

In piazza del Ferrarese torna il festival promosso dall'Università di Bari. Tre giorni di incontri, talk, laboratori e show cooking per unire ricerca, produzione e cultura alimentare

Il cibo come cura: Bari capitale del benessere

Dalla ricerca scientifica la ricetta della salute

Tre giornate dedicate al dialogo tra scienza, salute e territorio. È il cuore di CiBari 2025: Il Cibo della Salute, la manifestazione organizzata dal Centro Interdipartimentale "Cibo in Salute" dell'Università degli Studi di Bari "Aldo Moro", che dal 20 al 22 ottobre 2025 trasformerà piazza del Ferrarese in un laboratorio a cielo aperto di divulgazione scientifica, cultura mediterranea e innovazione alimentare.

L'iniziativa, giunta alla terza edizione, propone un programma gratuito e aperto al pubblico con conferenze, talk divulgativi, mostre, spettacoli e competizioni culinarie, per valorizzare il ruolo del cibo come strumento di prevenzione e benessere, ma anche come motore economico e sociale.

A presentare gli obiettivi del progetto è stato il prorettore dell'Università di Bari, Vitorocco Peragine, che ha definito CiBari "un appuntamento fondamentale per coniugare ricerca scientifica, divulgazione e partecipazione attiva della cittadinanza". L'ateneo barese – ha aggiunto – punta a promuovere "una cultura della prevenzione che migliori la qualità della vita e contribuisca a ridurre il peso sul sistema sanitario".

Secondo la professoressa Filomena Corbo, coordinatrice del Centro Interdipartimentale "Cibo in Salute", l'obiettivo di questa edizione è rendere la Puglia un punto di riferimento nazionale per l'alimentazione sana e sostenibile, favorendo una cittadinanza attiva e consapevole. "CiBari 2025 – ha spiegato – vuole creare spazi di dialogo tra ricerca, imprese, istituzioni e cittadini, offrendo occasioni concrete di partecipazione, soprattutto per giovani e donne, attraverso cooking demo, laboratori e attività educative".

Tra i promotori istituzionali, la Regione Puglia ha rimarcato, con l'intervento di Luigi Trotta, dirigente della Sezione Competitività delle Filiere Agroalimentari, come il legame tra cibo e salute rappresenti oggi "un campo di ricerca strategico per rafforzare la connessione tra produttori, scienziati e cittadini".



Anche il Comune di Bari conferma il proprio sostegno. L'assessore alla Conoscenza Vito Lacoppola ha evidenziato che "educare alla salute attraverso il cibo è una delle sfide culturali più importanti del nostro tempo". Per Lacoppola, l'alimentazione consapevole deve partire dalle scuole, perché "formare le nuove generazioni significa costruire una comunità più attenta al proprio corpo, all'ambiente e al benessere collettivo".

Il professor Francesco Leonetti, direttore del Dipartimento di Farmacia e Scienze del Farmaco dell'Università di Bari, ha ricordato che CiBari "rappresenta pienamente la Terza Mis-

sione dell'Università, quella che traduce la ricerca e la formazione in valore condiviso per la comunità", rendendo accessibili temi complessi come la nutraceutica e la nutrigenomica. Il festival offrirà tre giorni di studio e confronto dedicati ai grandi temi della salute: sindrome metabolica, microbiota intestinale, fertilità e disturbi dell'alimentazione, con l'obiettivo di mostrare come il cibo possa "nutrire e prevenire".

Uno dei momenti centrali sarà la presentazione della prima indagine nazionale sulla conoscenza della sindrome metabolica, condotta da "Troisi Ricerche". Il dottor Andrea Troisi ha spiegato che "quasi un cittadino su due non ha mai sentito

parlare di questa condizione, che riguarda milioni di italiani. Tuttavia, oltre il 90% degli intervistati riconosce l'importanza di uno stile di vita sano e sarebbe disposto a partecipare a programmi di prevenzione e screening".

Un altro contributo arriva da Tipica Puglia, partner organizzativo dell'evento. Il fondatore Daniele Di Fronzo ha sottolineato che "valorizzare la dieta mediterranea e il cibo a chilometro zero significa unire cultura, scienza e tradizione, generando benefici per la salute e nuove opportunità di sviluppo locale". L'associazione promuoverà anche i format "C'è uno sportivo in cucina", "C'è un medico in cucina" e "C'è un baby in cucina", esempi concreti di come il cibo possa diventare terreno d'incontro tra ricerca, educazione e vita quotidiana.

Nel messaggio di saluto inviato dall'assessore regionale all'Agricoltura Donato Pentassuglia, la Puglia viene definita "terra di produzioni di qualità che oggi deve guardare al cibo come presidio di salute". Un ruolo di primo piano sarà riservato all'olio extravergine di oliva pugliese, riconosciuto a livello internazionale per le sue proprietà nutraceutiche. "L'olio EVO – ha ricordato Pentassuglia – è un vero alleato nella prevenzione delle malattie croniche e simbolo della nostra identità agroalimentare".

L'iniziativa è organizzata dal Centro Interdipartimentale "Cibo in Salute" dell'Università di Bari, con la direzione del dottor Emilio Miccolis, in collaborazione con Regione Puglia, Comune di Bari, Accademia di Belle Arti, Ordini professionali, enti e associazioni del territorio.

CiBari 2025 è inoltre accreditato dall'Ordine dei Giornalisti della Puglia e dalla Federazione Nazionale dell'Ordine dei Biologi per la giornata del 22 ottobre, confermando la sua natura di evento scientifico e divulgativo di rilievo nazionale.

Tre giorni per dimostrare che la scienza del cibo non è solo conoscenza, ma anche partecipazione, cultura e cura del benessere collettivo.