

COMUNICATO STAMPA

Rendere la dieta mediterranea più accessibile: MEDIET4ALL sviluppa un'app intelligente per le persone con allergie alimentari

Un nuovo strumento digitale basato sulla ricerca mira ad aiutare le persone con allergie alimentari ad adattare le ricette tradizionali mediterranee alle proprie esigenze individuali, combinando scienze dell'alimentazione, ricerca clinica e tecnologie digitali.

(16 settembre 2026) – La dieta mediterranea è ampiamente riconosciuta per le sue qualità nutrizionali. Tuttavia, renderla accessibile a tutti significa anche tenere conto delle condizioni di salute individuali che possono influenzare le scelte alimentari. Per le persone con allergie alimentari, i piatti tradizionali possono talvolta rappresentare una fonte di incertezza. L'esclusione di determinati ingredienti può inoltre limitare la partecipazione ai pasti in famiglia e ai momenti di convivialità.

Il progetto **MEDIET4ALL – Mediterranean Diet for All** esplora come la ricerca e le tecnologie digitali possano contribuire ad affrontare questa sfida.

Nell'ambito del progetto, i ricercatori hanno sviluppato una **applicazione intelligente pensata per fornire raccomandazioni personalizzate alle persone con allergie alimentari**. Incrociando il profilo allergico dell'utente con informazioni sugli ingredienti e sulle ricette, l'applicazione consente di valutare i potenziali rischi ed esplorare possibili adattamenti delle ricette tradizionali euro-mediterranee.

Avvicinare la ricerca alle scelte alimentari quotidiane

L'approccio sviluppato da MEDIET4ALL va oltre la semplice identificazione degli allergeni.

Gli utenti possono creare il proprio profilo allergico selezionando gli allergeni interessati oppure inserendo i risultati dei test disponibili. Possono quindi scegliere una ricetta mediterranea dalla banca dati dell'applicazione oppure inserire una propria ricetta di famiglia.

L'applicazione analizza gli ingredienti e valuta i potenziali rischi legati alle allergie sulla base del profilo individuale dell'utente. Può quindi identificare gli ingredienti che richiedono particolare attenzione e proporre possibili adattamenti della ricetta, tra cui sostituzioni o altre modifiche sviluppate nell'ambito della ricerca condotta dal progetto.

L'obiettivo è trasformare conoscenze scientifiche complesse in **informazioni accessibili che possano aiutare gli utenti a compiere scelte alimentari più consapevoli nella vita quotidiana**.

Dai modelli computazionali alla validazione clinica

Lo sviluppo di uno strumento di questo tipo non si basa esclusivamente su un database digitale o su un algoritmo. Una delle principali sfide per i team di ricerca di MEDIET4ALL è stata quella di confrontare le previsioni computazionali con la realtà biologica e clinica delle allergie alimentari.

Il progetto riunisce quindi competenze complementari nei settori della **biologia, immunochimica, ricerca clinica, scienze dell'alimentazione e informatica**.

Sono stati condotti test clinici su pazienti presso l'ospedale di Rouiba, con l'obiettivo di valutare le previsioni del progetto e contribuire al miglioramento dei modelli digitali. Parallelamente, i ricercatori hanno ampliato il database dedicato agli ingredienti e ai prodotti alimentari, per rappresentare meglio la diversità degli alimenti e delle ricette consumati nella regione euro-mediterranea.

Il lavoro prende inoltre in considerazione il fenomeno della **reattività crociata tra allergeni**, un elemento importante nella valutazione dei rischi legati alle allergie alimentari e nello sviluppo di raccomandazioni personalizzate.

Conciliare salute, cultura alimentare e sostenibilità

Per MEDIET4ALL, la personalizzazione non riguarda soltanto la salute. L'alimentazione è infatti strettamente legata all'identità culturale, alla vita familiare e alle relazioni sociali.

Anziché incoraggiare gli utenti ad abbandonare i piatti tradizionali, l'applicazione esplora come queste ricette possano essere adattate alle esigenze individuali. Questo approccio mira a supportare le persone con allergie alimentari, permettendo loro al tempo stesso di mantenere il legame con le tradizioni culinarie mediterranee.

Le attività del progetto si inseriscono inoltre in una riflessione più ampia sui **sistemi alimentari sostenibili e sull'economia circolare**, attraverso, tra l'altro, lo studio del potenziale di sottoprodotti agroalimentari come la sansa di oliva e le vinacce quali fonti di composti di interesse.

Una ricerca collaborativa su scala euro-mediterranea

Lo sviluppo dell'applicazione riflette pienamente la dimensione collaborativa di MEDIET4ALL.

Il progetto riunisce **10 partner provenienti da 8 Paesi euro-mediterranei**, mettendo in comune competenze e prospettive complementari nei settori della nutrizione, della salute, dei sistemi alimentari e delle tecnologie digitali.

Questo approccio transnazionale è particolarmente rilevante per la dieta mediterranea, le cui ricette, gli ingredienti e le abitudini alimentari variano considerevolmente da un Paese all'altro e tra le diverse comunità.

Attraverso la condivisione di conoscenze e competenze scientifiche provenienti da diversi territori, MEDIET4ALL mira a contribuire a un approccio più inclusivo alla dieta mediterranea, che tenga conto sia **delle sue qualità nutrizionali sia delle esigenze individuali dei consumatori**.

Dalla ricerca a uno strumento digitale concreto

L'applicazione intelligente si trova attualmente in una fase avanzata di sviluppo. I primi test clinici sono stati realizzati e sono in corso ulteriori perfezionamenti.

Il suo sviluppo dimostra come i risultati della ricerca possano essere trasformati in **strumenti digitali concreti, pensati per accompagnare le scelte alimentari quotidiane**.

Con il progredire delle conoscenze scientifiche, l'applicazione è progettata per evolversi attraverso l'integrazione di nuovi dati scientifici, ingredienti e ricette.

Nel lungo periodo, MEDIET4ALL intende contribuire a una dieta mediterranea **meglio adattata alle esigenze individuali, senza perdere le tradizioni alimentari e la diversità culturale che ne costituiscono la ricchezza.**

Informazioni su MEDIET4ALL

MEDIET4ALL – Mediterranean Diet for All è un progetto di ricerca euro-mediterraneo che mira a rendere i benefici della dieta mediterranea più accessibili e adattabili a diversi gruppi di popolazione e alle esigenze individuali.

Il progetto riunisce **10 partner provenienti da 8 Paesi euro-mediterranei** e combina competenze nei settori della nutrizione, delle scienze dell'alimentazione, della salute, delle tecnologie digitali e dei sistemi alimentari sostenibili.

MEDIET4ALL esplora diverse dimensioni complementari della dieta mediterranea, dallo studio delle abitudini alimentari e dall'adattamento delle ricette allo sviluppo di strumenti digitali e alla ricerca di sistemi alimentari più sostenibili.

Il progetto è sostenuto dal **Programma PRIMA**, finanziato dall'Unione Europea.

Per saperne di più: MEDIET4ALL.eu

Contatti stampa:

Kevin Andre

Communication Officer

MEDIET4ALL

E-mail: kevin.andre@vitagora.com

Sito web: www.mediet4all.eu