

COMUNICATO STAMPA

«BIOLOGO NUTRIZIONISTA IN PIAZZA» TERZA GIORNATA NAZIONALE

**APPUNTAMENTO SABATO 21 E DOMENICA 22 Maggio 2015
NELLE CITTA' CAPOLUOGO D'ITALIA**

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, circa 1/3 delle malattie cardiovascolari e dei tumori potrebbero essere evitati grazie a una equilibrata e sana alimentazione. Per questo è fondamentale l'educazione alimentare.

Con questa idea è nato il **progetto della «Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista»** che nella sua terza edizione vedrà schierati **sabato 21 e domenica 22 maggio** numerosi biologi nutrizionisti che presteranno volontariamente e gratuitamente la loro opera professionale all'interno di stand organizzati in più studi di consulenza. Saranno effettuate, a chi ne farà richiesta, interviste alimentari e dello stile di vita, valutazioni antropometriche e dello stato nutrizionale. Questi dati, elaborati da Enpab, l'Ente di previdenza dei Biologi, saranno utilizzati come campione sugli stili di vita in Italia.

I dati rilevati nel 2015 nelle città campione evidenziano errori nelle abitudini alimentari che vanno valutati e corretti per una sana alimentazione. Tra i principali:

- prima colazione scarsa o assente
- consumo di acqua insufficiente per fascia di età e stile di vita
- scarso anche il consumo di frutta, in alcuni casi quasi assente, e di verdura
- carne e derivati animali in eccesso.
- disabitudine diffusa al consumo di legumi
- frequente sostituzione di pranzo e cena con pizza da asporto
- scarso anche il consumo di prodotti integrali e di farine alternative al grano
- diseducazione al movimento (dipendenza da schermi, disabitudine o impossibilità di giocare in strada).

Il **Ministro Beatrice Lorenzin** ha inviato all'Enpab una lettera di apprezzamento per l'evento della Giornata Nazionale, sostenendo il progetto per l'importanza della sua finalità. Sostegno che ha rappresentato e rappresenta un sicuro incoraggiamento nella riconferma dell'iniziativa anche per quest'anno con la concessione del **patrocinio del Ministero della Salute**.

Al problema della malnutrizione sono correlate disfunzioni metaboliche che possono minare la salute della popolazione ma anche incidere sulla spesa sanitaria. Patologie correlate all'obesità quali l'ipertensione, l'intolleranza glucidica, il diabete, la steatosi epatica, solo per citare qualche esempio, non sono più esclusive delle persone adulte ma iniziano, in maniera preoccupante, a interessare i bambini in età scolare.

La Giornata ha l'obiettivo di educare a un corretto stile alimentare sensibilizzando il cittadino sulla necessità di un'alimentazione varia, sana e bilanciata e informandolo dei rischi di un'alimentazione non corretta. Contestualmente promuove l'abitudine a una costante attività fisica a tutte le età e mira a rimuovere radicate abitudini non salutari.

L'evento, il primo in Italia, si terrà nelle piazze dei capoluoghi italiani come da tabella allegata.