

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## “Le arance della salute” a Legnano

Marco Tajè · Tuesday, January 21st, 2020



La storia delle Arance della Salute prende il via nel 1990 quando Maria Carla Borghese, allora consigliere del Comitato Sicilia di AIRC, ebbe la felice intuizione di accostare all’Azalea della Ricerca una manifestazione analoga nella stagione invernale. La scelta ricadde sulle arance rosse di Sicilia, frutto simbolo della sana alimentazione.

Dopo il primo test in sole due piazze milanesi, le Arance della Salute sono cresciute, di edizione in edizione, andando a coprire tutto il territorio. Sabato 25 gennaio ben 20 mila volontari di Fondazione AIRC saranno impegnati in più di 3.000 piazze per distribuire circa 260.000 reticelle. Con una donazione di 10 euro sarà possibile ricevere 2,5 kg di arance rosse italiane, frutti che contengono pigmenti naturali con importanti poteri antiossidanti e circa il quaranta per cento in più di vitamina C rispetto agli altri agrumi. Per chi volesse aiutare ulteriormente AIRC, saranno disponibili anche marmellata d’arancia (vasetto da 240 grammi, donazione minima 6 euro) e miele di fiori d’arancio (confezione da 500 grammi, donazione minima 7 euro).

Insieme alla reticella i sostenitori riceveranno una colorata shopper realizzata con materiali riciclabili e una speciale guida con preziose informazioni sulla prevenzione e sui più importanti progressi raggiunti nello studio della relazione tra alimentazione e cancro. Per celebrare questo importante anniversario scendono in campo anche gli chef dei Jeunes Restaurateurs d’Italia con sette ricette per portare subito in tavola sette piatti firmati sani e gustosi.

**[pubblicità]** Oggi sappiamo che il cibo che consumiamo può influire sulla prevenzione ed esserne un prezioso alleato, se oltre a mangiare in modo sano ed equilibrato riduciamo fattori di rischio come la sedentarietà e l’obesità. Alcuni tipi di tumore – in particolare quelli che interessano esofago, stomaco e intestino – sono fra i più sensibili agli effetti di una dieta sbilanciata. “Le arance rosse sono il simbolo della sana alimentazione, ricche di pigmenti chiamati antocianine che in laboratorio hanno dimostrato di poter rallentare la proliferazione cellulare e aumentare la morte cellulare programmata in numerosi tipi di tumore, come quelli del colon-retto o della prostata – spiega Luigi Ricciardiello, ricercatore Fondazione AIRC e Professore di gastroenterologia all’Università di Bologna – Le arance sono inoltre uno dei frutti presenti nella dieta mediterranea i cui effetti positivi sono dimostrati da numerosi studi epidemiologici”.

I volontari di Legnano saranno presenti, a partire dalla mattinata di sabato, 25 gennaio, in piazza San Magno, via Venegoni, via Novara (farmacia San Paolo), Gallerie Cantoni, Farmacia Santa Teresa.

---

## Airc – Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro

This entry was posted on Tuesday, January 21st, 2020 at 4:34 pm and is filed under [Eventi](#), [Legnano](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.