

A4 Giornata di passione per gli automobilisti: un ferito



Venezia-Padova, tamponamenti e traffico in tilt

Mattinata di passione per gli automobilisti in autostrada. Ieri mattina, in A4 in direzione Milano, dalle 11 in poi il traffico ha iniziato a rallentare fino quasi a fermarsi. Due distinti tamponamenti tra mezzi pesanti, avvenuti a pochi chilometri di distanza l'uno dall'altro, hanno mandato in crisi la circolazione nel tratto compreso tra il Veneziano e il Padovano. Il primo incidente si è verificato al chilometro 369, tra Pianiga e Vigonza. Qui un autotrasportatore è rimasto ferito in modo lieve, soccorso sul posto dal personale sanitario. Poco più avanti, al chilometro 377, sul Passante di Mestre in territorio di Mirano, un secondo urto ha coinvolto ancora dei camion, aggravando ulteriormente la situazione.

Salute pubblica

L'Azienda sanitaria veneziana lancia un programma diagnostico per tutti i cittadini. Questionari, punteggio ed équipe impegnate: «Una popolazione sana costa meno»

Pasta, olio e pomodoro La dieta mediterranea diventa terapia medica

IL PROGETTO

Lesarde in saor sì, il fegato alla veneziana no. La fuggassa da rivalutare per colazione, il baccalà con grande moderazione. La dieta mediterranea non sarà più solo uno stile di vita, ma diventerà una vera e propria medicina, con il primo «Percorso primario diagnostico terapeutico assistenziale sul cibo nostrano», messo a punto dall'Usl 3. Tra raccolte dati, valutazioni nutrizionali e lezioni di cucina in presenza e online, l'azienda sanitaria ha pensato proprio a tutto per dare il via a un progetto di prevenzione e cura.

L'ITER: TEST E INCONTRI

Tempo un paio di mesi e il nuovo percorso assistenziale partirà nella sua fase operativa in tutta l'azienda socio sanitaria, coinvolgendo case della comunità, ospedali, distretti, strutture sanitarie territoriali, medici di famiglia e pediatri di libera scelta. Il primo step sarà una mappatura delle abitudini alimentari degli utenti, con domande specifiche e test che verranno somministrati da medici di base, pediatri e specialisti dell'Usl.

I primi pazienti ad essere



LA SEDE DELL'AZIENDA
IL QUARTIER GENERALE
DELL'USL 3 SERENISSIMA

Corsi di cucina
in presenza e online
«Prevenzione centrale
così diffondiamo
la cultura alimentare»

contattati per una valutazione nutrizionale saranno quelli che avranno comunicato di non aderire alla dieta mediterranea, anche in assenza di fattori di rischio.

PERCORSI INDIVIDUALIZZATI

Le indicazioni degli specialisti, a seconda della necessità del paziente che ancora non sposa la dieta mediterranea, varieranno dal semplice suggerimento culinario al per-

corso di consapevolezza sui benefici di questo regime alimentare, fino alla proposta di cucinare insieme all'interno della casa della comunità, oppure di farlo a distanza, in telemedicina.

«Andiamo a lavorare su un'adesione bassa, anche se migliore rispetto alla media nazionale» spiega Nicola Veronese, medico geriatra delle Cure primarie di Mirano, Dolo e Noale che ha coordi-

nato il lavoro, «basti pensare che se solo il 5% della popolazione italiana segue la dieta mediterranea, nella nostra azienda socio sanitaria lo fa invece il 20%: contiamo di alzare ancora di più questa percentuale per aumentare lo stato di salute dei nostri concittadini. Negli ultimi anni assistiamo infatti al paradosso che mentre i Paesi del nord si avvicinano alla nostra dieta mediterranea, i Paesi attorno al Mar Mediterraneo se ne stanno allontanando. Questo perché la vita frenetica diminuisce il tempo dedicato alla cucina. E poi ci sono solitudine, povertà e aumento del costo degli alimenti freschi e pregiati come il pesce e l'olio d'oliva, che certo non aiutano ad allontanarsi dai cibi ultra processati».

CASE DI COMUNITÀ E LAVORO D'ÉQUIPE

Il cuore pulsante del progetto saranno le Case di comunità e il lavoro sarà di squadra: scenderanno in campo infermieri, dietisti e nutrizionisti. E, se la legge sullo psicologo di base proposta dal presidente della Regione diventerà effettivamente concreta, allora nel progetto verrà inserito anche lo psicologo di base. «Vogliamo rendere la dieta mediterranea una componente effettiva, misurabile e sostenibile dei percorsi assistenziali», dice il direttore generale dell'Usl 3 Massimo Zuin, «Attraverso una governance condivisa e l'attenzione agli aspetti sociali, la dieta mediterranea verrà proposta come uno strumento di prevenzione a diversi livelli capace di migliorare la qualità della vita. Con questo percorso, la nostra azienda socio sanitaria si conferma all'avanguardia nella promozione della salute, trasformando un patrimonio culturale e scientifico in un'arma terapeutica concreta a disposizione dei cittadini». —

M.D.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

CHE COSA È

Dal 2010 è patrimonio immateriale dell'Unesco

La Dieta Mediterranea è molto più di un semplice elenco di cibi; è un modello nutrizionale ispirato alle abitudini alimentari dei paesi del bacino del Mediterraneo, consolidatosi negli anni '50 grazie agli studi dello scienziato statunitense Ancel Keys. Questo regime si fonda sul concetto di equilibrio e varietà, promuovendo un consumo prevalente di alimenti di origine vegetale.

Il cuore pulsante di questa dieta è rappresentato dalla cosiddetta «Piramide Alimentare». I componenti principali includono: cereali integrali, frutta e verdura, olio extravergine d'oliva, legumi e frutta a guscio.

Le proteine animali vanno assunte con moderazione, meglio il pesce e le carni bianche, limitando il consumo di carni rosse e zuccheri raffinati. I latticini sono in porzioni moderate, principalmente sotto forma di yogurt e formaggi.

Un elemento cardine è anche la stagionalità dei prodotti, che garantisce la massima densità di nutrienti e il rispetto dell'ambiente.

Per il suo immenso valore non solo biologico, ma anche sociale e tradizionale, la Dieta Mediterranea è stata ufficialmente iscritta nella Lista del Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità dall'Unesco il 16 novembre 2010.

Ad oggi, resta uno degli strumenti più efficaci per la prevenzione delle malattie croniche e il miglioramento della longevità. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'INTERVISTA ALL'ESPERTO

«Troppi anziani soli e malnutriti a scuola entrano la cultura alimentare»

Maria Duoli

Non solo un regime alimentare ma uno stile di vita. Non solo uno stile di vita ma anche una cura, una medicina. Ne è convinto Nicola Veronese, medico geriatra delle Cure primarie di Mirano, Dolo e Noale che ha coordinato il lavoro e ha partecipato alla stesura delle linee guida nazionali sulla dieta mediterranea.

Dottore, a che punto siamo in fatto di cultura alimentare?

«C'è molta attenzione sul mangiare bene e sul mangiare sano, ma si può fare sempre di meglio».

Sui social dilagano consigli alimentari, non solo da par-

te di esperti ma anche di influencer. C'è il rischio che le persone si affidino a punti di riferimento sbagliati?

«Sì, a volte la popolazione segue santoni e guru, sbagliando. È importante, quindi, che l'Usl come istituzione scenda in campo con i propri professionisti per dare consigli da parte di reali esperti».

Le istituzioni, pensando ad esempio a quella scolastica, potrebbero fare di più in fatto di sensibilizzazione delle buone pratiche?

«Assolutamente. Servirebbe più educazione alimentare nelle scuole. È un aspetto culturale su cui bisognerebbe lavorare di più, non solo alle superiori ma anche nei primi gradi di istruzione».



Il geriatra del distretto di Mirano, Dolo e Noale, Nicola Veronese

Rispetto, invece, alla popolazione anziana, come vede la situazione?

«Sono sempre più fragili e malati. E, in questo quadro, la dieta è un aspetto fondamentale».

Gli anziani che spesso si scontrano con la malattia della solitudine, oltre che con le patologie del fisico, a volte trascurano proprio l'aspetto alimentare, vedendo meno la dimensione sociale e conviviale del cibo.

«Sì, mangiano poco e male. È un problema che riscontriamo quasi quotidianamente e non è una cosa da poco, anzi. Pensiamo che la malnutrizione è proprio un problema endemico nella popolazione anziana».

Quindi il progetto vuole arrivare anche a loro?

«Sì, il bisogno non manca di certo».

I consulti, però, saranno rivolti a tutti. Come mai?

«L'obiettivo è fare prevenzione a tutto tondo. Chi non segue la dieta mediterranea o si alimenta male è maggior-

mente a rischio per diverse patologie, in primis quelle cardiovascolari, ma anche certi tumori e altre problematiche fisiche. Per questo, abbiamo deciso di rivolgerci a tutti, non solo nei confronti di chi presenta dei fattori di rischio».

Le nuove tecnologie vengono in vostro aiuto, permettendovi di raggiungere più persone.

«Sì, la telemedicina in questo senso è preziosa. Cerchiamo di agevolare questi percorsi a distanza, sapendo che non tutti hanno la possibilità di venire da noi. Tra il lavoro, la famiglia, gli anziani che magari sono soli e non possono essere accompagnati, sappiamo che spostarsi è spesso un percorso a ostacoli, il tempo è poco. Così, sarà più facile».

Riuscirete a raggiungere anche le comunità straniere, che spesso hanno abitudini alimentari diverse?

«Cercheremo di farlo, di sensibilizzare tutti. Certo, in questo caso spesso lo scoglio è la barriera linguistica». —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

TRA PIANIGA E MIRANO



Disagi e code per il tamponamento

Due tamponamenti tra A4 e Passante Mattinata di disagi

**Un camionista ferito
leggermente nel primo schianto
tutti illesi nel secondo
Scattate le deviazioni al traffico
su Pedemontana e Romea**

Matilde Biciato / PIANIGA

Due diversi tamponamenti nel giro di alcune ore hanno mandato in tilt l'autostrada A4: nella mattinata di ieri il traffico, in direzione Milano, ha pagato le conseguenze

dei due incidenti stradali avvenuti entrambi tra mezzi pesanti, con la strada che per diverse ore ha subito anche delle deviazioni.

Il primo è capitato tra i comuni di Pianiga e quello di Vigonza, in provincia di Padova. All'altezza del chilometro 369, due camion si sono tamponati. Secondo le prime ricostruzioni, il mezzo che viaggiava per primo avrebbe improvvisamente rallentato. Quello che lo se-

guiva non sarebbe riuscito a frenare in tempo, finendo per colpirlo. Il guidatore del secondo mezzo è rimasto lievemente ferito nell'urto. È stato medicato sul posto e portato in ospedale per gli accertamenti del caso. Subito dopo lo scontro tra i due camion sono cominciate le operazioni di pulizia della strada e la rimozione dei due mezzi danneggiati. Proprio le code che si sono formate in attesa che la strada fosse di nuovo libera, però, hanno causato un nuovo incidente, questa volta lungo il Passante di Mestre, nel comune di Mirano. Anche in questo caso si è trattato di un tamponamento tra due mezzi pesanti. In questo caso nessuno dei due guidatori è rimasto ferito, nemmeno lievemente. Ulteriori però sono stati i rallentamenti al traffico. Sulla strada è dovuta ritornare l'ambulanza, la pattuglia della polizia stradale e, insieme a loro, anche gli addetti per le operazioni di sgombero, assistenza e segnalazione dell'incidente. Il traffico è stato deviato: ai mezzi provenienti da Trieste è stata consigliata la deviazione sul percorso della superstrada Pedemontana Veneta. A quelli che si trovavano a Mestre, uscita per Mira-Oriago verso le Romea. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

SERIE C: LA POSTSEASON

Jolly, l'ultima qualificata Incrocio Salzano-Murano

MESTRE

Lab 23 Salzano, Jolly Santa Maria di Sala e Virtus Murano ai playoff, Mirano ai play-out e Leoncino Mestre retrocesso di in Divisione Regionale 1. Questi i verdetti della regular season nel girone F della Serie C.

Nel posticipo di lunedì sera il Jolly ha battuto il Basket Piani Bolzano (72-61), balzando al sesto posto (32 punti) e relegando gli altoatesini ai play-out (28), salvo Riese. I quarti di finale dei playoff proporranno il derby tra Salzano e Virtus Murano, che ha chiuso ottavo per

gli scontri diretti negativi con Schio, nella parte alta del tabellone si giocherà anche Cestistica Verona-Conegliano, mentre nella parte bassa il Jolly Santa Maria di Sala proverà a far saltare il fattore campo con Rovereto, l'ultimo accoppiamento è Roncaglia-Concordia Schio. Il Vetorix Mirano, quattordicesimo per gli scontri diretti negativi con il Guerriero Padova, entrerà in scena nel secondo turno dei play-out e incrocerà la perdente di Piani Bolzano-Guerriero Padova, mentre Mestrino affronterà la perdente di Albignasego-Marostica. — **M.C.**