



*Gli esperti dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica chiudono il XVI Corso nazionale dedicato alle malattie croniche lanciando il messaggio ai media di non confondere la prevenzione con i percorsi terapeutici quando si parla di alimentazione e tumori*



Roma, 14 dicembre 2015 – A

distanza di circa due mesi dal parere emesso dall'OMS sulla cancerogenicità delle carni lavorate, l'ADI – Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica è ritornata sull'argomento alimentazione e tumori, durante il XVI Corso Nazionale, conclusosi a Roma sabato scorso, con l'obiettivo di fare chiarezza sia in termini di prevenzione che dal punto di vista clinico, sulla confusione generale sollevata dai media attorno al tema del vegetarianismo.

Secondo gli esperti ADI, quando si parla di diete vegetariane e tumori è fondamentale tenere la comunicazione distinta su due livelli: preventivo se si parla a soggetti sani, clinico se a persone già affette da patologie oncologiche. Queste ultime, infatti, se informate scorrettamente e non seguite nell'alimentazione da professionisti del settore, possono peggiorare il proprio stato di salute incorrendo il più delle volte in stati di malnutrizione calorico-proteica, perché spinti dal timore di ingerire qualsiasi tipo di alimento di origine animale.

“In questi ultimi mesi ci siamo trovati più volte di fronte a pazienti oncologici disorientati perché non sapevano più cosa fosse sano o dannoso per il loro organismo e se eliminare del tutto la carne dalla loro alimentazione – dichiarano gli esperti ADI – Il paziente oncologico è già di per sé una persona confusa e con poche certezze, messaggi scorretti o superficiali, possono metterlo ancora più in difficoltà e in pericolo. Se non opportunamente gestiti da specialisti del settore, i regimi dietetici di tipo vegetariano e in particolar modo quello vegano possono dare origine nel paziente ad importanti deficit nutrizionali,

soprattutto a carico di proteine, acidi grassi omega tre, calcio, ferro e cobalamina”.

Dall’analisi degli studi epidemiologici condotti sino ad oggi sul rapporto fra vegetarianismo e cancro non sono emersi, secondo ADI, vantaggi in termini di mortalità, anzi si registrano significative perdite di peso che nei pazienti oncologici possono comportare un aumentato rischio di diventare malnutriti e di conseguenza esporsi a un tasso di infezioni più alto, incorrere in complicanze post operatorie e addirittura ridurre la tolleranza e la risposta ai trattamenti radio-chemioterapici.

“Dopo il parere dell’OMS abbiamo assistito a una sorta di processo di demonizzazione della carne, come alimento da bandire dalle nostre tavole – concludono gli specialisti ADI – Ciò che preoccupa però non è l’alimento in sé, ma le porzioni consumate, la frequenza e la quantità di nitriti e nitrati presenti nelle carni conservate che si trasformano in nitrosammine dannose per la nostra salute. In termini di prevenzione si raccomanda quindi di modificare gradualmente la propria alimentazione consumando cereali integrali, frutta e verdura e sostituendo le proteine della carne in modo corretto con pesce, uova, latticini a ridotto contenuto di grassi e soprattutto legumi. Diversamente, in termini di terapia clinica bisogna sempre stare attenti nei pazienti oncologici a non fomentare false speranze e facili allarmismi dannosi per la loro salute”.

*fonte: ufficio stampa*