P.A.N.

Prevenzione **A**limentazione **N**utrizione

La Salute vien mangiando… dalla nascita

Focus sulla Prevenzione

Roma, martedì 19 febbraio 2008

CAMERA DEI DEPUTATI
Palazzo Marini, Sala delle Conferenze
Via del Pozzetto, 158 Roma

Sen. Prof. Ombretta Fumagalli Carulli

"Mangiare in salute è prevenzione e risparmio in sanità" è il messaggio che L'Associazione Culturale Nazionale ONLUS "Giuseppe Dossetti: i Valori – Sviluppo e Tutela dei Diritti" vuole lanciare nel ciclo di conferenze P.A.N. - Prevenzione, Alimentazione, Nutrizione - giunto oggi al terzo incontro.

L'Associazione Dossetti, da sempre in prima linea per la tutela dei diritti dei cittadini, vuole essere anche fonte di informazione autorevole ed indipendente sulle correlazioni tra alimentazione e salute soprattutto oggi che l'inflazione, i prezzi che aumentano e i redditi che ristagnano vedono aumentare i "poveri in giacca e cravatta", persone normali che scese sotto la soglia di povertà devono alimentarsi con prodotti di basso costo mettendo a rischio la salute.

In questo terzo incontro verrà approfondito un aspetto di grande rilievo, già affrontato negli incontri precedenti, ossia la necessità di rafforzare con idee e risorse la prevenzione, come priorità di un'azione sociosanitaria efficace, equa ed efficiente. Non si può dimenticare come proprio il Nostro Paese, con la sua importantissima tradizione agroalimentare, abbia il dovere di dare concreta applicazione alla grande strategia europea delineata nel Libro Bianco per la Sicurezza Alimentare.

Nella nostra popolazione esiste una diffusa ignoranza sul tema sicurezza degli alimenti e alimentazione, spesso oggi confusi con termini che portano a confondere la 'gastronomia' con la sicurezza alimentare. Una corretta alimentazione rappresenta un obiettivo di prevenzione primaria. Una caratteristica della prevenzione delle malattie connesse all'alimentazione è la necessità di coinvolgere gran parte della popolazione e non soltanto i gruppi ad alto rischio. La strategia di prevenzione deve essere rivolta all'intera popolazione, presso la quale occorre diffondere raccomandazioni per una sana alimentazione in termini di nutrienti, di scelta di profili alimentari salutari, ma anche coerenti con le consuetudini, che tengano conto dei fattori culturali e socio economici.

È noto che l'obesità e i disturbi del comportamento alimentare, come anoressia e bulimia nervosa, sono in aumento fra i bambini e gli adolescenti, è necessario quindi affrontare in modo ampio e comprensibile gli aspetti causali e preventivi. La diffusione di queste patologie, tipiche dei paesi industrializzati, è costantemente in crescita anche nella popolazione adulta e sembra che i giovani in sovrappeso o obesi abbiano un **maggior rischio di cronicizzazione in età adulta**.

Si parla infatti troppo poco di **prevenzione**, anche perché i semplici tentativi di carattere informativo, basati su consigli o sulla descrizione degli effetti gravi dei disturbi, non risultano essere una prevenzione efficace; già da alcuni anni dunque noti studiosi hanno elaborato nei diversi paesi occidentali programmi di prevenzione che hanno come obiettivo la realizzazione di una

buona armonia fra corpo, autostima e alimentazione. Si è infatti visto che una buona conoscenza dei principi alimentari e del proprio corpo fin dall'infanzia, unita all'incremento dell'autostima e all'assunzione di comportamenti più salutari, sono in grado di ridurre sensibilmente la diffusione dei disturbi del comportamento alimentare e dell'obesità.

Alimentarsi in modo corretto promuove quindi uno stile di vita salutare e aumenta il benessere sociale psichico e fisico. Uno stile alimentare equilibrato è inoltre efficace per evitare la comparsa di numerose condizioni patologiche quali ipercolesterolemia, diabete, malattie cardiovascolari e alcune neoplasie. Proprio il cosiddetto **“stile di vita occidentale”** che utilizza cibi di scarsa qualità, elevata percentuale di grassi insaturi, prodotti con tecnologie di basso profilo ha tra le sue conseguenze principali l’obesità, il diabete, patologie tumorali, anoressia e bulimia.

La nostra cultura occidentale sembra infatti andare controcorrente rispetto alla promozione della salute, proponendo modelli estremi, idealizzando la **magrezza eccessiva** nelle ragazze e la **muscolosità innaturale** nei ragazzi. Il mito della magrezza come ideale estetico, i falsi miti relativi all'alimentazione e alla forma fisica e l'importanza dell'immagine come mezzo di affermazione del sé, sono argomenti centrali dell'intervento di prevenzione dei disturbi del comportamento alimentare soprattutto nei confronti degli adolescenti.

E’ necessario inoltre puntare **i riflettori sui contaminanti ambientali,** dotati di ***persistenza ambientale*** **e di** ***tossicità cronica*** per i sistemi **endocrino, nervoso ed immunitario e sulle conseguenze del cibo che mangiamo. Particolare attenzione va portata al tema attuale della diossina e sugli effetti cancerogeni che stanno mettendo in allarme non solo la Campania ma tutto il Paese.**

Si tratta di **problemi noti**, ma **su cui occorre tuttavia tenere alta la guardia**.

Oggi abbiamo riunito un elevatissimo numero di rappresentanti del mondo scientifico della ricerca, delle Istituzioni e del Servizio Sanitario Nazionale, gli attori professionali operanti nel mondo scientifico, gli operatori sanitari, industrie, associazioni di categoria e dei consumatori proprio perché crediamo che **il diritto all'alimentazione**, uno dei principi proclamati nel 1948 dalla Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo (Onu), sia un **diritto universale**. Pertanto ogni essere umano deve sempre poter accedere all'alimentazione o ai mezzi per approvvigionarsi di cibo, che deve essere in quantità, qualità e varietà sufficiente da soddisfare i propri bisogni e privo di sostanze nocive.

La Prevenzione deve essere dunque la prima garanzia per la salute del cittadino, e **la sicurezza alimentare**, una delle basi su cui deve poggiare la vita della comunità.

Per questi motivi l'Associazione Dossetti ha creato **l'acronimo PAN**, la cui prima lettera è la **P** di **Prevenzione**.