



**UNIVERSITÀ DI PARMA**

**Conferimento della Laurea Magistrale  
ad Honorem in  
Scienze della nutrizione umana**

**a Frank B. Hu**

***Laudatio***

**Daniele Del Rio**

**Prorettore con delega alla Ricerca e al Trasferimento  
Tecnologico e Professore di Scienza dell'alimentazione e delle  
tecniche dietetiche applicate**

Aula Magna della Sede centrale  
Parma

**19 maggio 2026**



Magnifico Rettore,

Autorità,

Colleghe e Colleghi,

Studentesse e Studenti,

Signore e Signori,

oggi l'Università di Parma celebra la scienza che migliora la vita delle persone. Per me è davvero un grande onore tenere questa *laudatio* alla cerimonia di conferimento della laurea ad honorem in Scienze della Nutrizione Umana al Professor Frank B. Hu.

Sono molto felice di vedere, nella cornice della nostra Aula Magna, i colleghi del Corso di Laurea in Scienze della Nutrizione Umana, che rendono possibile il percorso formativo dei giovani nutrizionisti del futuro. Sono felice di vedere tra il pubblico chi questo corso lo ha fondato, ormai un po' di anni fa, il Professor Furio Brighenti, che ha letteralmente portato la ricerca in nutrizione umana a Parma (ormai molti anni fa!) e che mi pregio di aver avuto come maestro. Sono felice di vedere tanti colleghi e colleghe che, in Ateneo, si occupano di ricerca nel settore alimentare, garantendoci una costante crescita in termini di credibilità e di leadership nazionale e internazionale in questo settore. Sono felice di vedere che hanno accettato il nostro invito a partecipare in presenza a questa cerimonia molte figure di spicco nel settore della ricerca sugli alimenti e sulla nutrizione non di Parma. Si tratta di un grande riconoscimento per il nostro laureando, ma anche per il nostro Ateneo. Sono, infine, felice di vedere anche tanti futuri esperti ed esperte di nutrizione, gli studenti e le studentesse del nostro corso di laurea. Sarebbe davvero formidabile se tra loro ci fosse qualche futuro ricercatore in grado di rivoluzionare la nutrizione umana, magari perché ispirato dalle parole sentite oggi.

Vorrei cominciare con un'immagine di natura umana e personale. C'è un momento, in certe biografie, in cui la rotta si decide non soltanto con il talento, ma anche e soprattutto con il coraggio. Per il Professor Hu quel momento è la decisione, condivisa con la moglie Lisa, di lasciare la Cina e intraprendere negli Stati Uniti un percorso di studio e di ricerca. È una scelta che parla di curiosità intellettuale e di fiducia nel futuro. Da quella scelta è nata una traiettoria che attraversa tre decenni di scienza e che oggi noi riconosciamo con gratitudine.

Il Professor Frank Hu è attualmente Fredrick J. Stare Professor di Nutrizione ed Epidemiologia, Direttore del dipartimento di nutrizione alla Harvard T.H. Chan School of Public Health e Professore di Medicina alla Harvard Medical School. È uno degli studiosi più citati al mondo nel campo della medicina e della salute pubblica e ha firmato oltre mille articoli scientifici e formato generazioni di ricercatori e ricercatrici. Ma ancora prima dei numeri, colpisce la coerenza del suo lavoro, cioè una ricerca che unisce rigore metodologico, originalità e rilevanza per le politiche alimentari e sanitarie.

Il suo contributo più noto e, per molti versi, fondativo, riguarda la definizione del rischio associato ai diversi tipi di grassi alimentari, in particolare agli acidi grassi saturi e ai grassi trans. Alla fine degli anni Novanta, analizzando i dati prospettici di coorti come quelli derivanti dal Nurses' Health Study, il Professor Hu e il gruppo di ricerca dimostrarono che sostituire i grassi saturi e soprattutto i grassi trans con grassi insaturi non idrogenati riduceva in modo sostanziale il rischio di coronaropatia. Si trattò di un punto di svolta: non «meno grassi» in generale, ma «grassi migliori». Quell'evidenza ha innescato uno straordinario percorso di traduzione in policy, partendo dall'obbligo di indicare i grassi trans in etichetta, fino alla progressiva eliminazione degli oli parzialmente idrogenati dall'industria

alimentare. Questo è diventato un modello di come l'epidemiologia nutrizionale possa incidere sulla salute pubblica.

A partire da quel nucleo, la ricerca del Professor Hu ha ampliato l'orizzonte in almeno quattro direzioni decisive.

La prima è lo spostamento del focus dal singolo nutriente ai pattern alimentari complessivi. Attraverso analisi di grande eleganza metodologica, il Professor Hu ha contribuito a ridefinire la prevenzione cardiovascolare e metabolica in termini di qualità dei modelli dietetici. Più alimenti vegetali, cereali integrali, legumi, frutta secca, olio d'oliva; minori quantità di carni rosse e processate, meno zuccheri aggiunti e raffinati. Un approccio che ha parlato non solo agli scienziati, ma anche ai clinici, ai decisori politici e ai cittadini, offrendo una sintesi semplice e potente, ossia di non contare i grammi e le calorie, ma scegliere i profili alimentari che proteggono lungo l'arco della vita.

La seconda è l'attenzione alle grandi coorti prospettiche e al dialogo fra epidemiologia classica e nuove tecnologie. Il Professor Hu è stato un protagonista nell'integrare biomarcatori dietetici, genetica, metabolica e, più recentemente, multiomica e microbioma. Questa «epidemiologia dei sistemi» ha reso più solido il nesso causale fra dieta e malattia, per quanto possibile in un contesto principalmente osservazionale, e ha aperto la strada alla *precision nutrition*, ossia a strategie di prevenzione personalizzate, che tengono conto della variabilità biologica e comportamentale degli individui. È anche grazie a questa visione che oggi possiamo parlare di nutrizione come di una scienza in grado di generare evidenze robuste, predittive e trasferibili nella vita vera, a livello di individuo e di popolazione. Una popolazione che, però, è sempre più composta di individui, caratterizzati da peculiarità sempre più definite e precise.

La terza riguarda proprio la traslazione nella pratica clinica e nella sanità pubblica. Il Professor Hu ha contribuito in modo determinante ai processi che informano le linee guida alimentari nazionali e internazionali, partecipando ai lavori delle commissioni statunitensi e contribuendo con un corpus di evidenze che ha spostato l'asse del dibattito dal «quanto» al «come» mangiamo. La sua influenza si coglie tanto nei documenti programmatici quanto nel cambiamento dei messaggi educativi rivolti alla popolazione, con un focus chiaro sulla qualità dei grassi, sul ruolo degli zuccheri aggiunti e delle bevande zuccherate, sulla centralità dei modelli “plant-based”, a prevalenza vegetale.

Infine, una quarta traiettoria è di natura formativa e istituzionale. Come Chair del Department of Nutrition a Harvard, il Professor Hu ha guidato una comunità di ricerca fra le più autorevoli al mondo, favorendo un ambiente in cui epidemiologi, biostatistici, clinici e scienziati di base dialogano in modo naturale. Diversi membri del nostro gruppo di nutrizione qui a Parma sono stati invitati a raccontare la propria ricerca nell'ormai leggendaria “Monday Nutrition Seminar Series” a riprova del fatto che uno dei centri di ricerca nel contesto di nutrizione e salute più prestigioso al mondo si apre alla contaminazione, ascoltando e facendo ascoltare voci da tutto il mondo, che raccontano la propria esperienza nella ricerca fondamentale e nell'applicazione di questa ricerca alla società. Così, nelle stanze della TH Chan School of Public Health, nel cuore del campus della ricerca biomedica della Harvard University a Boston, hanno risuonato risultati dell'Università di Parma sulla *precision nutrition* e su interventi unici nel proprio genere come quelli svolti nel contesto del progetto Giocampus.

L'impegno di Frank per la crescita dei giovani è poi testimoniato dai tanti allievi e allieve, collaboratori e collaboratrici che oggi occupano posizioni di

leadership in università, ospedali e istituzioni in ogni continente. È un investimento nella futura «infrastruttura» della salute pubblica globale, di cui tutti beneficeremo.

I riconoscimenti che hanno punteggiato il suo percorso, dall'elezione alla National Academy of Medicine a premi come il Kelly West Award dell'American Diabetes Association e l'Ansel Keys Memorial Lectureship dell'American Heart Association, attestano una reputazione solida e condivisa nella comunità scientifica internazionale. Ma, più delle medaglie, conta l'impronta sulla salute delle persone, lasciata grazie a politiche più intelligenti, prodotti alimentari migliori, professionisti più preparati e cittadini più consapevoli. Tutti questi riconoscimenti però, sono stati attribuiti ad una persona che non ha mai perso la propria umiltà, caratteristica rara in accademia, ancor più in chi si può davvero dire che abbia rivoluzionato un settore e avuto un così rilevante impatto per la salute della popolazione attraverso la propria visione e la propria ricerca. Se servisse un esempio, ho visto Frank scendere dal palco dell'auditorium del Palais des Congrès de Paris, dopo la sua *plenary lecture* alla 23esima edizione dell'International Congress of Nutrition, avvolto da una nuvola di colleghi e colleghe che volevano scattare un selfie con lui. Ha accontentato tutti e poi si è avviato con me e con un altro collega (...) a piedi per camminare insieme verso il cocktail di benvenuto all'*hôtel de ville*. Chiacchierando di scienza e di società e di esperienze di vita. Una superstar della ricerca in nutrizione che non ha mai staccato i piedi da terra, ben consapevole che è da quaggiù che si cambiano le cose.

L'opera del Professor Hu è anche un invito a superare alcune dicotomie che per molto tempo hanno immobilizzato il discorso su alimentazione e salute. Nutrienti contro alimenti, quantità contro qualità, libertà individuale contro responsabilità collettiva. La sua ricerca mostra che possiamo coniugare libertà di scelta e ambienti «abilitanti», equilibrio nutrizionale e piacere del cibo, rigore

scientifico e messaggi chiari. Nessun clamore, nessun miracolo, come quelli che ci capita di leggere sui giornali o sui social media oggi con troppa frequenza. Solo ricerca solidissima, condotta con rigore e fatica, spesso con grandi delusioni e, oggi più che mai, anche contro un sistema di finanziamento della ricerca che sta affrontando il proprio periodo più difficile.

Un ultimo lavoro di Frank che vorrei portare all'attenzione dei presenti è poi molto recente e tratta di uno dei grandi "elefanti nella stanza" del mondo della nutrizione. Il Professor Hu, insieme ai collaboratori che portano avanti lo "US Veterans Affairs' Million Veteran Program", ha dimostrato che l'aderenza a una dieta sana e ad abitudini di vita a basso rischio, combinata con l'uso di agonisti del recettore del GLP-1, è stata associata a una maggiore riduzione del rischio di eventi cardiovascolari rispetto a ciascun approccio considerato individualmente, sottolineando l'importanza di integrare alla terapia farmacologica la modifica dello stile di vita nella gestione del diabete di tipo 2. In questi ultimi anni, gli agonisti del recettore di GLP-1 sono sembrati farmaci miracolosi per la gestione del diabete prima, e, ora anche dell'obesità, ma non dobbiamo dimenticarci mai delle nostre scelte alimentari se non vogliamo incorrere in pericolose inversioni di tendenza.

Conferire oggi la laurea ad honorem in Scienze della Nutrizione Umana al Professor Frank B. Hu significa riconoscere un'idea di università che non si piega ai messaggi semplici e non solidamente basati sulla scienza; che non accetta che certe scelte e politiche pubbliche siano basate su posizioni di soggetti che, nonostante godano di una certa autorevolezza nel settore della salute pubblica, non possono a buon titolo partecipare in maniera così invasiva al dibattito sul rapporto dieta salute; che non si limita a descrivere il mondo studiandone le fondamenta, ma contribuisce a cambiarlo. È un atto che ci impegna, come Ateneo, come comunità scientifica, come Paese.

Insieme, vogliamo continuare a costruire una catena virtuosa che va dall'evidenza alla policy, dalla policy ai comportamenti, dai comportamenti alla salute.

C'è un filo, in conclusione, che riporta alla scelta iniziale di cui parlavo: la coraggiosa decisione, presa insieme a Lisa, di mettersi in cammino. Quel filo oggi si intreccia con la nostra storia.

Non vedo l'ora di ascoltare la lettura magistrale di Frank, che so permetterà a tutti voi di capire il senso delle mie poche parole che l'hanno introdotta.