche e neoplastiche
- ▶ 5. Stimola crescita e maturazione cellulare, in particolare a livello osseo ed immunitario
- ▶ 6. Ha effetti anti Diabetici
- ▶ 7. Utile come antimicotico, contrasta la proliferazione della candida a tutti i livelli
- ▶ 8. Contrasta la proliferazione dell'*Helicobacter pylori*
- ▶ 9. Stimola la crescita della massa muscolare e la sua riparazione dopo 'esercizio fisico
- ▶ 10. Grande energetizzante e ricostituente utile nei postumi e nella prevenzione della fatica fisica e mentale



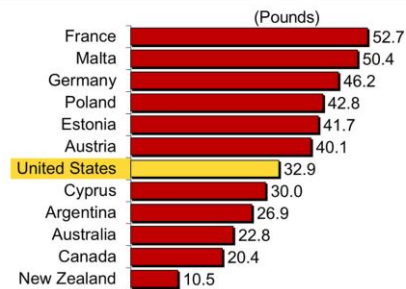
Benefici del Formaggio

- ▶ 1. Migliora struttura (Calcio) e salute (vitamine B) dei denti
- ▶ 2. Cura e Previene l'Osteoporosi per il contenuto di minerali, vitamine e proteine
- ▶ 3. Promuove la crescita della massa muscolare
- ▶ 4. Previene l'ipertensione arteriosa, grazie al particolare equilibrio di minerali e vitamine
- ▶ 5. Riduce l'Omocisteina, fattore di rischio cardiovascolare, grazie al contenuto in vitamine B
- ▶ 6. Previene il cancro grazie al contenuto di acido linoleico coniugato e sfingolipidi
- ▶ 7. Utile in gravidanza, soprattutto per i problemi del 3° trimestre (pre eclampsia gravidica, diabete gravidico ..)
- ▶ 8. Migliora i sintomi della Sindrome Premestruale
- ▶ 9. Migliora salute e struttura di pelle e capelli
- ▶ 10. Favorisce il sonno, grazie all'alto contenuto in Triptofano





International Cheese Consumption Per Capita Consumption, Selected Countries

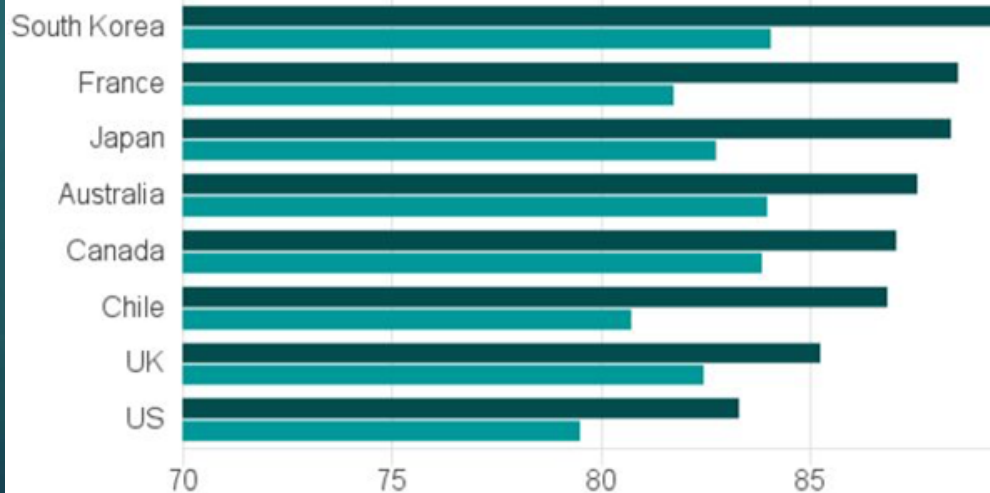


Source: USDA/FAS, Production, Supply and Distribution Online Database; EuroStat Online Database; US Census Bureau, International Data; USDA/ERS, Livestock, Dairy and Poultry Statistics



Average life expectancy at birth by 2030 (in years)

Women Men



Source: Imperial College London / World Health Organization



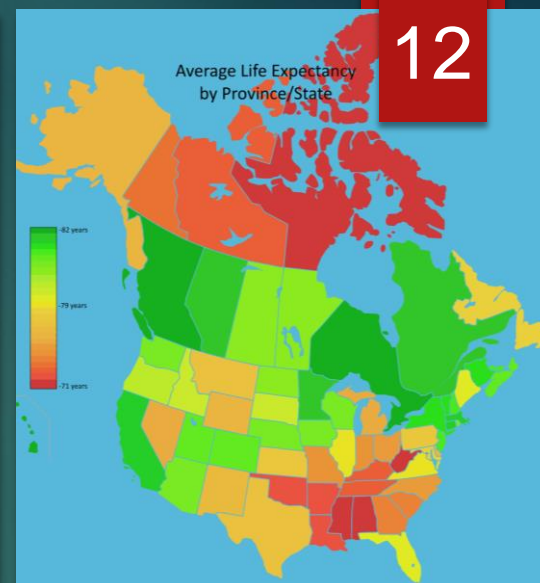
Benefici del Consumo di Formaggi

Ivo BIANCHI M.D.

**Francia paese europeo
con il maggior consumo
di formaggi ma anche
con altissima aspettativa
di vita**

Gli Omega 3 non sono la Soluzione

- ▶ La vita media degli Inuit del Nord del Canada è di circa 12 anni inferiore a quella della restante popolazione, pur avendo una minor incidenza di patologie cardiovascolari
- ▶ Recenti ricerche hanno messo in relazione eccessive supplementazioni di omega 3 con aumentata incidenza di cancro prostatico



Non Esiste una Regola Unica

13

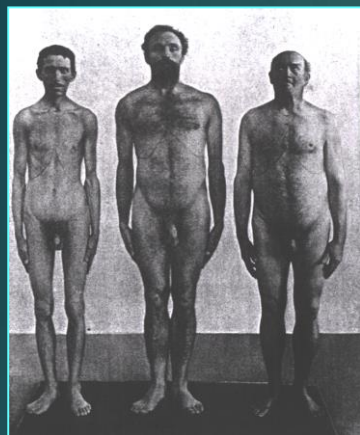
Ivo BIANCHI M.D.

- ▶ Il dare o meno importanza ai livelli di colesterolo, se non eccessivi, dovrebbe dipendere dalla valutazione del singolo individuo. Vanno valutati fattori genetici e Costituzionali :
 - ▶ La predisposizione alle patologie cardiovascolari deve indurre ad attenzione particolare sui livelli di colesterolo
 - ▶ La predisposizione al diabete, alle patologie neoplastiche o correlate all'invecchiamento deve indurre ad essere più lassi sui livelli di colesterolo ed largheggiare nel consumo di buoni lattici e formaggi



Scelte Selettive Specifiche

14



Ivo BIANCHI M.D.

Alimentazione

Prevenzione

Patologie
CardioVascolari

Patologie
Neoplastiche

Omega 3

Pesce

Ac. α Linoleico

Formaggi

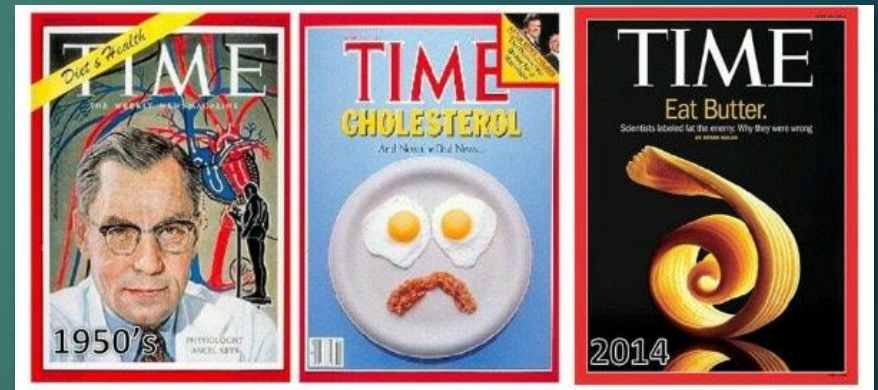
Più elevati livelli di colesterolo, rispetto a quelli attualmente consigliati, maggior protezione anti neoplastica

15

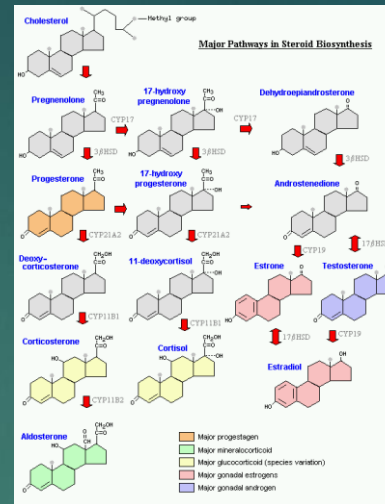
Ivo BIANCHI M.D.

- ▶ **Cancro Prostatico** – Uno studio riporta che pazienti sottoposti a prostatectomia e terapia radiante con più elevati livelli di colesterolo HDL avevano il 33% in meno di recidive tumorali rispetto ai pazienti con bassi livelli di colesterolo.
- ▶ **Cancro Polmonare** – Uno studio recente dimostra che nei pazienti con cancro polmonare il rischio di morte è del 67% ridotto in presenza di elevati livelli di colesterolo
- ▶ **Cancro Mammario** – Donne con livelli elevati di colesterolo hanno un rischio di cancro mammario inferiore del 30%
- ▶ **Melanoma** – il rischio di melanoma è del 39% ridotto in caso di elevati livelli di colesterolo
- ▶ **Leucemia/Linfoma** – il rischio di Leucemia e di Linfoma sono del 39% ridotti in caso di elevati livelli di colesterolo
- ▶ **Cancro Epatico e Biliare** – con elevati livelli di colesterolo il rischio per questo tipo di neoplasie si riduce dell'86%
- ▶ **Cancro Pancreatico**- Con elevati livelli di colesterolo il rischio di cancro al pancreas si riduce del 48%.
- ▶ **Cancro del Colon Retto** – il colesterolo sembra avere un ruolo protettivo nei confronti del carcinoma colon rettale

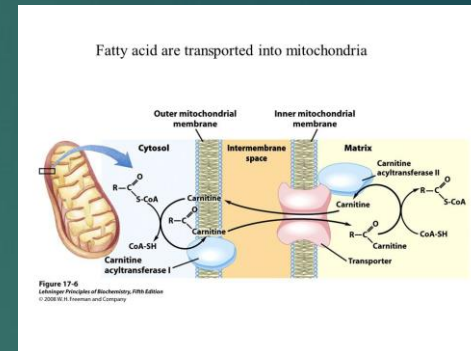
- ▶ Il Colesterolo elevato va curato con Statine od affini naturali soprattutto in presenza di elevati livelli congeniti di colesterolo endogeno, in particolare in presenza di familiarità per patologie cardiovascolari.
- ▶ Eccessiva attenzione dietetica o farmacologica ai livelli di colesterolo predispone all'insorgenza di Diabete 2



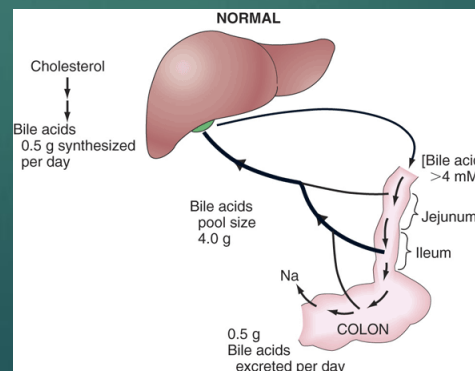
- ▶ Colesterolo e stimolo della sintesi di Ormoni Corticosurrenali



- ▶ Apporto di grassi alimentari e stimolo della funzione mitocondriale



- ▶ Consumo di formaggi e stimolo delle funzioni epato-biliari



Five
Cholesterol
Lowering
Teas



FORMAGGIO

Colesterolo

Associazione
con Verdure
amare

Energia

Prot. anti
Neoplastica

Supporto
strutturale

FORMAGGIO

Colesterolo

Energia

Anti Age

Stimolo anti
Neoplastico

Escrezione

Verdure
Amare

Modulazione :
Stimolo

Utilizzazione

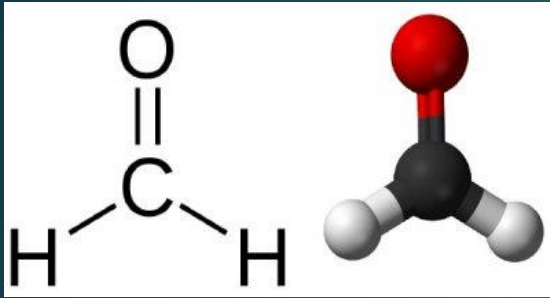
Carnitina

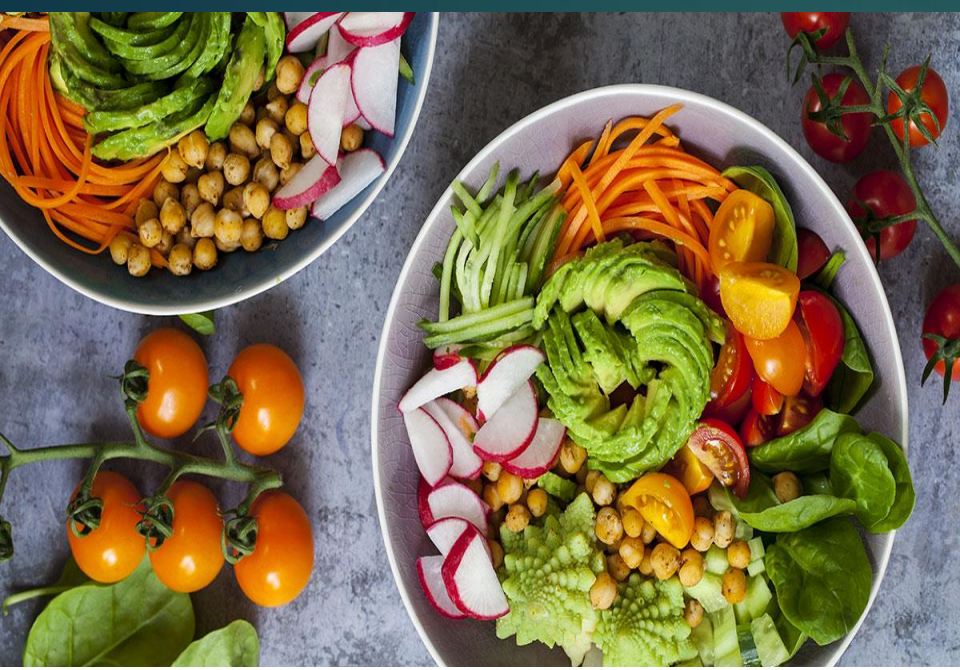
BENEFICI DEL BURRO

20

Ivo BIA







MANGIATE PIU' FORMAGGIO ITALIANO DI QUALITA' !!!

