Dalla terra alla tavola: in Sardegna i cibi dei centenari diventano progetto culturale e turistico

Longevità, filiere locali e Dieta Sardo-Mediterranea al centro dell'iniziativa promossa da Confesercenti Sardegna e Comunità Mondiale della Longevità, presentata a Cagliari

La Sardegna custodisce un patrimonio raro nel panorama internazionale: una **longevità diffusa** che, in molte aree dell'isola, si accompagna a un **invecchiamento in buona salute**. Alla base di questo fenomeno si intrecciano fattori biologici, ambientali e culturali, tra cui la **Dieta Sardo-Mediterranea** assume un ruolo centrale, riconosciuta da tempo come elemento distintivo dello stile di vita isolano.

Nasce il progetto "Dalla Terra alla Tavola: i cibi dei centenari"

Da questo contesto prende forma il progetto "**Dalla Terra alla Tavola: i cibi dei centenari**", nato dal Protocollo d'Intesa tra **Confesercenti Sardegna**, presieduta da **Roberto Bolognese**, e la **Comunità Mondiale della Longevità (CMdL)** guidata da **Roberto Pili**. L'iniziativa, sostenuta

dalla Regione Sardegna, è stata presentata a Cagliari nella sede dell'Assessorato regionale al Turismo, Artigianato e Commercio, alla presenza dell'assessore Franco Cuccureddu.

Cibo, salute e patrimonio immateriale

L'obiettivo del progetto è **valorizzare gli alimenti che compongono la Dieta Sardo-Mediterranea**, non solo come modello nutrizionale in grado di accompagnare la salute lungo tutto l'arco della vita, ma anche come espressione di un patrimonio immateriale fatto di saperi antichi, consuetudini quotidiane, relazioni comunitarie e pratiche conviviali profondamente radicate nel territorio.

> «La Dieta Sardo-Mediterranea – sottolinea **Roberto Pili** – rappresenta un modello nutrizionale in grado di incidere in modo significativo sulla prevenzione delle patologie croniche e sulla qualità dell'invecchiamento. È un sapere vivente che va tutelato e trasmesso alle nuove generazioni».

Roberto Bolognese , Roberto Pili e Franco Cucururreddu (Foto © Ufficio stampa).

Agrobiodiversità e filiere corte come leva di sviluppo

Al centro dell'iniziativa vi è il legame tra agrobiodiversità, filiere corte e stile di vita, dove il cibo

torna a essere nutrimento e presidio di salute, elemento identitario e leva di sviluppo territoriale. In questa prospettiva, il progetto assume anche una **chiara valenza turistica**, puntando su un modello di **turismo esperienziale e rigenerativo**, capace di valorizzare aree interne, produzioni locali e cultura dei territori.

Il programma delle iniziative sull'isola

Il programma prevede un **calendario di iniziative diffuse in tutta la Sardegna**, articolate in convegni scientifici e culturali, laboratori del gusto, momenti divulgativi ed eventi partecipativi.

Un ruolo centrale è affidato al format "**Il ponte delle generazioni**", pensato come spazio di dialogo tra anziani e giovani per contrastare la dispersione del patrimonio alimentare e culturale sardo.

Le quattro aree storiche coinvolte

Le tappe principali del progetto interesseranno le quattro aree storiche dell'isola, ciascuna con un focus tematico specifico:

- **Cagliari – Sud Sardegna**: I Piatti Unici della Dieta Sardo-Mediterranea
- **Sassari – Gallura**: Il Gusto della Salute
- **Nuoro – Ogliastra**: I Gioielli della Dieta Sardo-Mediterranea
- **Oristano – Medio Campidano**: Le Origini Nuragiche dell'Alimentazione

Educazione alimentare e dialogo tra generazioni

Il Presidente della Comunità Mondiale della Longevità definisce l'iniziativa «*un cantiere aperto di rigenerazione culturale*», orientato all'alfabetizzazione del gusto e alla riscoperta dei sapori autentici. Dai convegni operativi alla distribuzione di strumenti educativi, le azioni previste accompagneranno adulti, adolescenti e bambini verso scelte alimentari più consapevoli, in coerenza con i loro potenziali di salute.

Rafforzare le filiere territoriali

Un ruolo strategico è affidato al **rafforzamento delle filiere territoriali**. Consolidare il legame tra produzione agricola e pastorale, trasformazione artigianale, ristorazione e ospitalità significa costruire un ecosistema capace di generare benefici sanitari, economici, sociali e ambientali. Le **filiere corte** e a chilometro zero **permettono inoltre di preservare la qualità nutrizionale degli alimenti**, riducendo i processi industriali e mantenendo intatta la ricchezza di micronutrienti e sostanze bioattive.

Parallelamente, il sostegno alle filiere agropastorali tradizionali contribuisce in modo decisivo alla **tutela dell'agrobiodiversità sarda**, tra le più antiche del Mediterraneo. Razze autoctone, varietà locali di cereali e legumi, pascoli naturali ed erbe spontanee rappresentano un capitale biologico fragile, che può sopravvivere solo attraverso la continuità delle attività produttive locali.

Dove le filiere si interrompono, si perdono biodiversità, paesaggi e saperi millenari. Sostenerle significa generare reddito, contrastare lo spopolamento e preservare un patrimonio costruito nel tempo dall'equilibrio tra uomo e ambiente.

Un progetto tra salute, cultura e territorio

"**Dalla Terra alla Tavola: i cibi dei centenari**" è quindi un progetto integrato che unisce salute pubblica, cultura, identità e sviluppo sostenibile, restituendo al cibo il suo ruolo originario: ponte tra generazioni, comunità e territorio.

Roberto Bolognese, Presidente di Confesercenti Sardegna, sottolinea:

> «Il cibo non è solo un prodotto, ma un bene comune che educa, unisce e rigenera. La Sardegna custodisce nel suo Dna il segreto della lunga vita: oggi dobbiamo trasformarlo in un progetto condiviso capace di coniugare economia e salute».

Data di creazione
28/01/2026
Autore
mariagrazia-marilotti