

SETTIMANALE DI SALUTE, BELLEZZA,

ALIMENTAZIONE, CONSUMI

€ 1,00

Versani

& BELLI

**COME
MI TRUCCO?**
*i consigli
di un famoso
make up artist*

**tendenze
moda**

**UN'ESTATE
EVER GREEN**

**TEMPO
DI PIC-NIC**
*quattro ricette
da mettere
nel cestino*

**crampi
alle gambe?**
**SCOPRI LA CAUSA
CON LA NOSTRA
"MAPPA"**

**la dieta
del pesce**
**PER PERDERE 2 CHILI
IN UNA SETTIMANA**

RELAX ALL'ORIENTALE
*i benefici del massaggio
potali con erbe e olio caldo*

**15 giorni di
programma
pancia piatta**

CRISI E SALUTE
*ci si cura meno e si
spende di più, quali rischi*

vacanze low cost
**COME ABBATTERE I PREZZI
PRENOTANDO SU INTERNET**





voglio dimagrire a chi mi rivolgo?

In Italia manca una legge chiara e, così, c'è una certa confusione tra gli "specialisti delle diete". Facciamo un po' d'ordine

In vista dell'estate cresce la voglia di perdere peso o, per lo meno, di provarci. Inevitabilmente, all'aumento della domanda corrisponde un incremento dell'offerta: programmi dietetici con pasti pronti pubblicizzati ovunque, integratori, prodotti dimagranti che occhieggiano dappertutto. Districarsi tra le tante proposte non è facile e per fare la scelta più adatta è bene prima di tutto affidarsi a un esperto. Già, ma quale? Il dietologo, il dietista, il nutrizionista o un altro ancora? Scopriamo insieme chi sono gli specialisti della linea e quali sono le loro reali competenze.

Il dietologo anche per la linea

In genere questo termine viene riservato al medico che si occupa di dietologia e dietetica. Il professionista, dunque, ha conseguito la laurea in Medicina e, successivamente, la specializzazione in Scienze dell'alimentazione.

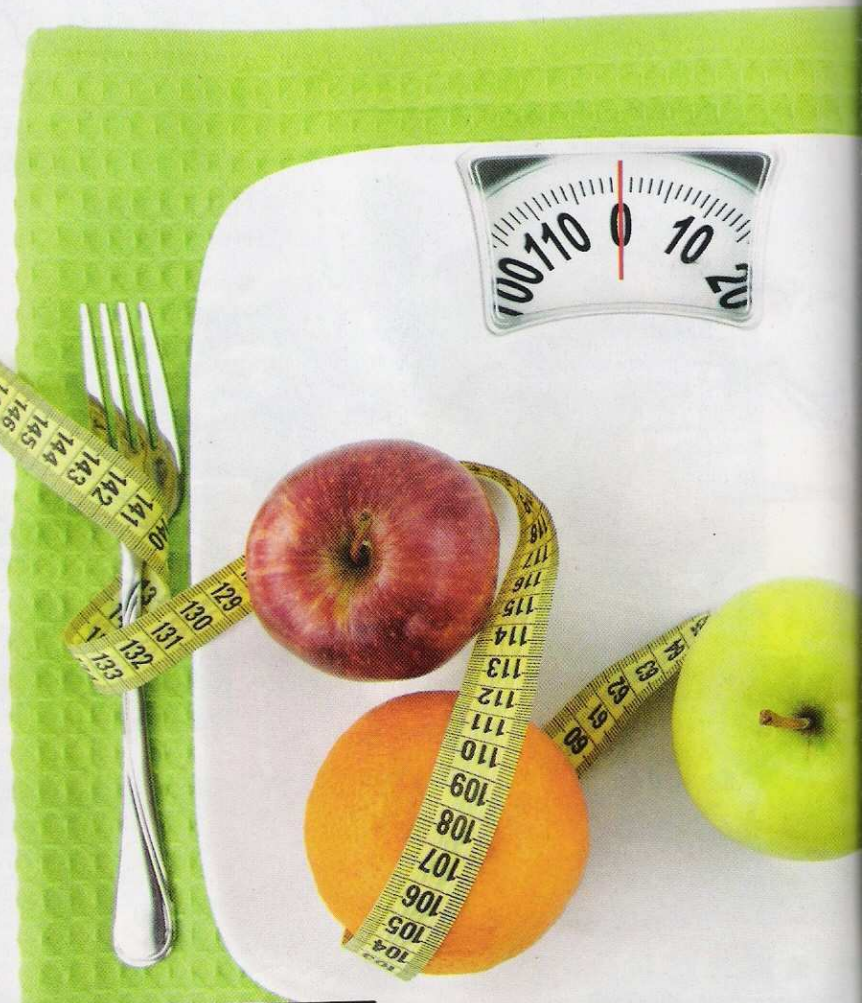
■ «In realtà, il termine è improprio, perché non esiste la specializzazione in dietologia; per cui, per essere corretti, si deve parlare di "medico specialista in Scienze dell'alimentazione"» spiega il dottor Roberto Sori, segretario nazionale dell'Ansisa (Associazione nazionale specialisti in scienze dell'alimentazione).

Quali competenze

Il medico specialista in Scienze dell'alimentazione si occupa di tutto ciò che riguarda la diagnosi e la cura di problematiche relative all'alimentazione: l'anamnesi (la storia medica), la prescrizione e la valutazione di esami e/o di farmaci e, anche, di diete alle persone sane o malate. Lo specialista può lavorare in un ospedale pubblico o come libero professionista in ambito privato.

Non tutti sono medici

La scuola di specializzazione in Scienze dell'alimentazione è aperta anche a laureati in facoltà diverse dalla medicina (farmacisti, veterinari, agrari, chimici, biologi); anche questi professionisti sono legittimati a pieno titolo a definirsi specialisti in Scienze dell'alimentazione. Non si tratta, però, di medici (né possono definirsi tali), quindi hanno competenze diverse. «Il decreto ministeriale del 2005 non conferisce alcuna competenza in merito all'elaborazione delle diete a nessuna delle categorie non mediche», spiega l'avvocato Maria Anna Alberti, consulente dell'Associazione nazionale dietisti italiani.



Gli indirizzi utili

Come sempre quando si tratta di salute, è fondamentale verificare che il professionista a cui ci si rivolge abbia le qualifiche necessarie. Per i medici, siano specialisti in Scienze dell'alimentazione o nutrizionisti, il riferimento è l'ordine dei medici (ogni Provincia ha il proprio, ma ci si può rivolgere alla Federazione nazionale degli ordini dei medici, portale. fnomceo.it). Per i biologi nutrizionisti l'ordine di riferimento è quello nazionale dei biologi (www.onb.it). Allo stato attuale, non esiste un albo dei dietisti, ma è possibile trovare il dietista più vicino visitando il sito di Andid (www.andid.it). Su www.ansisa.it sono riportati gli iscritti all'associazione, con le relative qualifiche.

Il nutrizionista a volte solo per la palestra

L'aggettivo nutrizionista non ha alcun valore legale, perché non esiste il titolo di nutrizionista. Esso viene usato, di fatto, da diverse figure che operano in campo alimentare. Quello che conta, quindi, è la qualifica che precede, principalmente quella di medico o di biologo.

Laureato in medicina

«È un medico che ha scelto di occuparsi anche delle problematiche relative all'alimentazione, pur senza essere specializzato in scienze dell'alimentazione. Può anche essere un medico di base o specialista in qualsiasi altra branca medica» spiega il dottor Sori.

Quali competenze

Sono le stesse del medico specialista in Scienze dell'alimentazione.

Laureato in biologia

«Può definirsi biologo nutrizionista, ai sensi della legge n. 396 del 1967 e del decreto ministeriale n. 362 del 1993, il laureato in biologia che abbia fatto cinque anni di laurea e che sia iscritto all'ordine dei biologi» dichiara il dottor Sergio Pacini, presidente dell'Associazione biologi nutrizionisti italiani (Abni). Non è obbligatoria la specializzazione in Scienze dell'alimentazione.

Quali competenze

È in atto da tempo una controversia tra dietisti e biologi nutrizionisti. Il punto centrale è che una professione non sanitaria, come quella dei biologi, sia sovrapponibile a una sanitaria, come quella dei dietisti. A favorire questa controversia è la mancanza di una legge che permetta di eliminare le zone d'ombra.

■ A oggi, secondo il recente parere del Consiglio superiore di sanità (contro il quale i dietisti hanno presentato ricorso in relazione alle competenze del biologo), "il biologo può elaborare e determinare diete nei confronti sia di soggetti sani, sia di soggetti cui è stata diagnosticata una malattia, solo previo accertamento delle condizioni fisio-patologiche effettuato dal medico chirurgo". In pratica, il medico accerta le condizioni di salute della persona e, dopo, il biologo può elaborare una dieta.

■ In autonomia, il biologo nutrizionista può solo "elaborare profili nutrizionali al fine di proporre alla persona che ne fa richiesta un miglioramento del proprio "benessere" e consigliare gli integratori alimentari, stabilendo anche le modalità di assunzione", per esempio, per chi va in palestra. Non può prescrivere farmaci.



Il dietista per la salute e nelle mense

Quella del dietista è una professione sanitaria (come quella del fisioterapista per intenderci), che opera nell'ambito della nutrizione delle persone sane o malate. «Si diventa dietisti con una laurea triennale in Dietistica, alla facoltà di medicina, al termine della quale si sostiene un esame di stato che abilita allo svolgimento della professione», spiega la dottoressa Giovanna Cecchetto, presidente dell'Associazione nazionale dietisti italiani.

■ Come operatore sanitario, il dietista lavora a contatto con i medici (come oncologi, internisti, cardiologi): opera in ospedale o come libero professionista.

Quali competenze

Il dietista non può fare diagnosi né prescrivere farmaci, ma può consigliare prodotti da banco dietetici, se questi non necessitano di prescrizione medica. Può, inoltre, elaborare diete per la cura di malattie, ma solo su prescrizione medica.

■ In pratica, il medico, di qualsiasi specializzazione, che riscontra nella persona uno stato di obesità o con diabete, può prescrivere un intervento dietetico mirato e indirizzare la persona al dietista, al quale fornisce le indicazioni di base per elaborare il regime alimentare.

■ «Senza la prescrizione del medico possiamo valutare le abitudini alimentari e la composizione corporea della persona, sana o malata che sia; possiamo consigliare regimi alimentari bilanciati a soggetti sani e fare interventi di educazione alimentare» precisa la presidente di Andid. Elaboriamo i menu, nelle mense ospedaliere, scolastiche e nei centri per anziani».

Servizio di Valeria Ghitti.

a scuola
il menu degli alunni
è deciso da un dietista