

Salute Bocciato il ricorso dei biologi: non potranno prescrivere. In Italia 16 milioni in sovrappeso

Troppi errori sulle diete E il giudice: le diano solo i medici

«È un atto sanitario». Iperproteiche o dissociate: un campo senza regole

ROMA — «Basta diete formulate da professionisti sprovvisti della laurea di Ippocrate. I soli a poterle prescrivere sono i medici. Perché si tratta di vere e proprie cure destinate a persone malate. Dunque soltanto loro possono esserne titolari». La bella stagione è alle porte, sono già arrivate le giornate pie-

essere allargata indirettamente a tutti coloro che si occupano di dimagrimento e dispensano schemi alimentari per far perdere chili e calorie. Tutto nasce da una controversia scaturita dalla citazione in giudizio del professor Eugenio Del Toma, dietologo di fama, che aveva criticato pubblicamente in un articolo a sua firma l'intromissione dei biologi in una materia che non dovrebbe rientrare tra le loro competenze. L'Ordine nazionale della categoria era ricorso in aula nel tentativo di vedersi riconosciuta la stessa prerogativa. Ma il tribunale ha respinto l'istanza stabilendo che «il biologo può solo suggerire o consigliare profili nutrizionali finalizzati al miglioramento dello stato di salute e mai, in nessun caso, può prescrivere una dieta come atto curativo che rimane sempre un'attribuzione esclusiva del medico».

Per l'Ordine dei medici di Roma, il più grande d'Euro-

pa, presieduto da Mario Falconi, è una vittoria: «Numerose sono le invasioni di campo, i cittadini sono confusi». In effetti i quattro milioni e mezzo di italiani con obesità e i 16 milioni in sovrappeso (stime della nutrizionista-clinica Silvia Migliaccio) corrono il rischio di affidarsi a mani non esperte e specialisti

Prevenzione

«Diverso è fare educazione alimentare»
Due italiani su tre non conoscono la «Mediterranea»

non qualificati. Un problema serio quando c'è di mezzo la salute. In certi casi l'adozione di diete sbagliate, elaborate senza visita e anamnesi, può procurare danni e scompensi anche a lungo termine. Specie se vengono proposte soluzioni discutibili dal punto di vista scientifico. Basti pensare alle diete che hanno spadroneggiato negli ultimi anni, dalle iperproteiche (con le proteine che fanno la parte del leone a scapito di carboidrati e grassi) alle vegetariane spinte (no a tutti i prodotti di origine animale), da quelle basate sulla prevalenza di un alimento (pomodoro, minestrone, pompelmo, peperoncino) a quelle del fantino (costituite da digiuni estremi). Spesso sono integrate dall'uso di pillole, fibre vegetali, erbe.

Il mercato della «dimaglogia» è fiorente e non conosce crisi. Giuseppe Fatati, direttore dell'unità di dietologia all'ospedale di Terni, la sentenza afferma «ciò che

avrebbe dovuto essere scontato. La dieta è un atto medico. Diverso è fare educazione alimentare e prevenzione». «Nulla contro i biologi — insiste Margherita Caroli specialista in scienza dell'alimentazione —. Ma certe figure professionali non dovrebbero proprio occuparsi di cure. La differenza tra dietologo e dietista è la stessa che passa tra oculista e ottico o tra fisiatra e fisioterapista». Francesco Leonardi, segretario di Fesin, la federazione delle società italiane di nutrizione, insiste su una qualifica che i cittadini dovrebbero tenere a mente quando si recano in uno studio per calare di peso: «Nutrizionista, specialista in scienze dell'alimentazione».

Il livello di preparazione degli italiani su questa materia non è alto. Il termine di dieta mediterranea è ignorato dal 60% della popolazione. Il 30% degli obesi non si sono mai messi in cura. E fra quelli che lo hanno fatto, due su 10 hanno scelto la poco raccomandabile strada del fai da te. Dunque molto spesso manca la diagnosi e la causa di quella che va considerata una vera e propria malattia non è riconosciuta.

Margherita De Bac
mdebac@corriere.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il confronto



1 Zona
Si può riassumere nella proporzione 40-30-30, cioè bisogna assumere il 40% di carboidrati, il 30% di proteine e il 30% di grassi. La giornata prevede colazione, pranzo, cena e 2 spuntini (ogni 5 ore). Bisogna limitare pane, riso e amidi privilegiando frutta e verdura

1 Dissociata
Si basa molto semplicemente sulla regola di non associare mai carboidrati e proteine nello stesso pasto

2 Sondino
Attraverso l'inserimento indolore di un sottile sondino naso-gastrico il paziente viene nutrito con una soluzione proteica bilanciata 24 ore al giorno con l'ausilio di una piccola pompa portatile grande quanto una borsetta, per 10 giorni

2 Integratori
Molti integratori per dimagrire favoriscono il corretto equilibrio del metabolismo, dell'alimentazione, della digestione e dell'assimilazione degli alimenti

3 Iperproteica
Le diete iperproteiche, come la Scarsdale, la Atkins e la dieta a Zona, sono diete che promettono rapidissimi cali ponderali senza grandi rinunce a livello di quantità di cibo. Prevedono un elevato apporto di proteine, un apporto minimo di glucidi e lipidi

Qui sopra la piramide della dieta mediterranea che si basa sul consumo di diversi tipi di alimenti da assumere senza eccedere. A lato le altre diete dimagranti criticate da molti nutrizionisti

3 Dell'uovo
Altra declinazione della dieta iperproteica: in questo caso, il 70/80 per cento dei cibi ingeriti sono di origine proteica, con una preferenza per le proteine ricavate dall'uovo