

## Incontri sulla corretta alimentazione

Il progetto è rivolto ai familiari e alle persone affette da malattia mentale



**14 Marzo 2023** La comunità scientifica internazionale ha riconosciuto che le persone con disturbi mentali sono maggiormente esposte a fattori di rischio come sedentarietà, fumo, abitudini alimentari scorrette che possono portare con maggiore facilità all'insorgenza di patologie concomitanti come obesità, diabete, ipertensione, dislipidemie. Risulta, inoltre, di fondamentale importanza tenere in considerazione che l'utilizzo di antipsicotici può concorrere alla manifestazione della cosiddetta Sindrome Metabolica.

A tal proposito la Regione Emilia Romagna, nell'ambito del progetto regionale sull'appropriatezza dei trattamenti farmacologici per le persone prese in carico dai Centri di Salute Mentale, ha emanato la circolare n. 4 del 2020 'Raccomandazioni per l'impiego dei farmaci antipsicotici nel trattamento a lungo termine delle persone con disturbi schizofrenici' che definisce la cornice di riferimento.

Coerentemente con queste indicazioni e con gli studi presenti sulle banche dati scientifiche il Dipartimento Salute Mentale e il Distretto di Ravenna ha progettato l'implementazione, presso i CSM, di un ambulatorio infermieristico per la prevenzione della 'Sindrome Metabolica' in un'ottica di promozione della salute e del benessere delle persone con patologie psichiatriche.

All'interno di questa cornice e agganciandoci alle attività previste nell'ambito del Piano Regionale della Prevenzione 2022-2025, è partita una coprogettazione con l'Associazione per la Salute Mentale della Romagna "Porte Aperte" sezione di Ravenna, l'Ufficio Comunale Piani di Zona e il Servizio di Igiene e Sanità Pubblica che ha portato alla realizzazione di un percorso finalizzato a sensibilizzare le persone con esperienza di malattia mentale e le loro famiglie sul tema della corretta alimentazione e realizzare, attraverso laboratori, modalità per una corretta spesa e preparazione pasti.

Il percorso ha visto una vasta partecipazione al seminario di apertura tenuto dal prof. Gabriele Bazzocchi il 22 febbraio al Centro Sociale Le Rose dal titolo "La relazione tra cibo, intestino e funzioni cerebrali: indicazioni per un'alimentazione corretta" e prosegue con "Il Carrello della

Salute” che si svolgerà il 15 marzo presso il Centro Diurno del CSM di Ravenna. L'incontro sarà condotto da dietisti e assistenti sanitari del Dipartimento di Sanità Pubblica ed è volto ad imparare a fare la spesa riempiendo il carrello in maniera gustosa e salutare.

A seguire i “Laboratori di cucina salutare” che prevedono pianificazione dei menu, esecuzione della spesa e preparazione pasti.

Le date previste sono 22 marzo, 30 marzo, 05 aprile e 19 aprile. La sede è sempre quella del Centro Diurno del CSM di Ravenna.

Il progetto pilota coinvolge 12 utenti del CSM di Ravenna divisi in due gruppi per una ottimizzazione dell'esperienza, due cuochi professionisti volontari, operatori del Dipartimento di Sanità Pubblica e del CSM di Ravenna e volontari dell'Associazione Porte Aperte 

© *copyright la Cronaca di Ravenna*