

ANDID / Le iniziative dell'Associazione Nazionale Dietisti per evitare confusioni e mistificazioni su un tema così importante come quello dell'alimentazione

# Solo i professionisti possono dare risposta ai dubbi

## Il mondo digitale e la conoscenza diffusa non devono prescindere dall'esperienza e dalle competenze degli specialisti



Ersilia Troiano, presidente di Andid - Associazione Nazionale Dietisti

Nel tempo della "realtà 2.0" strettamente intersecata e connessa con il mondo digitale e i mezzi di comunicazione in generale, la conoscenza si fa diffusa. Le fonti di informazione praticamente illimitate consentono alle persone di attingere a ogni genere di competenza, di farla propria e di ritrasmetterla agli altri utenti. Questo circolo virtuoso presenta però alcune storture, quando i contenuti riguardano la salute, il benessere e l'alimentazione. Negli ultimi anni, è cosa nota, il trend legato al cibo e alla cucina è andato crescendo sempre più, diventando tra l'altro momento di aggregazione molto forte. A testimoniario sono i numeri che descrivono l'interesse dei media, si parla infatti - solo per il nostro Paese - di oltre 1.000 siti internet dedicati a cibo, vino e turismo enogastronomico, 51 programmi radiotelevisivi, 259 periodici, 620 opere di cucina e ricette.

L'Andid, Associazione Nazionale Dietisti, avvisa però, attraverso le parole della sua presidente, Ersilia Troiano, come questa mole di informazioni debba essere in qualche modo "guidata". Il rischio è infatti che si passi da un "sapere comune" a una "comune confusione". Le acquisite competenze, infatti, non corrispondono in realtà a competenze certe, fondate e serie. In una parola, come bene indica Troiano: "Il fatto che tutti mangino, non significa che tutti siano esperti di alimentazione". Questa massa di informazioni impressionante, legata all'alimentazione, da una parte porta le persone

ad attingere a esperti non codificati (anche involontariamente). Dall'altra spinge i veri esperti - ossia i dietisti - ad alzare la voce in modo che dalla confusione si possano ergere indicazioni corrette. "Il tema è caldissimo - prosegue Troiano - perché il marketing e le nuove mode inducono le persone ad attivare comportamenti che possono non essere adeguati per la propria salute".

L'ambito specialistico della nutrizione e della dietetica, in particolare, ben si presta a confusione, mistificazioni, mode e fenomeni virali che possono avere un grave impatto sulla salute della popolazione. Le persone sono alla ricerca di risposte, ma non sempre si rivolgono al professionista. Tra l'altro, oggi si assiste al fenomeno, molto frequente, dell'adozione della logica del "tutto o nulla", applicata al cibo, con conseguenti guerre - sospinte da logiche commerciali - contro, per esempio, il glutine, il latte, la carne, l'olio di palma. Le singole battaglie si combattono sia nell'arena Social che nei negozi e nei supermercati. Purtroppo, però, il consumatore, lasciato completamente da solo in mezzo a mille sollecitazioni e avvisi di pericolosità legati a questo o quell'alimento, finisce per arrivare a una sintesi errata. Ecco perché diventa essenziale il ruolo dei dietisti, innestato in un percorso di comunicazione efficace.

L'Andid cerca di contrastare una visione della dietetica applicata per slogan e per dicat, proponendo una visione equilibrata, legata a un'alimentazione sana. L'impegno si concretizza in

ne, e tentano di risolverli in modo non appropriato, ossia rivolgendosi non a uno specialista. Lo slogan dell'Andid precisa invece: "Se vuoi, chiedilo a loro... poi chiedilo a noi. La scelta è tua, la competenza è nostra". "Senza nessun intento polemico - precisa Troiano - desideriamo far sapere a tutti i cittadini che i dietisti possiedono le competenze professionali che possono aiutarli nell'ambito della salute e della nutrizione, in riferimento a persone sia sane che malate. In questo modo desideriamo essere proattivi, e stimolare la consapevolezza, per fare in modo che le persone smettano, se possibile, di compiere scelte approssimative relativamente alla loro salute".

Le "carte" della buona alimentazione, scaricabili dal sito web dell'Andid, [www.andid.it](http://www.andid.it), dalle pagine social (Facebook e Twitter) e disponibili in formato cartaceo, sono state realizzate



per far "collezionare" salute ai bambini, agli adulti e agli anziani, passando per sicurezza igienica e nutrizionale, sostenibilità e stile di vita, grazie a messaggi semplici, realizzabili e soprattutto efficaci ed evidence based.

Le carte, in modo simpatico e veloce, propongono svariati temi (come e quanto mangiare; quali alimenti preferire...) associati sempre a indicazioni relative a prevenzione, corretti comportamenti quotidiani e supporto degli specialisti - nutrizionisti compresi - di riferimento.

I consigli per una buona alimentazione sono forniti da Andid attraverso card simpatiche e colorate

## I valori dei dietisti di Andid

### Circa 1.000 associati si occupano della corretta applicazione della nutrizione e dell'alimentazione secondo le norme vigenti

Competenza, professionalità, qualità: questi sono i valori che i dietisti italiani dell'Andid pongono in essere, nel momento in cui esercitano la professione e si occupano della corretta applicazione dell'alimentazione e della nutrizione, compresi gli aspetti educativi e di collaborazione all'attuazione delle politiche alimentari nel rispetto della normativa vigente. In Italia gli associati all'Associazione sono circa 1.000.

L'Andid è impegnata con costanza anche

negli ambiti della ricerca e della cultura.

Recentemente ha posto in essere un progetto di ricerca con l'Università di Messina, dal titolo "La performance alimentare come consumo culturale: uno studio sulla ricerca del benessere 2.0". Inoltre, ha avviato un progetto di ricerca dal titolo "L'intervento dietetico qualificato: uno strumento privilegiato e vantaggioso per la tutela della salute?", in seno al dottorato di ricerca in Governance, Management and Economics dell'Università degli Studi

di Napoli "Parthenope" (Dipartimento di Studi Economici e Aziendali), che ha l'obiettivo di valutare in termini quantitativi in che modo i dietisti possano rappresentare il punto di riferimento per interventi efficaci, di elevata qualità e a basso impatto economico sulla società.

Va poi ricordato il progetto di ricerca, forse il primo strutturato in tal senso in Italia, sulla Health Literacy (ossia la capacità di accedere, capire e utilizzare le informazioni di salute) in ambito alimentare-nutrizionale, in collaborazione con l'Università di Salerno, che ha l'obiettivo di definire uno strumento validato per indagare il livello di Food/Nutrition Literacy fra i dietisti italiani e su un campione di popolazione.