

Valentina Ruiz, del Instituto de la Grasa CSIC de Sevilla, también quiso hablar de los logros que el estudio Predimed han supuesto para la Dieta Mediterránea, ya que tal y como explicó *“tras diez años de trabajo hemos demostrado que la dieta mediterránea es preventiva pero también curativa”*.

El aceite de oliva es el gran representante de la alimentación típicamente mediterránea con propiedades nutricionales que le convierten en un ingrediente fundamental en nuestra dieta. *“Nuestro grupo de investigación fue el primero en demostrar que el aceite de oliva reduce el LDL-colesterol y la hipertensión en poblaciones de alto riesgo cardiovascular como son los hipertensos, hipercolesterolémicos y anciano”*, señaló Ruiz.

Durante la cuarta edición de la *Conferencia internacional encuentros en el Mediterráneo*, también se quiso destacar la riqueza gastronómica y versatilidad de la Dieta Mediterránea a través de la mesa redonda *La gastronomía del Mediterráneo como elemento diferencial*. Tal y como destacó **Fernando Rueda**, de Gastroarte, *“la mediterraneidad gastronómica es una constante que se reinventa a sí misma”*. Y es que esta alimentación se ha convertido en un reclamo que evoluciona a una velocidad vertiginosa. *“En los últimos años, se ha puesto de moda comer a base de tapas, reinventando el tapeo. Hoy en día la tapa no es lo que acompaña a la bebida si no la bebida es lo que acompaña a la tapa, ya que vamos a los bares en función de las tapas que podamos consumir”*, puso de ejemplo Fernando Rueda.

Otros de los movimientos a los que se ha sumado la Dieta Mediterránea es el *slowfood* que difunde el arte del buen comer enseñando a disfrutar de la diversidad de recetas y de los sabores, educando a reconocer la variedad de los lugares de producción y de los artificios, promocionando el respeto de las estaciones así como del consumo de productos de proximidad, tal y como argumentó **Evelyne Ramelet**, presidenta del Slowfood Marbella-Costa del Sol y periodista especializada en alimentación y gastronomía.

Sin embargo, todas las iniciativas para promover la Dieta Mediterránea necesitan del apoyo de la industria agroalimentaria. Con este espíritu se ha creado la Cátedra de Gastronomía de Andalucía que, fundada por un convenio entre la Fundación Bodegas Campos y la Universidad de Córdoba, pretende ser agente generador y transmisor del conocimiento y nexo entre las universidades de Andalucía, el sector empresarial, las administraciones públicas, las escuelas de hostelería y los centros públicos y privados de investigación. Según explicó, **Rafael Jordano**, de la Universidad de Córdoba, *“esta cátedra tiene como objetivos la excelencia en la docencia y la formación a través de un itinerario formativo dentro del Espacio Europeo de Educación Superior; la captación de gestores y directivos en la producción agroalimentaria, el turismo y la hostelería; la creación de la red de escuelas de hostelería de Andalucía; y la investigación del recetario tradicional y autóctono y su actualización, entre otros”*.

La *IV Conferencia internacional encuentros en el Mediterráneo: alimentación mediterránea, estrategias para su salvaguarda* fue clausurada por **Manuel Martínez Peinado** del leamed, quien destacó la importancia de establecer debates alrededor de la Dieta Mediterránea que permitan el diseño de diferentes estrategias que mantengan su esencia y legado.