

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## PERCHÈ UNA NUOVA RIVISTA SULLA NUTRIZIONE

I Medici di Medicina Generale e i Pediatri di Famiglia, coloro che quotidianamente si occupano della salute dei cittadini, hanno le competenze necessarie, più di ogni altro medico, per educare i pazienti alla prevenzione delle patologie. In particolare tutte le patologie legate, in qualche modo, ad uno scorretto stile alimentare, necessitano di uno strumento preciso, pratico e aggiornato che tratti questi argomenti con un occhio teso all'utilità clinica di chi ogni giorno opera sul territorio. SIMG e FIMP con OSC Media Scientific Publishing, nell'ambito delle iniziative sociali sulla nutrizione sostenute dal Consorzio tutela Grana Padano, hanno promosso questa nuova pubblicazione la cui missione è sintetizzata nel sottotitolo di questo articolo.

On Health si affianca ad altre iniziative come l'osservatorio nazionale permanente sugli errori nazionali permanenti sugli errori nutrizionali e gli strumenti educativi rivolti a tutte le età, dalla nascita alla senescenza, la cui divulgazione è riservata ai Pediatri di Famiglia e ai Medici di Medicina Generale. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) la salute "è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente l'assenza di malattia o infermità".

Dobbiamo partire dalla consapevolezza che, sempre secondo l'OMS, la salute si promuove attraverso alcuni requisiti fondamentali che sono "la pace, un tetto, l'istruzione, il cibo, il reddito, un eco-sistema stabile, la continuità delle risorse, la giustizia e l'equità sociale", la cui primaria responsabilità compete evidentemente agli amministratori ed ai governi (Carta di Ottawa, 1986). I Piani sanitari degli ultimi anni, nazionali e regionali, illustrano politiche per la salute quando, rifacendosi a quegli enunciati, raccomandano di prendersi cura della persona nella sua interezza, aiutandola a conoscere, capire e scegliere il modo per migliorare la propria qualità di vita, in qualunque condizione l'individuo si trovi: sia essa assenza di malattia, presenza di patologia, condizione di disabilità. In quest'ottica, tutti siamo responsabili della salute collettiva e tutti abbiamo il dovere di portare il singolo individuo ad essere responsabile della consapevole gestione della propria salute. I maggiori competenti sulla promozione della salute, in particolare per quanto attiene la prevenzione delle malattie attraverso corretti stili di vita (alimentazione, attività fisica, etc.), sono i professionisti che operano nei sistemi sanitari. Per promuovere la salute e per programmare appropriati interventi, dal punto di vista clinico e/o organizzativo, i sistemi sani-tari ed i singoli attori del sistema devono poter disporre di strumenti per comprendere i desideri, analizzare i bisogni ed offrire risposte appropriate, in modo sempre più personalizzato e coerente con le attuali evidenze scientifiche. La strategia d'analisi dei bisogni è quella di considerare i luoghi reali (famiglia, scuola, lavoro, etc.) o ideali (contesti culturali, psico-sociali, normativi, etc.) con cui si trovano ad interagire il singolo individuo e i diversi target (per classi d'età, patologie specifiche, rischio identificato, etc.). Da quest'analisi devono derivare le considerazioni sugli stili di vita più appropriati per garantire la migliore qualità del vivere sia attraverso iniziative di prevenzione collettiva (sanità pubblica), sia attraverso consigli utili che il medico di fiducia potrà suggerire al proprio assistito. In quest'ultimo ambito si pone l'obiettivo di questo periodico rivolto ai Medici di Medicina Generale e ai Pediatri di Famiglia, coloro cioè che più di altri si confrontano sui problemi di salute con i singoli individui - delle diverse età e godono della loro fiducia. A questi professionisti le politiche per la salute attribuiscono, sempre più negli ultimi anni, l'importante ruolo di decisori e promotori della salute dei loro assistiti.

Ad essi si chiede un continuo aggiornamento ed impegno secondo metodiche basate sulla evidenza scientifica tese a contrastare il quotidiano bombardamento di informazioni superficiali, o disinformazioni, che investono ciascuno di noi.

Parliamo dunque di salute, di come aiutare i nostri assistiti ad assumere corretti stili di vita, tali da migliorare la prevenzione delle malattie o la convivenza con esse. Malattie che nella società occidentale, affliggono oggi un elevato numero di persone, da quando i successi della scienza hanno drammaticamente superato i problemi che

una volta erano costituiti dalle patologie ad eziologia infettiva. Fra gli stili di vita, quello alimentare interessa trasversalmente tutte le età - dalla nascita alla fine della vita e tutte le condizioni, di benessere e di malattia - nei suoi diversi gradi di gravità e complessità - rivestendo una importanza non solo scientifica ma sottintendendo sempre una specifica componente culturale legata alle tradizioni locali, alle abitudini familiari, alle diverse condizioni socio-economiche, lavorative, etc. L'importanza attribuita al cibo, nella nostra società, è testimoniata dal gran parlare che se ne fa a tutti i livelli, dalla cena con amici (dove non manca mai il commento sui risvolti che quella momentanea gradevolezza avrà sul peso corporeo, sulla salute, sulla attività fisica ...) ai quotidiani richiami che vengono fatti dai media, alle diete, alle ricette, all'incremento ponderale, ai vari disturbi correlati. Purtroppo, in tante di queste affermazioni c'è poca scientificità e sempre più si avverte la necessità di certezze da comunicare ai nostri assistiti, meglio se allineate ai loro desideri.

Chi di noi non si è chiesto se l'obesità in un bambino è dovuta semplicemente al benessere economico, ad una assunzione errata di alimenti, ad una componente psicologica legata all'ambiente familiare, alla ridotta attività fisica, ad una carenza affettiva o emotiva, ad un ambiente scolastico stressante, all'utilizzo di tabelle dietetiche inadeguate nella mensa dell'asilo? Quanti medici si sentono in grado di consigliare correttamente una cinquantenne agli albori della menopausa, delicato quanto obbligato passaggio della vita di una donna, che fra i tanti sintomi fisici e psicologici, riferisce anche una modifica preoccupante della propria immagine corpo-rea o della sua energia psico-fisica? Quanti vorrebbero saperne di più per consigliare un adolescente (o un suo genitore) sulle norme più corrette per alimentarsi e garantirgli un futuro immediato e lontano in salute, tenendo altresì presenti i dettami della moda, delle abitudini dei suoi coetanei, degli emblematici valori sottesi dall'alimentazione nella soddisfazione personale e nelle relazioni interpersonali? Quale consiglio, siamo in grado di dare all'anziano con malattia cronica o invalidante, costretto ad una ridotta attività fisica, quando l'unico impegno e piacere che la vita sembra ormai riservargli è la preparazione e la degustazione del pasto? Quanto, sappiamo della sua interferenza con i meccanismi di protezione da eventuali peggioramenti della sua malattia degenerativa? Quanto, siamo in grado di rassicurarlo che il cibo può essere uno strumento per migliorare la sua qualità di vita? E poi, qual è il modo migliore di comunicare con le persone che si rivolgono a noi aspettandosi risposte competenti sia nel contenuto che nelle modalità di proposta? Come ci rapportiamo in modo da garantire che quel consiglio

è veramente importante per il loro benessere? Per questo nasce "ONHealth": parleremo di alimentazione, dei suoi innumerevoli risvolti nelle diverse età e nelle molteplici situazioni, di salute e di malattia. Ne parleremo separatamente con i Medici di Medicina Generale e con i Pediatri di Famiglia perché sono diverse le età e i bisogni.

Ad entrambi offriremo periodicamente sintetiche documentazioni sui tanti aspetti della promozione della salute che coinvolgono l'alimentazione, dalla sua influenza sullo sviluppo neuropsichico nei primi anni di vita all'importanza dell'assunzione di alcuni cibi o elementi essenziali per conservare il benessere nella tarda età o in particolari situazioni di malattia. Con l'obiettivo di CON SIMG E FIMP trasferire informazioni corrette, le pubblicazioni saranno accompagnate da materiale informativo audiovisivo (depliant, video, etc.) sui temi trattati. Con la collaborazione della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG) e della Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP), lanciamo la sfida e l'opportunità di costruire insieme un osservatorio sugli errori nutrizionali degli Italiani. Questionari informatizzati di facile compilazione, seguendo semplici istruzioni che periodicamente verranno aggiornate via internet, ci permetteranno di raccogliere utili e sintetiche informazioni sulle abitudini alimentari degli italiani.

Il nostro obiettivo è duplice: fornire ALIMENTAZIONE NON PUÒ uno strumento idoneo per colloquiare con i nostri assistiti sul tema della corretta alimentazione e, successivamente, identificare gli errori nutrizionali meritevoli di una maggiore attenzione nel nostro lavoro quotidiano.

La disponibilità di una relazione via web ci consentirà di comunicare agevolmente per dare veloce risposta ad ogni richiesta su temi attinenti la nutrizione. Essere sostenuti, in questa iniziativa, dal Consorzio tutela Grana Padano, cioè dai produttori di un alimento la cui salubrità e diffusione nelle mense degli Italiani è un dato di fatto, è per tutti la garanzia della trasparenza e della continuità con cui intendiamo lavorare, in piena autonomia da inquinanti logiche di mercato. Iniziamo quest'avventura, consapevoli che solo con il Vostro aiuto ed il Vostro riscontro quotidiano potre-

mo riuscire a porre un tassello nel variegato mosaico della promozione della salute, collettiva ed individuale, del nostro Paese. Condividiamo la responsabilità di favorire la crescita del benessere della collettività cui apparteniamo, certi che nella missione del medico è insito, al di là della cura della malattia, l'interesse di contribuire al bene-essere di chi nella professione medica ripone così tanta fiducia.

*di Domenico Tiso*