



Maledetti zuccheri. Parliamo di diabete. Le reazioni avverse al cibo in epoca Covid

Basiano (MI)_18 novembre 2021_

Una corretta alimentazione è fondamentale per chi soffre di diabete, il livello glicemico dipende infatti anche dai carboidrati, zuccheri, che vengono ingeriti quotidianamente con la dieta. Come affrontare quindi i problemi legati al diabete attraverso l'alimentazione?

La terapia dietetica va definita con un dietista e deve tenere conto di età, tipo di diabete e sua terapia, obiettivi di peso corporeo, consuetudini e preferenze alimentari, disponibilità economiche, svolgimento di attività fisica o sport. In altre parole, la dieta va personalizzata e periodicamente riveduta alla luce dei risultati ottenuti.

Questo il tema affrontato in occasione dell'evento di ottobre con il laboratorio d'informazione teorico-pratico organizzato dall'Associazione Il Mondo delle Intolleranze con il contributo di Regione Lombardia che si svolgerà il 25 novembre alle ore 18.00.

Tiziana Colombo, presidente dell'Associazione Il Mondo delle Intolleranze, presenterà la serata affiancata da Sonia Re, direttore Associazione Professionale Cuochi Italiani e dal Dott. Michele di Stefano, Specialista in gastroenterologia ed endoscopia digestiva.

Ecco gli argomenti della serata:

Convivere con il diabete - Dott. Pasquale De Cata

E io no? A tavola con piacere - Tamara Grilli – Associazione FAND

***Dolcezza “pericolose”?* - Dott.ssa Maria Zugnoni, dietista**

***La sofferenza del “passare attraverso”* - Dott. Raffaele Fiore, Associazione Allattamento IBCLC**

Lo Chef Daniele Zennaro è il nuovo ospite che svelerà con uno show cooking live importanti accorgimenti sulla preparazione di piatti adatti a chi soffre di diabete, grazie anche all'aiuto di Tiziana Colombo - Nonna Paperina. E un nuovo appuntamento con la Pillola d'arte, a cura di Decumano Est & Amici dei Musei e dei Monumenti Pavesi.

“Il diabete è una malattia caratterizzata da aumento del glucosio nel sangue e dalla sua comparsa nelle urine, legata in genere a una deficiente produzione di insulina da parte del pancreas, che se non curata può dar luogo a gravi complicazioni a carico dei reni, del sistema cardiovascolare e del sistema nervoso. Predisponde inoltre alle forme infettive”. Spiega il Dott. Michele di Stefano, specialista in gastroenterologia ed endoscopia digestiva.

“Chi soffre di diabete, forse più di tutti sa quanto l'alimentazione sia



fondamentale per controllare i livelli di glicemia. Un'alimentazione adeguata prima e dopo lo sport è fondamentale per la salute. Io stessa pur non essendo affetta da questa patologia mi sono resa conto, ormai da qualche anno, dell'importanza dell'attività fisica abbinata a una sana alimentazione e ora mi sento molto meglio e molto più in forma", conclude Tiziana Colombo, presidente de Il Mondo delle Intolleranze.

Medici e professionisti

Dott. Michele di Stefano: laureato in Medicina e Chirurgia. Specialista in gastroenterologia ed endoscopia digestiva. Professore a Contratto presso l'Università di Pavia: -dall'Anno Accademico 2003/2004 è titolare del Corso Integrativo "Tecniche di Studio della Motilità Digestiva" nell'ambito dell'insegnamento ufficiale di Gastroenterologia presso la Scuola di Specializzazione in Gastroenterologia della Facoltà di Medicina.

Dott. Pasquale De Cata: laurea in Medicina e Chirurgia Università degli Studi di Pavia e Specializzazione in Medicina Interna indirizzo Medicina Interna Università degli Studi di Pavia. Dirigente Medico 1° livello, U.O Medicina Interna e Endocrinologia Fondazione Salvatore Maugeri Centro Medico Pavia. Professore a contratto del corso integrativo "Fisiopatologia delle malattie del metabolismo glucidico" e attività tutoriale per gli specializzandi Scuola di specializzazione di Endocrinologia e Malattie del Metabolismo-Università degli Studi Pavia.

Tamara Grilli: consigliere nazionale FAND Associazione Italiana Diabetici. Fondata nel 1982 dal dott. Roberto Lombardi ed eretta a Ente Morale con D.M.del 20/09/1993, è un'istituzione di volontariato alla quale aderiscono attualmente oltre centoventi associazioni sparse su tutto il territorio nazionale. Promuove una corretta immagine sul diabete e sul diabetico attraverso campagne di informazione all'opinione pubblica sulla patologia diabetica: convegni, dibattiti, tavole rotonde e coinvolgimenti dei mass-media.

Dott. Raffaele Fiore: l'associazione Allattamento Ibclc APS nasce dalla volontà e dalla professionalità di Laura Cocchetti, Consulente Professionale in allattamento Ibclc dal 2011, e da alcune colleghe che nel 2012 decisero di unire le loro forze con l'intento di rendere il territorio più a misura di mamma e bambino.

Dott.ssa Maria Zugnoni: Nutrizionista, laureata in biologia applicata alle Scienze della Nutrizione. Specializzata su patologie accertate (obesità, diabete, cardiopatie, dislipidemie, allergie e intolleranze) e in particolari condizioni di vita come gravidanza e allattamento.

Sonia Re Direttore Generale Associazione Professionale Cuochi Italiani: Associazione di categoria che nasce in un'ottica di aggregazione e servizio, per costituire il valore aggiunto per il professionista della cucina italiana che voglia trovare un ambiente in cui riconoscersi, emergere, condividere la propria esperienza e trovare nuovi spunti di crescita e confronto.

Chef Marco Scaglione: Daniele Zennaro nasce nel 1979 in una cittadina in provincia di Rovigo, e fin da bambino si appassiona alla cucina osservando la nonna ai fornelli. Studia all'istituto alberghiero e comincia a fare le prime esperienze all'interno di importanti realtà venete e non solo. Negli ultimi dieci anni rimane stabile a Venezia: prima al ristorante De Pisis dell'Hotel Bauer Il Palazzo, quindi al Bauer Palladio Hotel, infine nelle cucine del ristorante Vecio Fritolin per oltre sei anni con la patronne Irina Freguia. La nuova avventura di Zennaro, dopo l'ultima esperienza al Ristorante Canova del Baglioni Hotel Luna, è sempre a Venezia, nelle cucine del Marciano Excelsior. Sono tre gli elementi essenziali sui quali si basano le sue creazioni: la qualità dei prodotti, la stagionalità e la cura nel lavorarli. In questi



ultimi anni approfondisce la ricerca gastronomica cercando stimoli nuovi attraverso le erbe spontanee della laguna, realizzando insalate uniche tutto l'anno. Lo chef è sempre aperto a nuove intuizioni e sperimentazioni, che partono dal passato riponendolo oggi in linea con il gusto moderno. Un grande pregio di Daniele è la sua intelligente capacità di lavorare in team. Attualmente è chef de cuisine del ristorante Algiubagiò in Fondamenta Nuove, locale affacciato sulla laguna di Venezia.

Associazione Il mondo delle intolleranze: nasce nel 2012 su espressa volontà di Tiziana Colombo (attuale Presidente) già fondatrice di blog dal grande seguito dedicati alla cucina per intolleranti. Lo scopo è dichiaratamente a sfondo sociale per l'aiuto e il sostegno a tutti coloro che soffrono di intolleranze verso il glutine, i lieviti, il nichel e il lattosio. Forte di un Comitato Scientifico di medici gastroenterologi, endocrinologi, nutrizionisti e osteopati, si pone l'obbiettivo di trattare l'argomento da un punto di vista medico, alimentare, psicologico e, appunto, sociale.

www.ilmondodelleintolleranze.it

Ufficio stampa:
Morena piacentini
+39 030 6376274
press2@morenapiacentini.it

[e.it](http://www.morenapiacentini.it)

Il Mondo delle Intolleranze
Tel. +39 02 95761531
segreteria@ilmondodelleintolleranz

50 ANNI DI
SELEZIONI
PUBBLICHE
FERPI