



Roma, 7 giugno 2018 - Il food invade la TV e domina il web, rivoluzionando la nostra relazione con il cibo e le scelte alimentari. Una grande mole di informazioni ‘a portata di click’, sempre più emozionali, improntate ai concetti di bellezza e salutismo ad ogni costo, dominate da falsi miti e soluzioni prive di evidenze scientifiche che mettono a rischio la salute dei cittadini.

Anche perché 7 italiani su 10 mostrano uno scarso livello di alfabetizzazione alimentare, nel 19% dei casi addirittura inadeguato. A delineare questo scenario è l’ANDID, l’associazione nazionale dei dietisti, nel corso di un evento che si è svolto oggi a Roma, alla presenza di esponenti di istituzioni sanitarie e società scientifiche, per sottolineare l’urgenza di riportare al centro del dibattito pubblico il tema della cultura alimentare, riconducendo il discorso sul cibo su basi scientifiche e di qualità. Un percorso che vede in prima linea i dietisti, i professionisti della salute che si occupano di alimentazione, nutrizione e dietetica a 360 gradi, dalla prevenzione alla cura.

Da un’indagine realizzata da ANDID con l’Università di Messina, che ha analizzato il racconto del cibo sul web, gli italiani, padri della dieta mediterranea, appaiono sempre più confusi e disorientati, focalizzati su un paradigma alimentare che ruota intorno alle calorie e ai singoli nutrienti, piuttosto che su un modello globale di stile di vita.

Predomina l’orientamento a una dietetica del sì/no che promuove super-cibi miracolosi o, al contrario demonizza alimenti killer, ma anche una dietetica per slogan che induce al sovra-consumo di alimenti “senza” (grassi, zuccheri, glutine) e “con” (fibre, vitamine), nel tentativo di assecondare l’ossessione del cibo sano e della forma fisica.

Uno scenario ancora più preoccupante se si considera che oltre il 70% della popolazione possiede uno scarso livello di alfabetizzazione alimentare, che si traduce nell’incapacità a scegliere correttamente il cibo e comprendere le scelte di consumo, messo in evidenza da un altro studio ANDID su un campione di oltre 1000 italiani.

Solo poco più del 4% degli intervistati possiede buone conoscenze nutrizionali. La situazione più critica riguarda gli anziani, anche come riflesso della crisi economica, e in generale i soggetti meno abbienti e con più basso livello di istruzione.

“È solo con la professionalità che si può contrastare la disinformazione e promuovere consapevolezza e responsabilità nelle scelte di salute, anche sfruttando le opportunità offerte dalla Rete. C'è bisogno di veicolare messaggi chiari e comprensibili, in grado di conquistare l'attenzione dei diversi pubblici, per non lasciare vuoti comunicativi e far sì che i cittadini scelgano di affidarsi solo ad interlocutori competenti per orientare i propri comportamenti alimentari”, dichiara Marco Tonelli, presidente ANDID.

“I dati emersi dagli studi - prosegue Tonelli - evidenziano la necessità che l'alimentazione torni ad essere una priorità nelle politiche sanitarie e dell'istruzione, strategia fondamentale per limitare le disuguaglianze e migliorare le condizioni di salute della popolazione, con ricadute positive anche sulla riduzione dei costi sociosanitari”.

L'educazione alimentare e l'adozione di un regime dietetico adeguato rappresentano un'esigenza di salute che non si identifica soltanto con la prevenzione, ma che assume un ruolo centrale anche per la cura di numerose malattie non trasmissibili: i tumori, le malattie renali e metaboliche, il diabete, che rappresentano oggi il principale rischio per la salute individuale, nonché un enorme peso sociosanitario per la collettività. Diversi studi hanno infatti dimostrato che, accanto alla terapia farmacologica e allo stile di vita, un adeguato regime alimentare assume la valenza di una 'vera e propria terapia'.

“Il dietista, in virtù di un percorso universitario altamente specializzato, è il professionista abilitato ad occuparsi di salute anche in ambito clinico, intervenendo nell'elaborazione dei piani dietetici personalizzati, in sinergia con le altre figure professionali coinvolte nella presa in carico”, afferma Ersilia Troiano, presidente uscente ANDID.

“È il caso, ad esempio, del diabete di tipo 2 - continua Troiano - rispetto al quale stanno emergendo sempre più evidenze scientifiche sul valore aggiunto dell'intervento dietetico qualificato in termini di miglior controllo della malattia e prevenzione delle complicanze, ma anche di riduzione dei costi di gestione del paziente a carico del servizio sanitario, con la possibilità liberare risorse preziose da reinvestire in sanità”.

Nell'ambito della riflessione, che coinvolge l'intero mondo della salute pubblica, dell'istruzione e dell'università, sulle strategie per ridurre le disuguaglianze e promuovere l'empowerment dei cittadini nelle scelte alimentari, è emersa dall'incontro la necessità di fare chiarezza sui ruoli e le competenze dei diversi professionisti che operano nella vasta e complessa disciplina della scienza della nutrizione.

“Diversamente - conclude il Presidente ANDID - si rischia di generare confusione, in uno scenario comunicativo già di per sé complesso e ipertrofico nei discorsi sul cibo, e di trasmettere una visione semplicistica della nutrizione e della dietetica, con ripercussioni negative sulla salute collettiva. La recente istituzione dell'Ordine e dell'Albo dei dietisti, che completa il riconoscimento giuridico delle professioni sanitarie, va proprio nella direzione di una maggiore tutela dei cittadini, oltre che degli stessi professionisti, contro il proliferare di figure, più o meno qualificate, che si ergono a punti di riferimento nel campo della nutrizione, non di rado inducendo a scelte di salute inadeguate”.