



Comunicato stampa

Parma, 4 ottobre 2012

10 ottobre: giornata nazionale dell'obesità

L'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma partecipa alla campagna nazionale su sovrappeso e salute

Una giornata nazionale per la prevenzione dell'obesità: un'occasione per stabilire le regole per prendere una dieta nel verso giusto. Mercoledì 10 ottobre si tiene la giornata nazionale dell'obesità, nota come "Obesity Day". L'iniziativa si svolgerà in contemporanea in tutta Italia negli oltre 170 centri che si occupano di obesità. A Parma, la struttura di Malattie del ricambio e diabetologia dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria propone incontri informativi per i cittadini interessati. Gli specialisti saranno a disposizione dei cittadini per fornire informazioni sulla sana alimentazione, sui rischi del sovrappeso, sugli strumenti per la prevenzione, sulla scelta dei cibi e sulle conseguenze per la salute, anche con lo scopo di smascherare false promesse e "diete miracolo".

Dieci cose da fare per prendere nel verso giusto una dieta. E' questo lo slogan proposto dalla campagna di sensibilizzazione dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione. Tra queste, in particolare, sono proposte le norme per assumere un atteggiamento sano e corretto: smettere di utilizzare la parola dieta, evitare il proibizionismo esagerato, ricordare che la prima colazione è un momento importante, che non si possono saltare i pasti e che controllare il peso è importante quanto mantenersi attivi. Non ultimo anche il suggerimento di non trascurare mai il rapporto tra alimentazione e piacere, con importanza del gusto, della qualità e dell'aspetto di ciò che mangiamo. Un rapporto che mette in risalto anche la rilevanza degli elementi qualitativi, di quelli sensoriali, psicologici e di identità. Insomma, l'educazione a una corretta alimentazione passa anche dal riconoscere i propri bisogni, tra i quali anche quello di ammettere che possiamo commettere errori. Per chi volesse ripartire con un nuovo approccio, dunque, sarà possibile recarsi alla struttura di Malattie del ricambio e diabetologia mercoledì 10 dalle ore 14 alle 18. Per prenotare il colloquio informativo è necessaria una telefonata di prenotazione al numero 0521. 703073 o 703071 della struttura Malattie del ricambio e diabetologia, dell'Ospedale di Parma dalle ore 12.30 alle ore 14.30. I colloqui saranno prenotati fino a un massimo di 32 posti.