



L'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica ADI, per il tramite della sua Fondazione, promuove dal 2001, ogni anno, a Ottobre, una giornata nazionale di sensibilizzazione nei confronti dell'Obesità denominata Obesity Day con l'obiettivo di orientare in modo corretto l'attenzione dei mass-media, dell'opinione pubblica e anche di chi opera in sanità, da una visione estetica ad una salutistica dell'Obesità.

I due principali consigli della campagna 2016 sono lo stile di vita mediterraneo e l'attività fisica. L'obiettivo della giornata dedicata all'obesità è quello di promuovere la filosofia della nuova Piramide Alimentare Mediterranea come stile di vita quotidiano e non più come dieta. Alla base della nuova piramide, non vi sono più gli alimenti, ma i comportamenti come la convivialità, il movimento, il riposo, la biodiversità, la stagionalità dei prodotti, le attività gastronomiche. Considerato l'impatto sulla salute dello stile mediterraneo, l'iniziativa sarà pubblicizzata anche presso il ristorante aziendale con la collaborazione della ditta di ristorazione che proporrà, oltre alle solite scelte, un menù mediterraneo equilibrato in due versioni: con il legumi o con il pesce azzurro.

In adesione alla campagna, la Struttura Complessa di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, associata ad IO.NET, – Italian Obesity Network, partecipa all'obesity day con l'iniziativa: “Non fare la dieta Mediterranea, VIVI Mediterraneo!” All'iniziativa è associato il concorso “La tua ricetta mediterranea”: tutti potranno inviare una ricetta a base di alimenti della tradizione mediterranea scaricando e compilando la scheda allegata dalla intranet aziendale e inviandola a cristina.grande@ospedaleniguarda.it. Le 12 ricette più belle saranno inserite nel “calendario dello stile di vita mediterraneo 2016”

Il 10 ottobre 2016 la Struttura Complessa di Dietetica e Nutrizione Clinica erogherà consulenze generiche gratuite, effettuando azioni informative ed educative e distribuendo materiali scientifico divulgativi.

Dalle 9,00 alle 16,00 un team di dietisti, infermieri e medici nutrizionisti sarà presente nel padiglione Sud e nel padiglione Nord, nell'area esterna ai ristoranti aziendali a disposizione di chiunque volesse verificare l'adeguatezza o meno del proprio peso e/o della propria circonferenza addominale o volesse ricevere informazioni sull'attività della S.C. di Dietetica e Nutrizione Clinica. Al desk ,chi consegnerà i questionari stampati e compilati in allegato, riceverà in omaggio lo schema per la valutazione dell'adeguatezza del peso corporeo.