



Pollenzo, 20 febbraio 2023 - La salute dell'uomo e quella del pianeta viaggiano a braccetto anche a tavola. È quanto emerso dalla due giorni della Winter School 2023 di Motore Sanità, appena conclusasi a Pollenzo (CN), con il patrocinio dell'Università degli Studi di Scienze Gastronomiche.

I 10 principali punti emersi:

1. Nuove infezioni aggravate dai rischi climatici minacciano la nostra salute. Per cercare di dare risposte a questa impellente emergenza, l'Osservatorio Innovazione di Motore Sanità scende in campo coinvolgendo specialisti e aziende sanitarie.

2. Le diete malsane causano più di 950mila decessi in Europa e il 40% della popolazione abbandona la dieta mediterranea. È necessaria un'inversione di rotta, contro gli alti tassi di sovrappeso e obesità causati dal cibo spazzatura responsabile di gravi patologie (dal diabete al cancro).

3. Quando il consumatore diventa paziente, mangiare in molti casi diventa preoccupazione, fino a sfociare nel rifiuto del cibo che impatta negativamente sul benessere psicofisico e rende difficile la cura. La cura della ristorazione durante la degenza attuata con pietanze semplici, di stagione, con aspetti riconducibili alla tradizione, gustosi ma non salati, che usano condimenti e spezie per esaltare i sapori, può essere un elemento di educazione alimentare che abitua il paziente a comprendere che cambiare le proprie abitudini alimentari non vuol dire privarsi del piacere del cibo.

4. L'etichettatura racconta la storia del prodotto che portiamo sulle tavole, per questo è importante associarla alla promozione della dieta mediterranea, incoraggiando i produttori a realizzare alimenti più sani e sostenibili. È il senso del Med Index, sistema di etichettatura dei prodotti alimentari concepita come una etichettatura completa e basata su criteri misurabili. Uno strumento per imparare ad acquistare alimenti sani per l'uomo e per il pianeta.

5. Il nostro Servizio sanitario ha di fronte importanti sfide per continuare a garantire la migliore presa in carico del paziente e il miglior percorso di cura e di assistenza e la gestione delle risorse del PNRR sarà decisiva per lo sviluppo di grandi opportunità offerte dalla tecnologia digitale.

6. L'evoluzione digitale soffre l'ansia dei tempi che incombono per realizzare la rivoluzione tecnologica. Non possiamo improvvisare, ma progettare e programmare per rispondere alla necessità di digitalizzare la sanità nel nostro Paese.

7. Quattro italiani su 10 soffrono di almeno una malattia cronica e 2 su 10 di due o più malattie croniche. Il paradigma scientifico di riferimento è quello della one-health, un modello di analisi della correlazione tra esposizione ambientale e salute perché nel binomio cibo-salute c'è la chiave di lettura dei territori e, di conseguenza, un patrimonio scientifico sul quale costruire soluzioni per la garanzia e la tutela dei cittadini.

8. 12,4 milioni di fumatori in Italia sono la prova che il proibizionismo non paga. Fermo restando che la proposta numero uno è smettere di fumare, i professionisti e gli esperti di settore ritengono che occorra intraprendere una strada basata sulla riduzione del rischio attraverso tutti gli strumenti disponibili e le alternative messe in campo.

9. Salute mentale: aumentano casi di autolesionismo, depressione, anoressia, poliabuso di sostanze e atti di violenza soprattutto tra gli adolescenti. L'allarme arriva da chi ha in cura ogni giorno i pazienti presso i Centri di salute mentale. Servono almeno 2miliardi di euro per rispondere ai nuovi bisogni e riportare la salute mentale al centro dell'agenda politica. Inoltre è importante continuare a combattere lo stigma, favorire l'inclusione e integrare i servizi sociali e sanitari soprattutto per i pazienti psichiatrici per una gestione del paziente a 360 gradi.

10. Ipercolesterolemia e diabete sono killer silenziosi. Vengono in aiuto alimentazione, prevenzione,

nuovi farmaci, ma c'è anche attenzione rispetto all'utilizzo di rimedi naturali, come integratori e nutraceutici, messi a punto sull'evidenza clinica di alcuni frutti dalle straordinarie proprietà. Le strategie dietetiche che ad oggi si sono rivelate più efficaci sono la riduzione di acidi grassi saturi, l'introduzione di fitosteroli e una elevata aderenza alla Dieta Mediterranea.

Evento di punta della sanità nazionale, la Winter School di Motore Sanità rappresenta da sempre un appuntamento fondamentale per il confronto tra esperti, clinici, rappresentanti delle Istituzioni, politici, Associazioni di pazienti e di categoria e addetti ai lavori della Sanità italiana. Oltre 100 i relatori intervenuti nelle 20 tavole di lavoro che si sono tenute nella sede congressuale di Pollenzo.