

Telemedicina ed alimentazione

Oggi l'obesità è considerata il disturbo metabolico più diffuso nei paesi industrializzati occidentali, mentre il sovrappeso è ormai un problema globale sia negli adulti, che nei giovani.

La lista delle cause è lunga ma tra queste se ne possono individuare alcune sulle quali c'è accordo generale.

- Il bombardamento mediatico / commerciale sulla alimentazione
- L'insuccesso sostanziale della prescrizione dietetica classica

In altre parole l'aumento del peso è legato a cambiamenti comportamentali indotti dai mass media ed il tentativo di contrastare questa cattiva informazione si è basato, fino ad oggi essenzialmente sulle prescrizioni dietetiche. Lo sbilanciamento delle forze in campo è evidente; da una parte la pubblicità alimentare che raggiunge tutti, finalizzata solo a vendere, e dall'altra la scienza della alimentazione che rimane prerogativa di pochi. I forti investimenti in pubblicità alimentare non fanno prevedere a breve un cambiamento della informazione mass mediatica e dunque bisogna sperimentare qualche altro sistema che, pur raggiungendo tutti non sia ancora gestito dagli stessi interessi.

Il telefono cellulare potrebbe rappresentare un mezzo elettronico idoneo essendo già nelle tasche di ciascuno di noi e soprattutto dei giovani, essendo quindi in grado di competere per diffusione con la televisione.

Ma cosa deve offrire questo mezzo per essere veramente utile allo scopo di divulgare la corretta alimentazione alla popolazione?

Cosa chiede una persona che VUOLE fare una alimentazione bilanciata ?

1. Imparare, ed essere aiutato con informazioni corrette nel momento adatto (al pasto)
2. Saper correggere situazioni alimentari reali che ci hanno costretto a sbagliare alimentazione nel cor-

so della giornata

3. Essere "controllato" ed aiutato da persone esperte

4. Avere un sistema semplice ed economico da usare

Nel tentativo di rispondere a tutte queste domande si sta svolgendo nelle Marche uno studio (STAR) su un sistema telematico alimentare (Diario Alimentare Interattivo "DAI") basato sul telefono cellulare. Sono coinvolte 150 persone che hanno un indice di massa corporea al di sopra della norma e che vengono seguite a distanza tramite il loro telefonino. Il sistema parte con le correnti abitudini alimentari del soggetto, e si modifica automaticamente al confronto con la reale alimentazione quotidiana. I cambiamenti di quantità vengono compensati con gli alimenti rimanenti nella giornata. Si possono aggiungere alimenti diversi da quelli abituali concordati con la dietista e, per semplificarne la quantizzazione, gli alimenti proposti vengono presentati sul video del cellulare con specifiche fotografie. Partendo quindi da una base alimentare concordata con lo specialista, il sistema si corregge in funzione della reale assunzione di alimenti, cercando di riportare l'alimentazione reale alle calorie, proteine, lipidi e glucidi concordati all'inizio con il dietologo. Da questo studio, che finirà a Maggio 2009, si capirà se un sistema semplice applicabile su tutti i cellulari possa realmente aiutare chi VUOLE migliorare la sua alimentazione, ma potrebbe essere utile come gioco educativo per i ragazzi. Non più una prescrizione dietetica, ma una indagine alimentare in tempo reale che modificandosi con le situazioni della vita quotidiana si auto-corregge in base alla prescrizione specialisti-

ca, e, essendo controllata dal sanitario stesso a distanza, si trasforma in dieta dinamica.

Dr. Giacomo Vespasiani
Primario di Diabetologia e Malattie del Ricambio
San Benedetto del Tronto
giacvesp@tiscali.it

MètaDieta
la dieta che ti segue

METEDA
medical software
www.meteda.it metadieta@meteda.it