



## QUANDO LA CURA COMINCIA A TAVOLA: IL MEDICO TRA SALUTE, ESERCIZIO FISICO E BUONA ALIMENTAZIONE

---

**Martedì 26 febbraio 2019**

Sala Conferenze  
Ordine Provinciale dei Medici-Chirurghi e degli Odontoiatri di Bologna  
Via Zaccherini Alvisi n. 4 – Bologna

### Relatori

- **Dott. Pino Donghi**  
Direttore Scientifico del Master Universitario in Comunicazione delle Scienze, dell'Economia e del Diritto – Libera Università di Lingue e Comunicazione di Milano
- **Dott. Menotti Calvani**  
Medico Chirurgo, Esperto in Scienza della Nutrizione Umana

*Nell'ambito dell'unitaria sessione formativa i relatori intervengono simultaneamente in forma dialogica negli ambiti di riferimento sottospecificati.*

### PROGRAMMA

17.45-18.00	Registrazione partecipanti
18.00-21.00	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Le carte in tavola: di cosa parliamo quando parliamo di dieta, esercizio fisico e salute</b> (Dott. M. Calvani)</li><li>• <b>Una dieta al giorno leva il medico di turno: come la comunicazione prova a sostituire l'attenzione della cura</b> (Dott. P. Donghi)</li></ul>
21.00-21.30	Questionario ECM e qualità percepita

Destinatari dell'attività formativa: Medici Chirurghi (Medico Generico e tutte le discipline); Odontoiatri

Crediti ECM attribuiti: n. 3

Posti disponibili: 60

Obiettivo formativo: la comunicazione efficace interna, esterna, con paziente

Responsabile Scientifico: Dott. Pino Donghi

Chiusura iscrizioni il 24/02/2019

Partecipazione gratuita previa iscrizione telematica sul sito [www.odmbologna.it](http://www.odmbologna.it)

Segreteria organizzativa: [ecm@odmbologna.it](mailto:ecm@odmbologna.it)

## **Abstract**

Che il mantenimento di un buono stato di salute dipenda anche dalla corretta alimentazione e dall'esercizio fisico è acquisizione che si da per scontata, sia nel discorso quotidiano che in quello delle conoscenze mediche. Ma le ovvietà, spesso, si fermano a questo primo, elementare livello di condivisione.

L'irriducibile unicità di ogni individuo rende problematica la prescrizione (spesso auto prescritta) di un regime dietetico che sarebbe buono per tutti e a prescindere. Nello stesso momento in cui si discute e ci si orienta verso una sempre più mirata personalizzazione delle cure, ci troviamo a confrontarci con ricette nutrizionali di tipo universale.

Questo individuo, poi – volendo appoggiarsi ad una metafora automobilistica – si è selezionato come un'utilitaria capace di durare nel tempo, sviluppando evolutivamente la capacità di autoriparazione dei pezzi, di quelli che servono, e con la diversa energia che è necessaria ad ogni tagliando.

Unicità, autoriparazione, movimento: non è pensabile che qualsiasi regime dietetico prescindere da una specifica quantità e qualità di esercizio fisico. Che rapporto c'è tra il livello di colesterolo – la bestia nera di ogni dieta – e i polimorfismi genetici e il movimento? Perché intorno ai 5 anni e poi nella pubertà cambia drammaticamente il rapporto tra peso del cervello e quantità di energia consumata?

Infine si fa un gran parlare di nutraceutici, integratori, probiotici: quali sono gli aspetti regolatori da considerare? Si tratta di sostanze autorizzate?

Un incontro per capire analizzare insieme le proposte dietetiche più pubblicizzate e comuni, le insidie dell'autoprescrizione, i rischi dei consigli giornalistici; per scoprire il ruolo di nuovi "organi" come il micro bioma, le caratteristiche dei soggetti che scelgono regimi dietetici esclusivi, l'importanza di fattori sottostimati come la disidratazione, e anche per comprendere il significato di luoghi comuni del discorso sull'alimentazione e l'esercizio fisico.