



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore

Comunicato stampa

## **Giornata Mondiale dell'Alimentazione, le iniziative del Centro di Nutrizione Umana della Cattolica**

*Allestita dal 15 al 21 ottobre nella hall del Gemelli una postazione dove a cura del Corso di laurea di Dietetica saranno date informazioni sulla corretta alimentazione.*

*“Mangiare meno (e bene!). Mangiare tutti!”, questo lo slogan ideato per la Giornata. Nell'occasione sarà proposto al pubblico un decalogo di educazione alimentare elaborato dal Servizio di Dietetica del Gemelli.*

Roma, 12 ottobre 2012 - La Facoltà di Medicina e chirurgia della Cattolica di Roma attraverso il Centro di Nutrizione Umana e il Policlinico A. Gemelli attraverso il Servizio di Dietetica, in collaborazione con l'AUCI (Associazione Universitaria Cooperazione Internazionale), promuovono una serie di iniziative di sensibilizzazione per i pazienti ricoverati e i visitatori dell'ospedale universitario in occasione della Giornata Mondiale dell'Alimentazione (GMA), promossa dalla FAO e che si celebra martedì 16 ottobre. Lo slogan coniato per l'occasione dai nutrizionista della Cattolica è “Mangiare meno (e bene!). Mangiare tutti”.

“Si tratta di iniziative di informazione sul significato e gli obiettivi della GMA rivolti ai degenti e ai **visitatori** del Policlinico Gemelli che dureranno una settimana, e che si svolgeranno da **lunedì 15 a domenica 21 ottobre** prossimo – anticipa il prof. **Giacinto Miggiano**, direttore del Centro di Nutrizione Umana della Cattolica e direttore dell'Unità Operativa di Dietetica del Gemelli -. Con la collaborazione degli studenti del corso di laurea in Dietetica e offriremo al pubblico tutte le informazioni necessarie e a questo scopo allestiremo una postazione ubicata nella hall del Gemelli e a chi lo vorrà somministreremo un questionario inerente le abitudini alimentari”.

Per chi fosse interessato ci sarà anche la possibilità di rivolgersi all'ambulatorio di dietetica del Gemelli per una più approfondita valutazione dello stile alimentare di ciascuno (1° piano, ala S), tel. 06.30154365.

“La sensibilizzazione alla GMA per i **degenti**, che sono circa 1500 nel Policlinico Gemelli – conclude il prof. Miggiano - avverrà proprio il 16 ottobre, durante la consegna del vitto, che prevederà la consegna di una locandina che evidenzierà le tematiche della GMA 2012, attraverso la sensibilizzazione sui temi della fame



nel mondo e della malnutrizione nei paesi in via di sviluppo e del sovrappeso nei paesi occidentali”.

Nell’occasione a ciascuno sarà consegnato il seguente **decalogo per una corretta alimentazione** elaborato dal **Centro di Nutrizione Umana dell’Università Cattolica**:

1. Varia spesso le tue scelte a tavola
2. Controlla il peso e mantieniti sempre attivo
3. Grassi: scegli la qualità e limita la quantità
4. Consuma più cereali, legumi, ortaggi e frutta
5. Assumi zuccheri, dolci, bevande zuccherate nei giusti limiti
6. Il sale? Meglio poco
7. Bevande alcoliche: se sì, solo in quantità controllata
8. Bevi ogni giorno acqua in abbondanza
9. Consigli speciali per persone speciali (gravidanza, allattamento, bambini e ragazze in età scolare, adolescenti, donne in menopausa, anziani)
10. La sicurezza dei tuoi cibi dipende anche da te

### **La Giornata Mondiale dell’Alimentazione**

Il 16 ottobre si celebra la Giornata Mondiale dell’Alimentazione promossa dalla FAO (Organizzazione delle Nazioni Unite per l’Alimentazione e l’Agricoltura) che ha come scopo la sensibilizzazione dell’opinione pubblica sul problema della fame e della malnutrizione nel mondo e come obiettivo principale, quello di incoraggiare le persone, a livello globale, ad agire contro i problemi che affliggono il nostro pianeta. Ogni anno viene messo in risalto un particolare tema sul quale vengono focalizzate le attività. Il tema dell’edizione 2012 è “Le cooperative agricole nutrono il mondo”. Si è messo in rilievo le osservanze della Giornata Mondiale dell’Alimentazione e crea consapevolezza e conoscenza riguardo le misure necessarie per porre fine alla fame nel mondo. In questa edizione si vuole sottolineare il ruolo fondamentale che svolgono le cooperative, che hanno come fine comune l’eliminazione della fame nel mondo attraverso il miglioramento delle procedure che garantiscono la sicurezza alimentare, in quanto dotate di un potenziale capace di combattere il problema che affligge le popolazioni più sfortunate del nostro pianeta.

