



ENTE NAZIONALE RISI

Mail Direzione <direzione@enterisi.it>

LNews-Foto. ALIMENTAZIONE E SPORT, ASSESSORE BEDUSCHI: RISO ECCELLENZA AGROALIMENTARE CHE SOSTIENE NATURALMENTE LA PERFORMANCE DEGLI ATLETI

1 messaggio

Lombardia Notizie <lombardianotizie@lombardianotizie.online>

17 marzo 2026 alle ore 13:20

Rispondi a: lombardia.notizie@regione.lombardia.it

A: direzione@enterisi.it

Se non leggi correttamente questo messaggio, clicca qui



Regione
Lombardia

Lombardia Notizie

[Ricevi i comunicati su Telegram →](#)

LNews-Foto. ALIMENTAZIONE E SPORT, ASSESSORE BEDUSCHI: RISO ECCELLENZA AGROALIMENTARE CHE SOSTIENE NATURALMENTE LA PERFORMANCE DEGLI ATLETI

A PALAZZO PIRELLI CONVEGNO CON ENTE RISI, RIBADITO IL VALORE DI UN ALIMENTO FONDAMENTALE PER LA PRATICA SPORTIVA

(LNews - Milano, 17 mar) Il riso italiano, coltivato e lavorato secondo standard qualitativi elevati, eccellenza agroalimentare insostituibile per l'alimentazione nello sport. Inserito a pieno titolo nel patrimonio gastronomico riconosciuto a livello mondiale, come quello della cucina italiana. Capace di valorizzare preparazioni che uniscono gusto, tecnica e funzione nutrizionale. Opzioni estremamente valide per l'alimentazione dello sportivo. Se n'è parlato oggi in un convegno a palazzo Pirelli, organizzato da Ente Nazionale Risi, con la partecipazione di atleti ed ex atleti di diverse discipline. Al confronto, moderato dal biologo nutrizionista Domenicantonio Galatà, presidente Associazione Italiana Nutrizionisti in Cucina, ha partecipato Natalia Bobba, presidente Ente Nazionale Risi. E' intervenuto l'assessore regionale all'Agricoltura, Sovranità alimentare e Foreste, Alessandro Beduschi.

"Il riso - ha sottolineato Beduschi - rappresenta un prodotto simbolo della nostra agricoltura, sinonimo di qualità e identità territoriale. È un alimento straordinario anche dal punto di vista nutrizionale: versatile, facilmente digeribile, adatto a ogni età e particolarmente indicato per chi pratica attività sportiva, grazie al suo apporto energetico equilibrato e alla capacità di sostenere le performance in modo sano e naturale. Difendere il riso italiano, e in particolare quello lombardo, significa tutelare non solo una filiera produttiva d'eccellenza, ma anche la salute dei cittadini".

"In un contesto internazionale in cui spesso manca reciprocità nei controlli, - ha aggiunto l'assessore regionale - garantire standard elevati di sicurezza e qualità è una priorità assoluta. Dietro a ogni chicco di riso c'è un lavoro fatto di cura, attenzione e rispetto del territorio. Le nostre risaie non sono solo luoghi di produzione, ma ambienti che contribuiscono alla salvaguardia di ecosistemi unici e alla valorizzazione di paesaggi straordinari. Per questo Regione Lombardia è al fianco dei produttori e sostiene iniziative come questa, che promuovono il riso non solo come eccellenza agroalimentare, ma anche come alleato di uno stile di vita sano, dinamico e consapevole, capace di parlare soprattutto alle nuove generazioni".

"Mangiare con qualità diventa fondamentale per chi pratica attività sportiva - ha evidenziato Bobba - . Il cibo è fondamentale, ancora di più per chi fa sport in generale. Spetta a chi segue professionalmente gli atleti dare le corrette indicazioni a tavola. L'alimentazione nello sport è cambiata nel corso degli anni. Ricerca e studio, come record e risultati agonistici, non si improvvisano ma sono frutto di una preparazione che complessivamente comprende anche una corretta ed adeguata alimentazione".

Storicamente il riso è stato considerato penalizzato da un presunto "basso valore proteico" per la limitata presenza di alcuni amminoacidi essenziali. Tuttavia, l'evoluzione delle conoscenze nutrizionali e il concetto di complementarietà proteica nell'arco della giornata ridimensionano questa visione: il riso non è un alimento 'incompleto', ma un prodotto unico, altamente digeribile, modulabile nelle porzioni e strategico nella periodizzazione dell'apporto glucidico dell'atleta. In conclusione, non si tratta di un alimento "semplice", ma un carboidrato intelligente: matrice funzionale, culturalmente identitaria e scientificamente coerente con le esigenze metaboliche dell'atleta moderno.

[Qui](#) alcune foto del convegno

(LNews)

ver

Archivio comunicati



© Copyright Regione Lombardia - Tutti i diritti riservati

[Gestisci la tua iscrizione](#) | [Cancella iscrizione](#)

Ricevi questa email perché hai dato il consenso a ricevere comunicazioni email da parte nostra.

Lombardia Notizie, [Piazza città Lombardia n.1, Milano, 20124 MI IT](#)

www.lombardianotizie.online 02.67655315

Messaggio inviato con **MailUp®**