

Prevenire e combattere l'obesità Le regole dell'alimentazione

Gli specialisti della Asl domani saranno al mercato di Coldiretti

OBIETTIVO

Saranno illustrati i benefici della dieta mediterranea e dei prodotti di stagione

MANGIARE bene e sentirsi in forma senza aumentare di peso. È la filosofia con la quale, il 10 ottobre di ogni anno, l'Associazione italiana di Dietetica e Nutrizione clinica organizza l'*Obesity day*. L'obiettivo è quello sensibilizzare i cittadini sull'obesità e far conoscere l'attività dei servizi che si occupano di questo problema nelle Aziende sanitarie. Il tema scelto per il 2017 è «Salute informa: dieta mediterranea regionale» per recuperare e far conoscere gli stili alimentari delle regioni italiane, nonché diffondere il concetto di «mediterraneità», ovvero la via mediterranea per un'alimentazione sana e sostenibile.

L'ambulatorio di «Obesità e nutrizione clinica» dell'ospedale di Grosseto, domani dalle 9 alle 13, si sposta e allestirà una postazione informativa, con la presenza della responsabile dell'ambulatorio, la dottoressa Valentina Culicchi, medico nutrizionista, e la dottoressa Valeria Franci,

dietista, al mercato di «Campagna amica» della Coldiretti, in via Roccastrada, a Grosseto. In questa sede verranno date informazioni sulla dieta mediterranea regionale, sull'importanza di consumare prodotti il più possibile locali e di stagione, per una alimentazione corretta, ma anche sostenibile dal punto di vista ambientale. L'iniziativa è resa possibile grazie alla disponibilità dell'associazione che, proprio il martedì, oltre che il sabato, organizza il mercato dei prodotti a chilometro zero.

«La corretta alimentazione – dice Valentina Culicchi – è uno dei determinanti di salute su cui occorre non abbassare mai la guardia, in termini di informazione e di educazione. Tuttavia, basandosi proprio sulla responsabilità personale, deve essere supportata anche da altri servizi, in ambito sanitario. L'obesità è una malattia invalidante che compromette seriamente lo stato di salute perché interessa vari organi e apparati. Di conseguenza necessita di un approccio multidisciplinare. La dieta mediterranea con l'utilizzo di prodotti del territorio rappresenta un

fattore importante di prevenzione e cura delle malattie metaboliche della società odierna».

L'ambulatorio «Obesità e nutrizione clinica» dell'ospedale di Grosseto è stato istituito nel 2014 e, ad oggi, ha in carico 708 pazienti. L'accesso avviene con la richiesta del medico di famiglia per problemi di obesità, malnutrizione, malattie del tratto gastroenterico, celiachia e tutte le patologie in cui la nutrizione rappresenta un elemento importante della terapia. La prima visita viene prenotata al Cup, mentre i controlli successivi vengono gestiti dall'ambulatorio. Al primo accesso, viene eseguita la valutazione dello stato nutrizionale e delle abitudini alimentari del paziente; seguono poi controlli successivi dove si danno indicazioni dietetiche indirizzate alla patologia e alle condizioni cliniche. Quando, invece, il problema dell'obesità si associa a un disturbo del comportamento alimentare, il paziente accede ad un percorso specifico, chiamato «One-day treatment», che comprende un ciclo di 10 incontri di gruppo, preceduti da una valutazione specialistica al Centro Disturbi alimentari del Misericordia. In questo caso, l'accesso avviene prenotando l'appuntamento al numero 0564.483346.





ESPERTE La dietista Valeria Franci (a sinistra) e il medico nutrizionista Valentina Culicchi