



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

Sede legale: Via Po, 11 - 10034 CHIVASSO (TO)

Tel. +39 011.9176666

Sede amministrativa: Via Aldisio, 2 - 10015 IVREA (TO)

Tel. +39 0125.4141

www.aslto4.piemonte.it

P.I./Cod. Fisc. 09736160012

UFFICIO COMUNICAZIONE

Responsabile: dott.ssa Tiziana Guidetto

tel. 0125 414726 – 011 9176594

cell. 335 5812438

e-mail: tguidetto@aslto4.piemonte.it

COMUNICATO STAMPA

29 febbraio-6marzo: Settimana Mondiale 2016 per la Riduzione del Consumo del Sale.

Dal 2015 l'ASL TO4 ha aderito al progetto regionale "Con meno sale la salute sale"

Quest'anno la Settimana Mondiale per la Riduzione del Consumo del Sale è rivolta a sensibilizzare i consumatori sulla diffusa presenza di sale nascosto e sull'eccessivo consumo di sale fin dall'infanzia, sollecitando a una scelta consapevole di alimenti meno ricchi in sale attraverso la lettura dell'etichetta nutrizionale.

Nell'ASL TO4 è partito, dalla fine del mese di marzo del 2015, il progetto della Regione Piemonte "Con meno sale la salute sale". Progetto avviato grazie all'Intesa firmata il 13 marzo 2015 tra l'Assessorato Regionale alla Sanità e l'Associazione Regionale Panificatori del Piemonte, mirata alla produzione di pane a ridotto contenuto di sale.



L'Intesa prevede, da parte dei panificatori, l'impegno a ridurre gradualmente il contenuto di sale in tutto il pane prodotto (meno 5% all'anno per due anni) e a rendere disponibile,



www.regione.piemonte.it/sanita

almeno un giorno la settimana, una linea di pane senza sale o con contenuto di sale dimezzato, eventualmente anche prodotto con cereali meno raffinati, integrale o semintegrale. Il pane, infatti, specialmente se a basso contenuto di sale e se prodotto con farine integrali o meno raffinate, è un alimento salutare, con un apporto calorico contenuto e con un buon potere saziante, parte irrinunciabile della dieta mediterranea. Con questa Intesa i panificatori si impegnano a rispettare un disciplinare di produzione e a divulgare corrette informazioni di salute rendendole visibili nei loro esercizi.

Il Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN), le Nefrologie e Dialisi e la Dietetica e Nutrizione Clinica dell'ASL TO4, in contatto con le rispettive reti regionali, stanno promuovendo il progetto con diverse iniziative.

Sono stati svolti incontri di formazione per i panificatori e si è realizzata una sinergia con i medici di famiglia e i pediatri di libera scelta. Questi ultimi, infatti, sono stati informati del progetto tramite i Distretti e si sono, poi, effettuati momenti di incontro e confronto per ampliare la comunicazione e la diffusione dell'iniziativa e aumentare le motivazioni della popolazione.

Il SIAN, inoltre, si impegna a sostenere l'iniziativa anche nell'ambito delle proprie attività di promozione di una sana alimentazione rivolte alla scuola, alla prima infanzia, alla popolazione generale, e a suggerire agli enti pubblici e alla stessa ASL criteri di qualità finalizzati alla riduzione del sale e alla sperimentazione di linee di pane a ridotto contenuto di sale nelle mense collettive (ristorazione scolastica, mense degli ospedali).

Si ritiene, infine, importante la diffusione e la promozione del progetto da parte di tutte le persone che, a livello professionale e/o personale, credano in questa opportunità per "rendere facili le scelte salutari": il successo dell'iniziativa dipende molto, infatti, anche dall'interesse dei cittadini a richiedere e a provare queste nuove linee di pane.

Per informazioni sul progetto e adesioni da parte dei panificatori è possibile rivolgersi al SIAN dell'ASL TO4 (sede di Settimo Torinese telefono 011-8212363; sede di Ivrea telefono 0125-414712) o all'Associazione Panificatori di Torino (telefono 011-8170540 oppure 011-8170473). L'elenco dei panificatori aderenti, previo loro consenso, sarà inoltre reso pubblico attraverso i siti istituzionali.

Il crescente uso del sale nella produzione alimentare ha portato a un progressivo aumento dei consumi e allo sviluppo dell'attuale preferenza per i cibi salati, tanto che il consumo medio di sale giornaliero nella popolazione italiana si attesta intorno agli 11 grammi negli uomini e a 8 nelle donne, valori ben superiori ai 5 grammi al giorno raccomandati dall'OMS. Tuttavia, di questi 8/11 grammi solo una parte è naturalmente presente negli alimenti o è aggiunta dalle persone a tavola o nella preparazione degli alimenti, mentre la maggior parte è presente negli alimenti industriali o artigianali già pronti.

E' provato che il consumo abituale di sale è associato all'ipertensione arteriosa; secondo l'OMS, il 62% dei casi di ictus cerebrale e il 49% dei casi di cardiopatia ischemica sono attribuibili all'ipertensione arteriosa. Le malattie cardiovascolari, di cui l'ipertensione è tra i principali fattori di rischio, rappresentano la prima causa di morte per le persone sopra i 60 anni e la seconda per quelle tra i 15 e i 59 anni.

Il consumo di sale è associato anche ad altre patologie cronico degenerative, come i tumori dello stomaco e le malattie renali, e sembra favorire la calcolosi renale e lo sviluppo di osteoporosi. L'abuso di sale sembra, inoltre, incrementare il rischio associato all'obesità.

In Piemonte, l'ipertensione è riferita da circa un soggetto su cinque, aumenta con l'età ed è particolarmente diffusa tra i soggetti in eccesso di peso (34%) e con diabete (56%) (dati PASSI - Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia). Il ricorso ai farmaci per il trattamento è diffuso (77% delle donne e 71% degli uomini), ma l'ipertensione si può prevenire con comportamenti salutari (corretta alimentazione e attività fisica) e con un ridotto consumo di sale. Basta poco tempo per abituare il gusto a un'alimentazione con un basso contenuto di sale.

Una maggiore conoscenza dei rischi per la salute e una migliore capacità di scelta del consumatore sono fondamentali per condizionare scelte produttive e offerta di alimenti più salutari. L'intesa con i panificatori punta, quindi, a diffondere la cultura dell'alimentazione quotidiana come pratica di salute, sensibilizzando le persone al problema, e al contempo a offrire un'alternativa di scelta, aumentando la disponibilità di alimenti a basso contenuto di sale.

Si è scelto di intervenire sul pane perché, sebbene non sia oggi la maggior fonte di sale della nostra alimentazione, è un alimento consumato quotidianamente da tutti e un punto di partenza per migliorare l'alimentazione quotidiana. Piccole riduzioni di sale producono effetti importanti sulle singole persone e grandi benefici in termini di salute per la collettività con notevoli risparmi sui costi di cura. Altri Paesi che hanno avviato progetti simili riportano buoni risultati in pochi anni: nel Regno Unito, per esempio, l'assunzione media di sale si è ridotta del 15% dal 2001, con un guadagno stimato di 9.000 vite l'anno e un conseguente risparmio di costi annuale di circa 1,5 miliardi di sterline; l'iniziativa si è poi allargata ad altri prodotti di uso quotidiano in cui il contenuto medio di sale è stato ridotto in maniera consistente (meno 50% nei cereali per la prima colazione, 40% nei biscotti e prodotti di pasticceria e 25% nelle torte e sughi per la pasta).

Chivasso, 4 marzo 2016