Corso sul diabete fra cucina e aerobica

MOSCIANO. Non è un semplice seminario sul diabete, quello che si è svolto a Mosciano. E' un vero e proprio progetto che ha richiamato 60 specialisti da tutt' Italia, fra medici, dietisti e infermieri. Si chiama "Amati", acronimo di alimentazione, movimento, autocontrollo, trattamento, interdisciplinarità, non a caso. Silvestro De Berardinis , direttore della diabetologia dell' ospedale di Giulianova spiega che «l' innovatività del progetto "Amati" sta nell' aver costruito, in collaborazione con Alba, Ainwa (Associzione Italiana Nordic Walking Applicato), e Fondazione Adi, un progetto dove la didattica esce dal centro ospedaliero e incontra le situazioni reali della vita di tutti i giorni. I partecipanti imparano a gestire il diabetico non solo per tutto ciò che concerne la terapia, ma per quanto di utile e importane gli può venire dal quotidiano, dalla maniera di cucinare all' attività motoria». Non a caso durante i lavori Domenico Iobbi , presidente di Asso Cuochi Teramo ha illustrato dal vivo la preparazione di un menù fortemente ipocalorico. Molti medici poi dicono ai loro pazienti "fai del moto", ma non sanno effettivamente quale sport consigliare: l' Ainwa e Francesco Fagnani hanno dato una dimostrazione pratica di che cosa è un'"attività aerobica al 60%", con l' impiego del nordic walking sul diabetico. Accanto alla pratica, anche l' aspetto scientifico. Tanti gli interventi, quello di Giuseppe Fatati , nutrizionista di fama europea, ideatore dell' Obesity day. «Dobbiamo sfatare i tabù», ha detto Fatati «perché con la prevenzione il diabete può essere efficacemente contrastato, anzi, può perfino, in certe condizioni, regredire». Si è parlato anche di impiego dei pasti sostitutivi per un approccio "aggressivo" al diabete, argomento trattato da Nicoletta Proietti , dell' associazione scientifica Alba.

NICOLETTA PROIETTI

VkVSlyMjVm9sb0Vhc3lSZWFkZXJfQWRulyMjNDImOTRiMmMtZmRkMS00NDliLWFmZjItYTQzMjRmNDY3NmJjIyMjMjAxNy0xMC0xMFQxNToxMjoyMyMj1ZFUg==