



ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

Pavia, 15 marzo 2016 – L’Istituto di Cura Città di Pavia, in collaborazione con Arseo Onlus (Associazione per la ricerca e lo studio delle patologie epatiche oncologiche), promuove ad aprile due giornate di educazione alimentare, dedicate in primo luogo ai pazienti che stanno seguendo o hanno seguito una terapia oncologica e vogliono alimentarsi nel modo migliore, ai pazienti epatopatici, sia in generale a chiunque voglia imparare a mangiare meglio e con gusto, conoscendo gli alimenti e salvaguardando la propria salute.

La prima giornata del corso, 1 aprile, prevede un approccio più teorico: mediante l’ausilio di un’équipe multidisciplinare di specialisti (dietisti, nutrizionisti, oncologi, psicoterapeuti, fisioterapisti) si presenterà la stretta connessione tra alimentazione sana, attività fisica e prevenzione dei tumori e delle malattie cardiovascolari e metaboliche. La giornata del 2 aprile si concentrerà invece sull’importanza del mantenimento del peso corporeo nel corso della vita, fornendo i consigli pratici sulla frequenza alimentare, sulle porzioni, sulla selezione degli alimenti e sulle modalità con cui cucinarli per evitare la formazione di sostanze potenzialmente cancerogene o tossiche per il fegato.

Il coinvolgimento di dietisti e di uno chef sarà essenziale per elaborare semplici ricette di un’alimentazione povera di zuccheri e grassi, ma ricca di fibra, vitamine e antiossidanti. Si terrà infatti uno showcooking in cui lo chef realizzerà in diretta piatti semplici e gustosi, utilizzando alimenti e aromi secondo le dosi nutrizionali giornaliere consigliate dagli specialisti.

Il dott. Guido Poggi, oncologo presso l’Istituto di Cura Città di Pavia: “Numerosi studi condotti dall’American Institute for Cancer Research rivelano la centralità di un sano regime alimentare nella prevenzione oncologica: gli squilibri alimentari non solo favoriscono l’insorgenza dei tumori (specificatamente del tratto gastro-intestinale), ma anche delle recidive. È fondamentale dunque rendere consapevoli sia i pazienti che già seguono una terapia, sia i cittadini che vogliono fare prevenzione in modo concreto, così che possano fare quotidianamente scelte alimentari che tutelano la loro salute”.

Per informazioni e iscrizioni è possibile scrivere all’indirizzo convegni.iccp@grupposandonato.it

Si ricorda che la parte teorica del 1 aprile si terrà a pochi passi dall’Istituto di Cura Città di Pavia, in via della Torretta 5. La parte pratica del 2 aprile sarà ospitata a Cascina Scova, via del Vallone 18.

fonte: ufficio stampa