

<b>Presentazione</b> , <i>Antonia Trichopoulou</i>	IX
<b>Introduzione</b> , <i>Lucio Lucchin</i>	XIII
<b>1.</b> Significato e “nascita” della dieta mediterranea, <i>Lucio Lucchin</i>	1
<b>2.</b> Alla ricerca delle origini, <i>Lucio Lucchin</i>	5
<b>3.</b> Dieta mediterranea: mortalità e morbilità, <i>Francesco Sofi, Alessandro Casini</i>	25
<b>4.</b> Dieta mediterranea: più che una sana alimentazione, <i>Lluís Serra-Majem, Anna Bach-Faig</i>	39
<b>5.</b> I comportamenti alimentari degli italiani, <i>Giuseppe Fatati</i>	49
<b>6.</b> Aderenza terapeutica alla dieta mediterranea: come valutarla e ottenerla, <i>Antonio Caretto, Adelaide R. Sturdà, Valeria Lagattolla</i>	65
<b>7.</b> Nutrienti della dieta mediterranea: ruolo su organi e apparati, <i>Antonio Caretto, Palma Dicorato</i>	87
<b>8.</b> L'economia agroalimentare nel Mediterraneo, <i>Cosimo Lacirignola, Roberto Capone</i>	129
<b>9.</b> La dieta mediterranea: un modello di studio per le diete sostenibili, <i>Sandro Dernini, Barbara Burlingame</i>	145
<b>10.</b> Evoluzione dei prodotti dell'agricoltura mediterranea nell'ultimo secolo, <i>Alessandra Durazzo, Giuseppe Maiani</i>	149

<b>11.</b> Variazione della biodisponibilità dei nutrienti mediterranei con i metodi di cottura, <i>Elena Azzini, Giuseppe Maiani</i>	157
<b>12.</b> Le erbe aromatiche, <i>Rita Trovato</i>	165
<b>13.</b> Antiossidanti di frutta e verdura: dai “radicali liberi” alla “para-ormesi”, <i>Fulvio Ursini</i>	175
<b>14.</b> Dieta mediterranea: uno sguardo sul ruolo di alcuni alimenti “antichi” a limitato intake, <i>Francesca Giampieri, Maurizio Battino</i>	187
<b>15.</b> Cosa recuperare del patrimonio culturale e nutrizionale mediterraneo? <i>Lucio Lucchin, Laura Vedovato</i>	197
<b>Conclusioni.</b> Cosa salvare? <i>Lucio Lucchin, Antonio Caretto</i>	215