

## L'OSSERVATORIO NUTRIZIONALE GRANA PADANO

*Obesità, diabete, malattie cardiocircolatorie e del metabolismo. Secondo i dati dell'OMS sono queste le patologie in costante crescita e una delle loro cause principali è la cattiva alimentazione. Il segnale fisiologico dell'appetito non è, da solo, sufficiente ad indirizzarci verso scelte nutrizionali giuste, corrispondenti alle effettive esigenze dell'organismo. Occorre conoscere, da un lato il tipo e la quantità di sostanze necessarie all'organismo nelle diverse situazioni e, dall'altro, il tipo e la quantità di nutrienti presenti negli alimenti. Sulla base di queste considerazioni è nato l'Osservatorio Nazionale Nutrizionale Grana Padano che, attraverso l'analisi degli stili alimentari, vuole mettere in luce gli errori nutrizionali più frequenti degli italiani. L'Osservatorio sta ora raccogliendo i dati necessari per la prima indagine nazionale, di tipo qualitativo, che focalizza l'attenzione sulla qualità dei nutrienti tralasciando il bilancio energetico e l'apporto calorico degli alimenti.*

### **IL PROGETTO E LE SUE AMBIZIONI**

L'Osservatorio nasce nel 2004 grazie all'impegno del Consorzio tutela Grana Padano in collaborazione con *FIMP (Federazione Italiana Medici Pediatri)* e *SIMG (Società Italiana di Medicina Generale)*. Ad oggi ha coinvolti nella sua realizzazione 325 medici, di cui 103 pediatri e 222 generalisti, che hanno raccolto circa 8.000 questionari, con la costante supervisione di un board scientifico multidisciplinare, composto dal pediatra nutrizionista Prof. **Claudio Maffeis**, (*Docente di Pediatria, Università degli Studi di Verona*), dal gastroenterologo nutrizionista Prof. **Davide Festi**, (*Ordinario di Gastroenterologia, Università degli studi di Bologna*) e dall'esperto di statistica ed epidemiologia Prof. **Stefano Stanzani**, (*Docente di Statistica Applicata, Università degli Studi di Bologna*), Coordinamento Scientifico a cura del Dr. **Domenico Tiso** (*medico-chirurgo, Direttore Scientifico di OSC Healthcare*).

L'Osservatorio nutrizionale è un programma originale teso a raccogliere dati su un campione rappresentativo della popolazione italiana.

L'Osservatorio ha l'ambizione di raggiungere due obiettivi fondamentali.

Il **primo obiettivo** è eminentemente epidemiologico: ottenere una stima qualitativa delle abitudini nutrizionali attraverso un'indagine sulla popolazione.

Il *secondo* è quello di fornire al medico uno strumento operativo per agevolare un'anamnesi nutrizionale più sensibile, nel rispetto e a completamento dell'attività clinica, diagnostica e terapeutica, a cui lo stesso è chiamato a rispondere quotidianamente nel proprio ambulatorio.

Attraverso l'analisi dei diversi stili alimentari è così possibile scoprire i principali errori nutrizionali degli italiani e iniziare a diffondere la cultura della nutrizione come condizione sempre più necessaria alla diminuzione delle patologie come le cardiocircolatorie o i disturbi legati al metabolismo, primo fra tutti il diabete.

### ***PROTAGONISTI***

Sono i Medici di Medicina Generale e i Pediatri di Famiglia il fulcro del primo Osservatorio Nutrizionale italiano. Con una presenza così ben distribuita e radicata sul territorio e grazie al costante contatto con i loro assistiti sono le uniche figure in grado di poter tracciare un ritratto della nutrizione italiana fedele specchio della realtà.

### ***LA RACCOLTA DEI DATI***

La raccolta dei dati è effettuata con l'ausilio di un questionario elettronico che valuta la frequenza di assunzione settimanale o mensile di alcuni alimenti selezionati di cui viene "pesato" il contenuto in nutrienti. Lo scostamento, rispetto ai valori standard dei fabbisogni giornalieri per età e sesso, è calcolato da un software costruito specificamente per questa ricerca. Il software è in grado, inoltre, di dare suggerimenti sulle scelte alimentari che il soggetto, valutato dal medico, può seguire per correggere l'errore nutrizionale emerso dall'indagine. .

### **Un identikit elettronico in 4 mosse**

Sono 4 i profili che compaiono in successione sul video del computer del medico che intende raccogliere informazioni, dal paziente, da utilizzare per l'Osservatorio

#### **1) Il Questionario**

E' la serie di domande per identificare il paziente con i suoi dati anagrafici e le risposte inerenti al suo stile alimentare: alimenti assunti e non assunti, frequenza settimanale o mensile.

#### **2) Quadro nutrizionale**

Questo documento contiene i riferimenti nutrizionali: elenco dei nutrienti, fabbisogno giornaliero, valori di riferimento del paziente intervistato. I nutrienti in difetto e in eccesso sono evidenziati, in modo da sottolinearne lo scostamento rispetto al fabbisogno standard per età e sesso.

### **3) Nutrienti in difetto e alimenti correlati**

Questa schermata riguarda solamente i nutrienti in difetto che sono confrontati con i fabbisogni giornalieri di riferimento. Accanto ad ogni nutriente è riportata una lista degli alimenti, la cui assunzione, permette di colmare la carenza del nutriente specifico.

### **4) Consigli alimentari**

Infine, sul video del medico, compare una sintesi degli alimenti consigliati per sopperire agli errori emersi. Il medico può personalizzare i consigli in base alle esigenze dell'assistito e, inoltre, ha a disposizione uno spazio bianco per annotazioni specifiche.

### ***LA POPOLAZIONE OSSERVATA***

L'Osservatorio focalizza l'attenzione sulla necessità della corretta nutrizione e, in particolare, sul ruolo dei nutrienti strategici in alcune fasi della vita, fasi caratterizzate da eventi critici che possono incidere in modo permanente sul comportamento dell'individuo e sul suo stato di salute.

L'attenzione della ricerca è rivolta a 6 fasce d'età, tre competenti al Pediatra di Famiglia e tre al Medico di Medicina Generale:

3 – 6 anni (maschi e femmine)

7 – 10 anni (maschi e femmine)

11 – 14 anni (maschi e femmine)

30 – 40 anni (maschi e femmine)

41-59 anni (femmine)

≥ 60 anni (maschi e femmine)

Ogni fascia d'età è caratterizzata da esigenze e bisogni nutrizionali peculiari: dai 3 ai 6 anni si verifica l'accrescimento e la maturazione di organi e apparati; dai 7 ai 10 anni il bambino raggiunge l'autonomia nelle scelte alimentari, passa alla fase di emulazione dei coetanei, insorgono le neofobie e le avversioni alimentari; dagli 11 ai 14 anni, il bambino va incontro a importanti cambiamenti in sintonia con l'evolversi della fase puberale, e l'attenzione va soprattutto al fabbisogno di alcuni minerali come il calcio e il ferro. Il calcio, essenziale per la formazione e il consolidamento della massa ossea soprattutto nelle bambine che si ritroveranno a fare i conti, in menopausa, con l'osteoporosi; e, infine, il ferro il cui fabbisogno aumenta nelle femmine con l'inizio del ciclo mestruale e la cui difficile assimilabilità viene superata dalla forma "biodisponibile" con cui è presente nelle carni e derivati.

D'altro tipo sono le peculiarità delle età adulte per il profilarsi delle patologie senili e presenili e in particolare per i mutamenti psicofisici dell'epoca menopausale caratterizzata dalla riduzione della

massa ossea e dalla necessità di rallentare il processo osteoporotico attraverso un aumentato introito di calcio.

Dai 60 anni in poi compare il bisogno di serenità, di una buona qualità di vita e di una corretta nutrizione per affrontare con maggiore forza le patologie senili, le malattie croniche e le relative complicanze. I dati raccolti rappresenteranno un prezioso strumento d'appoggio all'attività clinica quotidiana e al follow-up dei pazienti. La cartella nutrizionale di ciascun paziente, strettamente personale e riservata al medico, sarà importante, oltre che per l'attività di ricerca, per costruire con i pazienti un rapporto più stretto e di maggiore fiducia reciproca che potrà giovare senza dubbio alla compliance diagnostica e terapeutica.

### **CASISTICA**

Per ogni fascia di popolazione indagata saranno esaminati 10 soggetti con un totale di 30 intervistati per ciascun medico. La ricerca è di tipo osservazionale e non prevede ripetizioni nella somministrazione del questionario agli stessi soggetti in periodi successivi.

### **LA PREVENZIONE SI NUTRE DI CONOSCENZA**

Si affianca all'Osservatorio Nutrizionale Grana Padano una campagna di '**Educazione Nutrizionale**', che ha visto sinora coinvolti circa 1.000 medici tra Pediatri di Famiglia e Medici di Medicina Generale, attraverso la quale al medico vengono offerti dei **DVD** (come quello allegato), da distribuire ai propri pazienti, contenente 4 documentari d'animazione (*L'alimentazione nella donna in menopausa – L'alimentazione negli uomini dopo i 50 anni – L'alimentazione del bambino dai 3 ai 6 mesi – L'alimentazione del bambino dalla materna alle elementari*) nei quali, attraverso animazioni 3D molto realistiche, è illustrato il percorso dei diversi nutrienti da quando vengono assimilati a quando raggiungono le cellule degli organi più importanti. Tali documentari, commentati da Livia Azzariti, costituiscono un importante strumento per educare i pazienti ad un'alimentazione sana ed equilibrata, anche a scopo di prevenire tutte quelle patologie, sia dell'infanzia che dell'età adulta, caratterizzate da uno scompenso alimentare. Ogni DVD è accompagnato da 2 manuali, uno specifico per l'età pediatrica, l'altro per l'età adulta nel target dell'Osservatorio Nutrizionale, che esplicitano in maniera chiara e semplice i concetti base sui nutrienti strategici, la loro funzione e i cibi che li contengono.

*Per ulteriori informazioni:*

---

**Valentina Alfieri**

Ufficio Stampa OSC Healthcare

Tel. 02 43912386

Fax. 02 700519125

Cel. 346 0152728

e-mail: [valfieri@oscbologna.com](mailto:valfieri@oscbologna.com)