

Prefazione , <i>Eugenio Del Toma</i>	IX
PARTE PRIMA. I PRESUPPOSTI DELLA PREVENZIONE E DELLA TERAPIA DIETETICA	
1. Fabbisogni, nutrienti energetici e non energetici, <i>Umberto Scognamiglio, Laura Rossi, Andrea Ghiselli</i>	3
2. Alimentazione e attività fisica: binomio inscindibile, <i>Michelangelo Giampietro, Maria Lorena Tondi, Erminia Ebner</i>	39
3. Alimenti funzionali e innovativi, <i>Gian Marco Giorgetti, Angela Mancini, Sarah Porciello, Federica Fabiocchi</i>	57
4. Reazioni avverse ad alimenti e celiachia, <i>Gian Marco Giorgetti, Sarah Porciello, Federica Fabiocchi</i>	67
5. La nuova etichettatura e la sicurezza nutrizionale, <i>Roberto Copparoni</i>	77
6. La cottura del cibo tra benefici e pericoli, <i>Agostino Macrì</i>	81
7. Interferenti endocrini: una problematica su cui fare chiarezza, <i>Azzurra D'Arienzo, Giuliana Carta</i>	87
PARTE SECONDA. STATO DI NUTRIZIONE, DISPENDIO ENERGETICO E DCA: TEORIA E PRATICA DELL'IMPOSTAZIONE DIETETICA	
8. La valutazione dello stato di nutrizione, <i>Federica Fabiocchi, Gian Marco Giorgetti</i>	97
9. Come impostare uno schema nutrizionale equilibrato nell'adulto sano, <i>Stefania Agrigento</i>	105
APPENDICE. Esempio di schema nutrizionale	115
10. Disturbi del comportamento alimentare, <i>Massimo Cuzzolaro</i>	117
APPENDICE. Le azioni istituzionali nell'ambito dei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione, <i>Denise Giacomini</i>	127
11. Obesità e sovrappeso, <i>Eugenio Del Toma</i>	131

12. La terapia chirurgica della grave obesità, <i>Maria Grazia Carbonelli, Barbara Neri</i>	141
13. La dietetica preventiva nel SIAN, <i>Carlo Spigone</i>	147
PARTE TERZA. ESIGENZE ALIMENTARI PARTICOLARI	
14. Problemi nutrizionali in gravidanza e nell'allattamento, <i>Giuseppe Stefano Morino, Emanuela Casilli, Mirella Nicodemo</i>	155
15. Problemi nutrizionali in età evolutiva, <i>Giuseppe Stefano Morino, Maria Rita Spreghini, Ludovica Mazzitelli</i>	165
16. La dieta nei problemi dell'apparato digerente, <i>Gian Marco Giorgetti, Federica Fabiocchi, Sarah Porciello, Lidia Tosto</i>	173
17. La corretta nutrizione come soluzione terapeutica e di benessere nel trattamento del diabete, <i>Claudio Tubili</i>	185
18. La dieta nei problemi cardiocircolatori, <i>Valeria Galfano, Lorenzo M. Donini</i>	199
19. La dieta nei problemi renali, <i>Marina Mariani</i>	223
20. Dalla scelta vegetariana al veganesimo, <i>Stefania Agrigento</i>	233
Indice analitico	241

Negli ultimi anni l'interesse dei medici e dei dietisti, ma anche dei biologi e dei farmacisti, per gli aspetti preventivi e clinici della nutrizione ha continuato a crescere, in sintonia con l'attenzione dei mass media e con l'interesse del pubblico per le accertate correlazioni tra stile di vita (di cui l'alimentazione è parte essenziale) e malattie della civilizzazione.

In particolare, il progresso e la sperimentazione hanno rinnovato le basi empiriche dell'antica Dietologia e hanno dato dignità clinica alla Dietetica e alla Nutrizione clinica, branche operative della Scienza dell'alimentazione.

Il divenire delle acquisizioni di fisiopatologia e di biochimica nutrizionale è stato ed è tuttora estremamente dinamico, per cui i testi classici risultano spesso obsoleti e non consentono un adeguato aggiornamento da parte degli studenti dei Corsi di laurea per dietisti ma anche dei giovani medici o biologi che nel loro iter teorico-pratico hanno avuto poche o nessuna occasione di trattare i temi in questione.

Da questa constatazione e dalla necessità di aggiornare la prima edizione del 2005, ormai esaurita ma ancora ricca di spunti, siamo passati a un vero e proprio rifacimento del vecchio testo, pur senza la pretesa di pubblicare un completo manuale di dietoterapia.

Nella trattazione dei vari argomenti abbiamo cercato di realizzare un connubio fra acquisizioni teoriche ed esperienze vissute, per dare un contributo formativo e non soltanto

informativo ai giovani amici che si stanno appassionando agli aspetti clinici della nutrizione umana.

Come nella precedente edizione, per estrema coerenza con la nostra abitudine di personalizzare al massimo la dietoterapia, non abbiamo dato molto spazio agli schemi dietetici in appendice, perché riteniamo che debbano rappresentare solo un riferimento e non un prototipo da trasferire meccanicamente ai pazienti. Siamo convinti, invece, che valgano molto di più i principi razionali su cui dovrà essere elaborata ed individualizzata la dieta, piuttosto che una serie di esemplificazioni astratte dalla realtà del singolo paziente.

Al riguardo sottolineo ancora una volta l'importanza del colloquio fra dietista e malato, non soltanto nel momento di raccogliere l'anamnesi alimentare ma anche successivamente, per una dettagliata illustrazione della prescrizione dietetica personalizzata e, poi, per i periodici controlli che si focalizzeranno sull'effettiva adesione o sulle difficoltà di seguire la dieta "concordata".

Sono convinto che qualsiasi dieta, soprattutto nelle patologie croniche, ha valore in quanto realmente attuabile e nessuno schema computerizzato potrà mai assicurare la compliance, che nasce soprattutto dai prolungati colloqui col malato. Qualunque sia la patologia del paziente non dobbiamo dimenticare che il dialogo con il malato è la prima terapia e, come ebbe a precisare il professor Umberto Veronesi, "apre un canale di comunicazione

con la psiche del malato, di cui bisogna sempre tener conto”.

Ringrazio i colleghi che hanno collaborato alla stesura dei 20 capitoli, come miei esperti di fiducia in un gioco di squadra che va oltre la trattazione dei singoli temi, sempre nei confini della evidence-based practice e senza venire a compromessi con il sentito dire, le mode come quella del biologico a tutti i costi o le pressioni commerciali del momento.

Infine, voglio ricordare che questo libro non sarebbe stato pubblicato senza l’impegno,

la pazienza e la fiducia con cui l’Editore ha incoraggiato il nostro lavoro. Un ringraziamento particolare va alla dottoressa Bianca Maria Sagona, che ha curato ogni dettaglio editoriale con impegno davvero encomiabile.

Eugenio Del Toma

Primario Emerito di Dietologia
e Diabetologia,

AO San Camillo Forlanini, Roma;
Past President dell’Associazione Italiana di
Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI)