



Milano, 6 maggio 2017 - “Contare i carboidrati per essere sereni tra i fornelli e mangiare bene nonostante il Signor diabete! Milano e Regione Lombardia sono sempre al centro dell’innovazione anche per la corretta alimentazione: è stato inaugurato il nuovo progetto “Isola di Cook” che prevede corsi di cucina per le famiglie con al fianco nutrizionisti del Centro di diabetologia pediatrica dell’ospedale Buzzi, alla presenza di Giulio Gallera, Assessore al Welfare di Regione Lombardia, del dott. Alessandro Visconti, Direttore Generale ASST FBF-Sacco, del prof. Gian Vincenzo Zuccotti, ASST-FTF Sacco-Centro di Nutrizione e Diabetologia Pediatrica, Osp. Buzzi; e della dott.ssa Alessandra Bosetti, Presidente AAGD Lombardia Onlus.

“Troppe persone affette da diabete sono state penalizzate da una dietoterapia prescrittiva punitiva con ripercussioni sul comportamento alimentare e sugli outcome di salute psicofisica. E’ giusto che il bambino e/o l’adolescente con diabete di tipo 1 mangi come gli altri bambini, non sentendosi diverso. Ecco perché è nato il progetto Isola di Cook: puntiamo a far tornare la gioia di cucinare in famiglia a chi ha in casa dei propri cari con questa patologia cronica. E’ giusto seguire una alimentazione controllata, ma si può cucinare di tutto, con i giusti accorgimenti, e dopo aver fatto degli specifici corsi di educazione alimentare e di cucina, come i nostri, che sono un’iniziativa pilota a livello sia nazionale che europeo”, spiega la dott.ssa Alessandra Bosetti, Presidente AAGD (Associazione per l’Aiuto ai Giovani Diabetici) Lombardia, dietista clinica ASST FBF-Sacco – Centro di nutrizione e diabetologia pediatrica Osp. Buzzi di Milano.



Le date del primo corso di educazione alimentare e cucina, che si svolgono di sabato dalle 10.30 alle 13.30, presso Cucina In sono: 23 settembre 2017, 21 ottobre, 18 novembre (con AIC Lombardia - Celiaci), 16 dicembre. ” Vogliamo dare ulteriore supporto alle famiglie, ai bambini e agli adolescenti,” spiegano gli organizzatori,” in modo che possano vivere meglio il rapporto con il cibo.

Intendiamo rivoluzionare culturalmente l'approccio alla corretta alimentazione facendo comprendere alle mamme, ai papà, ai bambini ed agli adolescenti diabetici che è possibile cucinare e mangiare in modo gioioso, non privandosi di ciò che piace, se si impara a dosare in modo corretto gli ingredienti e a calcolare i carboidrati. I nostri corsi insegnano ricette di base: preparazione di sughi, ad esempio, ma anche di basi per i dolci.

Si tratta di un innovativo e giocoso percorso di formazione educativa con una didattica di cucina pratica per passare dal sapere cosa si ha, come patologia, al saper fare, in cucina, ovvero le persone possono iscriversi ad una lezione al mese tra i fornelli ed avere al loro fianco, mentre imparano a cucinare primi, secondi, dolci, il supporto, non solo di chef professionisti, ma anche di dietisti clinici e di nutrizionisti, che consentono loro di uscire dal solito approccio dietetico puramente prescrittivo e punitivo e di migliorare le ricette e la salute alimentare di tutta la famiglia divertendosi.

Il corso di conteggio dei CHO tra i fornelli, permetterà di acquisire nozioni pratico teoriche fondamentali per andare oltre la dieta in senso tradizionale: stimare il contenuto dei carboidrati in una preparazione alimentare consente di mangiare con gusto e di gestire al meglio la patologia diabetica.

I corsi, proprio per l'intento di educazione sanitaria e per qualità, sono validati dall'Università di Milano e dal team del Centro di nutrizione e diabetologia pediatrica dell'Ospedale Buzzi diretto dal prof. Gian Vincenzo Zuccotti, ASST FBF-Sacco.

“Diagnosi preventiva, alimentazione sana ed equilibrata, attività fisica: sono queste le indicazioni di base che diamo ai nostri associati – dice la dott.ssa Alessandra Bosetti – per questo, come associazione, organizziamo anche campus estivi sportivi ogni anno per i bambini e gli adolescenti diabetici in cui, oltre ad avere al loro fianco educatori sportivi di vela, sono seguiti da dietisti e nutrizionisti”.

I corsi Isola di Cook sono sviluppati anche per la associazione AIC Lombardia - Celiaci. La collaborazione con AIC è preziosa in quanto spesso le due patologie si sovrappongono e la dieta gluten free, se non ben condotta, può creare problemi di iperglicemie.

*fonte: ufficio stampa*