

Le regioni in pentola e l'arte del mangiar sano: le origini di un progetto

Secondo l'OMS, oltre 150 milioni di persone nel mondo soffrono di diabete, con una prospettiva di incremento a 366 milioni per il 2030. Di queste, 4 milioni e duecentomila sarebbero in Italia, con una previsione di 5 milioni e quattrocentomila per il 2030.

Si tratta di una epidemia globale, legata in buona parte all'invecchiamento della popolazione e soprattutto agli stili di vita indotti dal benessere e dallo sviluppo economico.

Tutti i Paesi, per il costo sociale del diabete (in Italia l'8% della spesa sanitaria è assorbita dal Diabete) hanno avviato campagne di informazione e sensibilizzazione; il Ministero della Salute italiano ha lanciato la Campagna Diabete in collaborazione con tutte le Società Scientifiche del settore e le ONG di riferimento.

Nel corso del convegno che il Ministero ha dedicato il 10 novembre 2005 alla campagna Diabete, tutti gli esperti presenti hanno indicato come indispensabile una progettualità che colmi il vuoto culturale in materia di stili di vita (dieta, esercizio fisico, etc), che attualmente rende la compliance dei pazienti molto bassa: solo

il 50% seguirebbe infatti terapia e dieta indicate dai diabetologi. Inoltre, dato che il 42% della popolazione italiana è sovrappeso od obesa, con un 33% già nella fascia di età 6-9 anni, è importante prevenire l'obesità come fattore di rischio anche del diabete, con uno stile di vita adeguato.

Purtroppo, e questo è un fatto di natura storico-culturale, il termine dieta evoca sensazioni sgradevoli, legate a limitazioni, rinunce e sofferenze. Invece, "il diabete non richiede una dieta particolare, complicata o piena di rinunce, ma semplicemente un'alimentazione corretta" (Campagna del Ministero della Salute per la Giornata del Diabete 2005).

In accordo con questi presupposti, la casa editrice Editoriale Fernando Folini ha elaborato un progetto culturale articolato, con momenti di intervento diretti ai diversi stakeholders coinvolti: pazienti e loro famiglie, diabetologi, endocrinologi, geriatri, medici di medicina generale. L'obiettivo è quello di far recuperare ai pazienti un corretto stile di vita basato su una alimentazione corretta e gratificante. Solo la gratificazione, infatti, può indurre una modifica di

comportamento di lungo periodo. Al centro del progetto è la elaborazione di proposte alimentari (ricette, menù) basate su due capisaldi irrinunciabili:

la assoluta correttezza dietologica, garantita dalla collaborazione di specialisti del settore e dalle scuole e società scien-

tifiche di appartenenza; la elevata appetibilità delle proposte alimentari, garantite da gastronomi specializzati e da scuole di cucina di rilievo nazionale, debitamente interfacciate con gli specialisti in dietologia e diabetologia.

