

Con il contributo di



Con il patrocinio e il contributo di



Con il patrocinio di



In collaborazione con



Diamo  
*gusto*  
alla salute

Un progetto di



Carlo Poma

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Mantova

La ristorazione ospedaliera  
Curare con gusto  
Maria Chiara Bassi

# Ristorazione ospedaliera: duplice obiettivo

## Nutrizionale:

Esperienza di alimentazione  
buona equilibrata che possa  
favorire la guarigione

## Educativo:

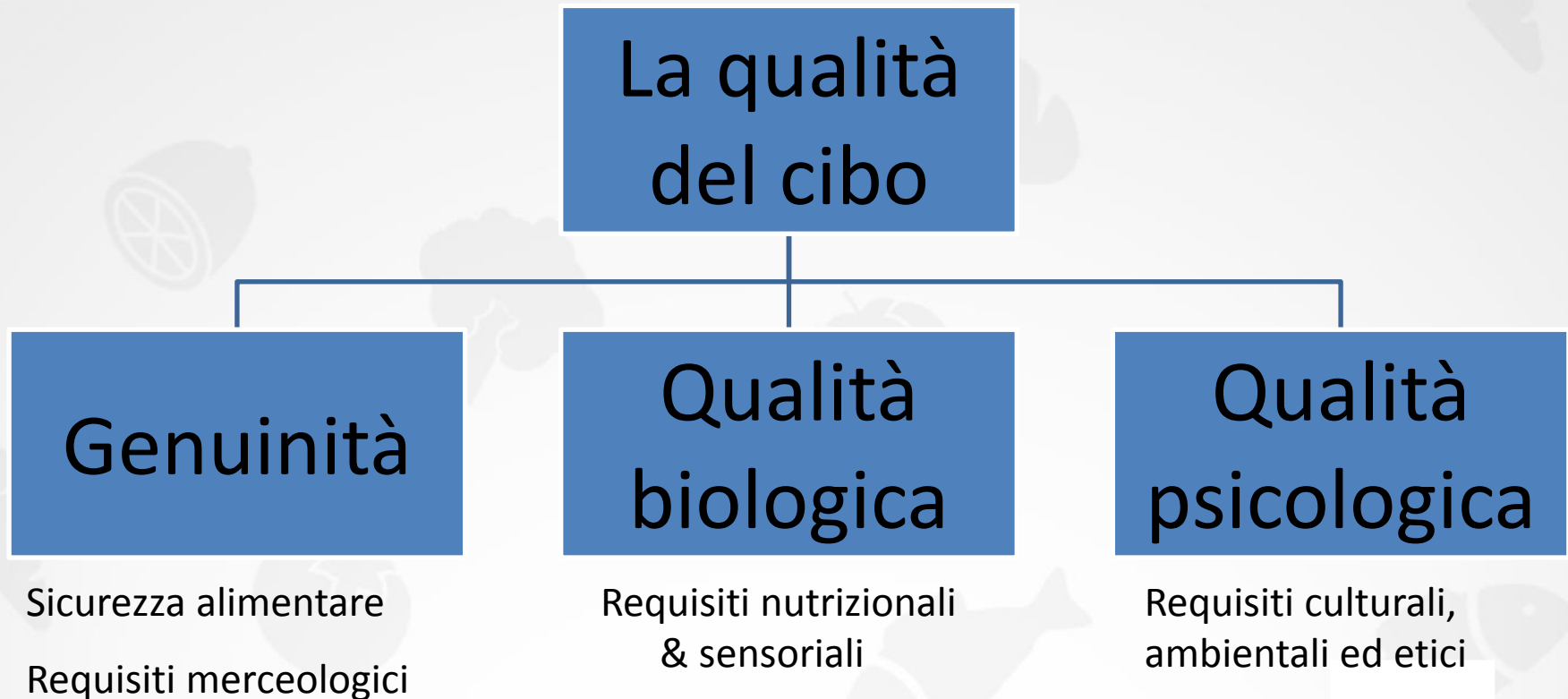
Trasmettere valori che  
possano persistere alle  
dimissioni

**Imparare a nutrire se stessi e promuovere la propria salute nel  
rispetto dell'ambiente e delle risorse del pianeta in un'ottica  
sempre più necessaria di  
alimentazione sostenibile**



EXPO 2015: *“Nutrire il pianeta- Energia per la vita”*

Orientato verso scelte che coniugano il binomio:  
“Promozione della salute – Promozione della qualità”



# ASST MANTOVA

- ATTENZIONE ALLA CURA
- ATTENZIONE ALLA NUTRIZIONE
- ATTENZIONE AL GUSTO
- ATTENZIONE ALLA PREVENZIONE TERZIARIA

# Perché il cibo può essere un supporto alla cura e sostenere la guarigione

- AGISCE SULL'INFIAMMAZIONE
- SUI FATTORI DI CRESCITA
- SULLA GLICEMIA, SULLA GLICAZIONE
- SUI PROBIOTICI INTESTINALI
- SUI PROCESSI DIGESTIVI
- SUGLI ORMONI
- SUL SONNO NOTTURNO

# COSA ABBIAMO FATTO

- RIVISTO MENU DIPENDENTI
- CREATO CULTURA ATTRAVERSO CORSI DI FORMAZIONE PER I DIPENDENTI
- RIVISTO I MENU DEI DEGENTI
- PENSATO A INCONTRI SETTIMANALI A GRUPPO PER LE ASSISTITE IN ONCOLOGIA
- PENSATO A PROGETTI SPECIALI
- RICERCA DELL'APPETIBILITA' CON UNO SCHEF STELLATO

# Riduzione dell'indice glicemico

- SONO SATI INSERITI CEREALI SEMIINTEGRALI
- PIU' PROTEINE VEGETALI
- RIVISTO ALCUNE RICETTE :
  - **eliminato il purè di patate preparato con fiocchi** formaggio burro e latte per sostituirlo con uno più leggero preparato a partire da patate brodo di verdura, olio extravergine di oliva, e formaggio
  - **sono state ridotte le patate,**
  - **il riso bianco** è stato sostituito con riso semi-integrale (dall'aspetto e dal sapore identico a quello bianco ma con un indice glicemico assai più basso), **sono stati introdotti altri cereali in chicco**
  - abbiamo cambiato la formulazione della minestra aggiungendo un cereale, il miglio il quale oltre ad avere un indice glicemico basso è di facile digestione, presenta fibra in quantità equilibrata, contiene una discreta quantità di proteine, vitamine, sali minerali è inoltre senza glutine adatto anche a pazienti con malattia celiaca.

# SECONDO IL WCRF:

- SONO STATI ELIMINATI I SALUMI
- Utilizzo esclusivo dell'olio extravergine di oliva per preparazioni e condimenti
- **RIDUZIONE DELLA CARNE IN FAVORE DEL PESCE**
- COSA DOBBIAMO ANCORA FARE:  
ELIMINARE LE BEVANDE ZUCCHERATE (THE) NELLA COLAZIONE DEL MATTINO  
LAVORARE SULLE MACCHINETTE



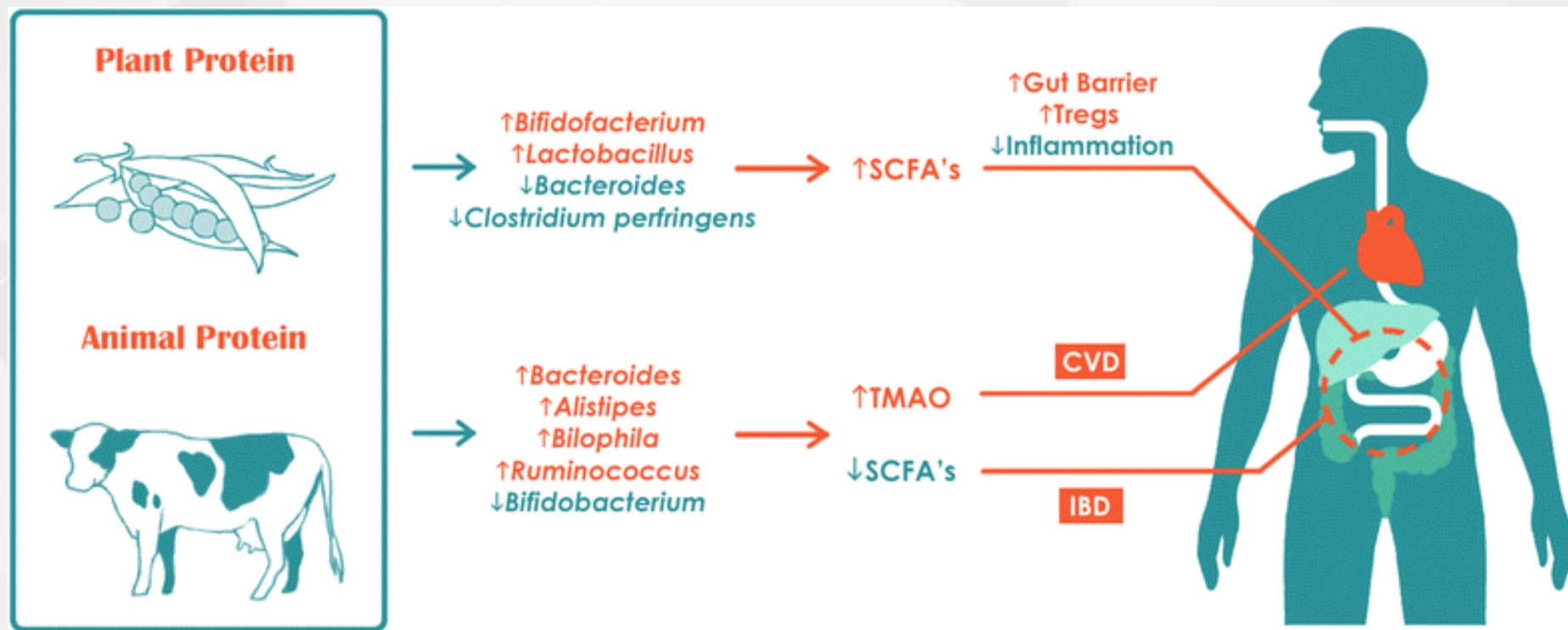
# RIDUZIONE DELLE PROTEINE ANIMALI

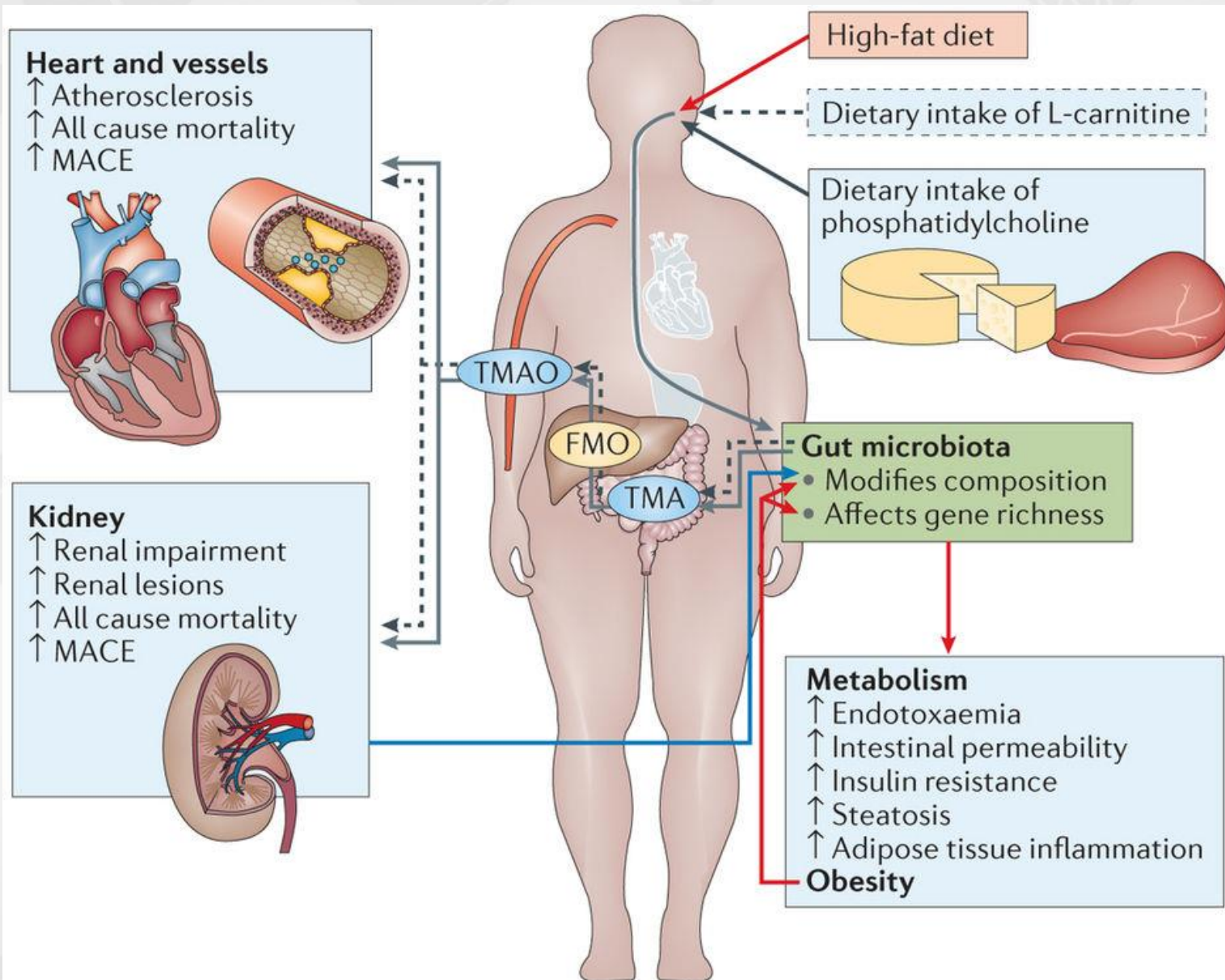
- **Eliminato la carne conservata**
- **Aumento dell'utilizzo di proteine vegetali:** in particolare legumi come alternativa al secondo: ci si è orientati ad associare i legumi ai cereali per il consumo di un piatto unico con verdure per un pasto equilibrato, ricco di fibra, digeribile e saziante.
- **Riduzione della carne rossa** inserendo pesce tutti i giorni, e utilizzando varietà di carne bianca compresa quella di coniglio.
- **Piu pesce**

# DIETA RICCA DI PROTEINE ANIMALI

Diamo gusto alla salute

## ALTERA IL MICROBIOMA E L'INFIAMMAZIONE



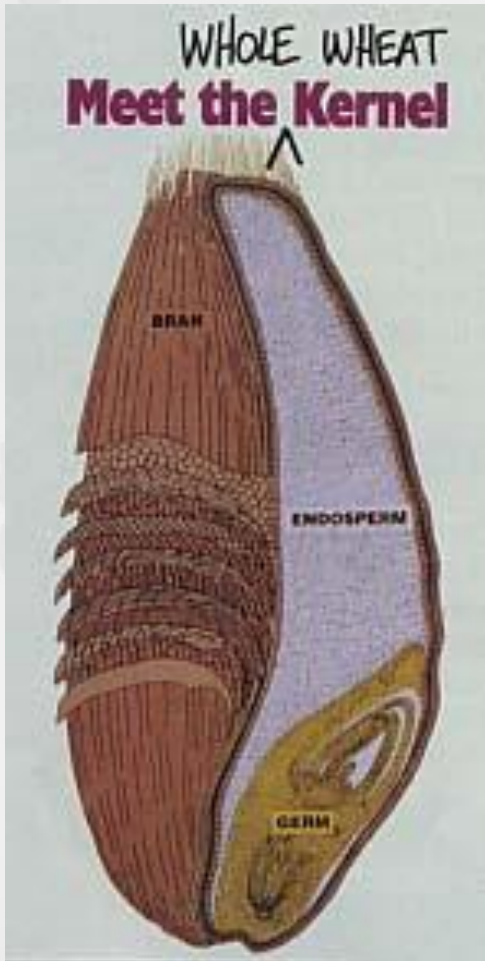


# Legumes

- Good source of proteins
- Also good source of vitamins, minerals,  $\omega$ -3 fatty acids and NSP
- Hypo-cholesterolemic properties of legumes protect against CVDs
- Contain tocopherols, flavonoids and isoflavonoids, which act as antioxidants.



# CEREALI INTEGRALI



## Whole wheat flour contains:

- 2 times more calcium & selenium
- 3 times more copper & phosphorus
- 4 times more potassium, zinc & fibre
- 6 times more magnesium
- 12 times more lutein & zeaxanthin
- 14 times more vitamin E



# Dietetico ospedaliero in collaborazione con la nutrizione clinica

- Dieta libera
- Dieta dedicata consigliata per stato di salute/malattia, protettiva e preventiva
- Dieta per condizioni speciali disfagia, rialimentazione...
- Dieta speciale

# COLLABORAZIONE E RICERCA CONTINUA

- CON CUOCHI E I RESPONSABILI DI CUCINA  
ANTONELLA E NICOLA
- CON LO CHEF LUCA MARCHINI
- CON LE DIETISTE
- CON IL PERSONALE DI REPARTO E LA  
RESPONSABILE AL CONFORT
- CON L'ECONOMATO
- CON L'AREA UFFICIO STAMPA, COMUNICAZIONE E  
URP

# Cosa abbiamo notato

La preoccupazione e' se IL PZIENTE NON mangia  
ma mai se mangia MALE...purchè mangi....

Deve essere fatto un lavoro di ricerca tra cuochi,  
materie prime infermieri per valorizzare il gusto  
e dare piacere ai cibi sani ma anche  
consigliare parlare e aiutare nella scelta pazienti  
parenti IN OSPEDALE E A CASA



# Esperienze correlate

- Gruppi settimanali in oncologia con assistite operate al seno
- Corso sul counselling breve nel dipartimento cardiotioracovascolare (con il gruppo di promozione della salute)
- Corso di formazione sulla corretta alimentazione a tutti i dipendenti 6 edizione di 8 ore ciascuno
- Corso di formazione dipendenti malattie infettive
- Progetti di ricerca confronto tra dieta mima digiuno e dieta mediterranea a parità di calorie durante la chemioterapia
- Collaborazione con l'Istituto Tumori per progetti di ricerca (diana web)
- Progetto con i dipendenti con la medicina del lavoro

# Collaborazione Area Ufficio Stampa, Comunicazione e Urp

- Campagna di comunicazione dall'ospedale alla popolazione
- Campagna di comunicazione interna per dipendenti

- «Prima di mangiare e bere l'uomo ha due cuori, dopo aver mangiato e bevuto ne ha uno» (Talmud babilonese, Bava Batra 12b)