



ASL LECCE
SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore – Dott. Giovanni De Filippis

DIREZIONE – viale Don Minzoni, 8

73100 Lecce – tel e fax 0832.215318 - e-mail: dipprev@ausl.le.it

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione Area Nord

Viale Don Minzoni, 8 - Tel. e Fax 0832.215398 - e-mail: sian@ausl.le.it

Direttore - Dott. Roberto Carlà

Con la **Giornata Mondiale dell'Alimentazione 2019** dal tema "*Un'alimentazione sana per un mondo #FameZero*" si chiede a tutti di riflettere su ciò che mangiamo richiamando l'attenzione di tutti i settori, pubblico e privato, affinché tutti possano avere accesso a diete sane e sostenibili. Il **Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN)** del Dipartimento di Prevenzione della ASL di Lecce avvia, in questa giornata, "**Il Tour della Prevenzione - Da zero ad ∞ : fame zero e salute a mille**" un evento itinerante nei Comuni aderenti del territorio della ASL Lecce Nord.

L'obiettivo è quello di sensibilizzare e rendere consapevole la popolazione generale con età **da zero ad ∞** (infinito perchè non vogliamo porre limiti all'età dei partecipanti) sul ruolo cardine di un corretto stile di vita, guidando la popolazione verso un percorso di maggiore conoscenza e controllo riguardo ai temi dello spreco alimentare. Riconoscere il valore del cibo, della sua condivisione nel rispetto dell'ambiente, in un ottica di solidarietà ed equità è fondamentale per il raggiungimento di un ottimale stato di salute.

Dalle note Note FAO per la GMA 2019:

"Negli ultimi decenni le nostre diete e i nostri modelli alimentari sono radicalmente cambiati.

Siamo passati da alimenti di stagione, soprattutto verdure e prodotti ricchi di fibre, a diete ad elevato contenuto di amidi raffinati, zucchero, grassi, sale, prodotti trasformati, carne e altri alimenti di origine animale. Si cucina sempre meno in casa e i consumatori, in particolare nelle aree urbane, ricorrono con maggiore frequenza a supermercati, fast-food, cibi di strada e ristoranti da asporto.

La combinazione di diete scorrette e stile di vita sedentario ha fatto impennare i tassi di obesità non solo nei Paesi sviluppati, ma anche nei Paesi a basso reddito, dove spesso coesistono tanto la fame quanto l'obesità. Oggi oltre 672 milioni di adulti e 124 milioni di giovani tra i 5 e i 19 anni sono obesi, e oltre 40 milioni di bambini al di sotto dei 5 anni sono in sovrappeso, mentre oltre 800 milioni di persone soffrono la fame.

La dieta scorretta è una delle principali cause di morte in tutto il mondo per malattie croniche non trasmissibili (MCNT), tra cui patologie cardiovascolari, diabete e alcuni tipi di cancro. Anche le abitudini alimentari scorrette – che causano un quinto dei decessi nel mondo – stanno dando filo da torcere ai budget sanitari nazionali, con costi fino a 2.000 miliardi di dollari l'anno.

Nel modo in cui lavorano i nostri sistemi alimentari, dalla produzione agricola alla trasformazione

e quindi alla vendita, c'è poco spazio per alimenti freschi e prodotti localmente, in quanto si preferisce dare priorità a colture intensive e più redditizie. L'intensa produzione alimentare e il cambiamento climatico stanno causando la rapida scomparsa della biodiversità. Oggi solo nove specie di piante rappresentano il 66% della produzione totale, nonostante il fatto che nel corso della storia ne siano state coltivate oltre 6.000 per fini alimentari. Diversificare le coltivazioni è fondamentale per garantire diete sane e tutelare l'ambiente.

Tutti questi cambiamenti sono legati all'aumento dell'obesità e ad altre forme di malnutrizione, che colpiscono in media una persona su tre. Secondo le proiezioni il numero sarà di una persona su due entro il 2025. Per fortuna esistono possibili soluzioni per ridurre tutte le forme di malnutrizione, ma richiedono maggiore impegno e provvedimenti a livello globale".

Rimanere in salute, ossia godere pienamente di uno stato di equilibrio e benessere psico-fisico è strettamente legato alla valorizzazione della prevenzione primaria, cioè alla promozione dei fattori protettivi legati soprattutto allo stile di vita ed al contrasto dei fattori di rischio quali fumo, alcool, scorretta alimentazione, sedentarietà.

Un buono stato di salute produce benefici nell'intera società rappresentando una risorsa preziosa, è essenziale per lo sviluppo economico e sociale e riveste un'importanza cruciale per la vita di ogni singola persona, per le famiglie e per la comunità. Mettere gli individui in grado di esercitare un controllo sulla propria salute e suoi determinanti, rafforza le comunità e migliora la vita. La salute contribuisce all'aumento della produttività, a una maggiore efficienza della forza lavoro, a un invecchiamento più sano, a ridurre i costi sanitari e sociali.

Negli ultimi decenni, nel nostro Paese come in Europa, la salute è migliorata moltissimo ma non in modo equo ovunque. Le economie che vacillano contribuiscono ad aumentare le disuguaglianze di salute tra le minoranze etniche e tra gruppi e comunità svantaggiate. Il rapido aumento delle malattie croniche, la mancanza di coesione sociale, le minacce ambientali e le incertezze finanziarie rendono più difficile un miglioramento in termini di salute e mettono in pericolo la sostenibilità dei sistemi sanitari e del welfare.

Il rapporto FAO *“Prevenire la perdita e lo spreco di nutrienti attraverso il sistema alimentare: azioni politiche per diete di alta qualità”* esorta a dare priorità alla riduzione della perdita e dello spreco alimentare come mezzo per migliorare l'accesso a cibo nutriente e sano.

Il valore del cibo perso o sprecato è stimato annualmente in 1 trilione di dollari. I dati della FAO indicano che nei paesi a basso reddito il cibo va per lo più perduto durante la raccolta, lo stoccaggio, la lavorazione e il trasporto, mentre nei paesi ad alto reddito il problema è uno spreco a livello di vendita al dettaglio e di consumo.

Da tali considerazioni nasce l'idea del *“Il Tour della Prevenzione - Da zero ad ∞: fame zero e salute a mille”* un viaggio itinerante che toccherà le piazze dei Comuni della provincia di Lecce dal 16 ottobre 2019 ad aprile 2020, con l'obiettivo di sensibilizzare e rendere consapevole la popolazione

generale sul ruolo cardine di un corretto stile di vita da zero ad ∞ , guidando la popolazione verso un percorso di salute, così come sancito dall'art. 32 della nostra Costituzione: *"La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività, e garantisce cure gratuite agli indigenti"* (...), ed allo stesso tempo di consapevolezza riguardo ai temi di spreco alimentare, riconoscendo il valore del cibo, della sua condivisione, nel rispetto dell'ambiente in un ottica di solidarietà ed equità.

La popolazione sarà sensibilizzata a riscoprire le ricette della tradizione salentina che si basano sul recupero del cibo avanzato.

Sarà distribuito del materiale informativo, raccolta di ricette, l'opuscolo *Sicuri in tavola: la prevenzione non si paga ma ti ripaga*, ecc.

Si potrà, inoltre, compilare un questionario per verificare l'appartenenza ai vari gradi di *"consumatore sprecone"* o *"consumatore virtuoso"*.

Le tappe previste per il mese di ottobre sono le seguenti:

- Mercoledì 16 ottobre alle ore 18:00 presso il centro Polifunzionale del Comune di Salice Salentino
- Giovedì 24 ottobre alle ore 16:00 presso la Sala Consiliare del Comune di Novoli