



Ente Nazionale di
Previdenza e Assistenza
a favore dei Biologi

«BIOLOGO NUTRIZIONISTA IN PIAZZA»

La sesta giornata nazionale Enpab porta nelle principali piazze italiane oltre 700 biologi per aiutare la popolazione a un corretto stile di vita nel rispetto della sostenibilità ambientale.

**SABATO 18 E DOMENICA 19 MAGGIO
CONSULENZE NUTRIZIONALI GRATUITE PER TUTTI**

Il focus centrale della Giornata quest'anno sarà dedicato alla **sostenibilità ambientale** tramite la raccolta dati sul territorio, richiesta dal Ministero della Salute, riguardanti le pratiche degli italiani. Cibi in scatola, packaging in plastica o alimenti sfusi avvolti in carta? Report utilissimo per lo screening delle abitudini del Bel Paese.

«Un evento già rodato da numerose esperienze sul campo fortemente ancorate alle attività di welfare attivo proposte dalla Cassa per i Biologi». Così la Presidente Enpab Tiziana Stallone sottolinea l'importanza da parte delle Casse di previdenza di monitorare le proprie platee di riferimento per costruire azioni integrate a sostegno dei redditi. «Con questa esperienza di alto valore sociale - continua la presidente Stallone - i nostri Biologi hanno l'opportunità di promuovere la propria professionalità a beneficio della popolazione, ma anche di incrementare la propria sfera reddituale. Dall'altro canto l'evento della Giornata in piazza crea l'opportunità di incrementare la visibilità del biologo, costruire una rete professionale tra nutrizionisti che nel tempo hanno dato vita a forme associative strutturate sullo scambio di esperienze e di preparare al lavoro studenti laureandi in accordo con le Università. Una sorta di formazione-lavoro orizzontale che sta dando ottimi risultati nel mercato del lavoro».

Ogni edizione della **Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista** è stata caratterizzata infatti da focus che, in accordo col *Ministero della Salute*, hanno avuto come obiettivi principali quelli di indagare il rapporto degli italiani con i **mezzi di informazione** (2016), **l'utilizzo di sale iodato e prodotti senza glutine** (2017) e **l'atteggiamento rispetto alle fake news** (2018). Il focus 2019 sulla **sostenibilità** è in linea con gli obiettivi ONU 20-30.

Le fonti di informazione attraverso le quali gli italiani vengono in contatto con la nutrizione sono il web, la televisione, la radio, le riviste, i giornali, il passaparola, i libri e i manuali tecnici più che il professionista. Per questo la centralità del Biologo è sostenuta e promossa tramite questo evento nazionale.

Quasi il 50% del campione intervistato ha ritenuto importante il consumo di **sale iodato** (indagine 2017) per migliorare lo stato di salute e solo 1/3 degli intervistati ha dimostrato di conoscere l'importanza del consumo del sale iodato in gravidanza per lo sviluppo del sistema nervoso dell'embrione. L'analisi ha permesso di notare, inoltre, che il consumo di prodotti privi di glutine derivi da un'autoprescrizione anche nei casi in cui si tratti o meno di persone con patologia accertata.

In riferimento alla rilevanza delle **fake news** alimentari (indagine 2018), è emerso che circa il 50%, indipendentemente dalla zona geografica e dal sesso, ritiene che consumare carboidrati la sera faccia ingrassare; il 30%-35%, invece, sostiene che esistono alimenti brucia grassi; la percentuale più bassa, poco più del 10%, è il campione che considera dimagranti i prodotti senza glutine, il 30% circa pensa che le intolleranze alimentari facciano ingrassare; la percentuale più alta, circa il 60%, è convinta che i dolcificanti a base di aspartame siano cancerogeni; la similitudine della cancerogenicità della carne rossa con quella del fumo delle sigarette è quella che divide la popolazione, poiché il 41% del campione del Sud ha risposto affermativamente, a differenza del 36% del Centro e del 28% del Nord.

L'**obesità**, l'**attività fisica** e le **abitudini alimentari** sono stati gli argomenti centrali durante le scorse edizioni della Giornata Nazionale del Biologo Nutrizionista. Dai dati raccolti emerge che poco più del 50% degli intervistati pratici attività fisica (65% al nord, 55% al centro, 51% al sud), e che l'obesità addominale colpisce il 54% con equa diffusione sia negli uomini che nelle donne.

Per quanto riguarda le diete, in tutto il territorio nazionale quasi la metà degli individui intervistati ha affermato di preferire diete "fai da te", soprattutto il sesso femminile. La dieta mediterranea, per entrambi i sessi e per le tre zone geografiche, è quella più praticata. Tuttavia, non sono da trascurare i dati relativi alla dieta iperproteica che riscuote un discreto successo.

Se si confrontano i dati inerenti alla presenza dei cittadini alle precedenti edizioni della Giornata, a partire dal 2016 si è registrato un incremento delle partecipazioni di oltre l'80%. **Per l'edizione 2019, la Giornata nazionale del Biologo Nutrizionista tornerà il 18 e 19 maggio coinvolgendo 24 piazze italiane** con 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 e di uno stile di vita sedentario. La salute di ciascuno di noi non può comunque prescindere dalla qualità e salubrità dell'ambiente in cui viviamo. Questo evento sensibilizza tutti a ricercare il giusto equilibrio tra la produzione agricolo-alimentare e il rispetto ambientale, arginando il più possibile l'uso di inquinanti, additivi e la diffusione interferenti endocrini nocivi per la nostra salute.