Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 1166 del 15/05/2021

Coerenza tra i messaggi di promozione della salute e l’offerta dei prodotti

In Apss nuovi distributori di bevande e cibi salutari

La salute si conquista innanzitutto a tavola – attraverso una sana ed equilibrata alimentazione – e facendo attenzione anche alle piccole cose, come le pause di lavoro, quando si tende a cedere alla tentazione di snack e bevande non proprio salutari. L’Azienda provinciale per i servizi sanitari è da sempre impegnata nella promozione della corretta alimentazione, ma non sempre questo impegno porta i frutti sperati perché le affermazioni della scienza a volte non bastano a indurre un cambiamento nello stile di vita. Per questo è importante agire anche sul contesto in cui si lavora, che spesso incide negativamente sull’alimentazione. In uffici, scuole, università ma anche ospedali abbondano distributori automatici pieni di cibi e bevande ad alto contenuto energetico, di zucchero e/o di sale, ma di scarso o nullo valore nutrizionale. A differenza di altre realtà, Apss non può avere una posizione neutrale rispetto alla salubrità dei prodotti offerti all’interno delle proprie strutture – anche per una questione di coerenza tra i messaggi di promozione della salute e il contesto e le prassi aziendali – e ha quindi deciso di modificare l’offerta dei propri distributori automatici con una nuova proposta di snack biologici, dal giusto apporto calorico e a km zero. Le bevande zuccherate sono state eliminate e i distributori di bottigliette d’acqua sono stati affiancati da distributori di acqua alla spina. I nuovi prodotti sono già in distribuzione da marzo nelle strutture periferiche di Apss e andranno progressivamente a sostituire i vecchi prodotti in tutte le strutture.

Secondo l’Organizzazione mondiale della sanità, l’apporto calorico derivante dallo zucchero non dovrebbe superare il 10% dell’apporto giornaliero complessivo (meglio sarebbe se si mantenesse inferiore al 5%). Partendo da un apporto calorico medio giornaliero di 2mila calorie, quello derivante da zucchero non dovrebbe quindi superare le 200 calorie, che corrispondono a circa 50 grammi di zucchero (10% delle calore complessive). Meglio ancora se il consumo si mantenesse al di sotto dei 25 grammi (5% delle calorie complessive). Una lattina di bevanda zuccherata (330ml) tipo Cola non ha nessun valore dal punto di vista nutrizionale ma contiene, secondo il produttore, mediamente 139 calorie e 35 grammi di zucchero. In altre parole bevendo una sola lattina si eccede di 10 grammi la raccomandazione più cautelativa e si consuma in ogni caso già il 70% della quantità giornaliera massima consentita. Per quel giorno al consumatore rimarrebbero solo altri 15 grammi, la quantità contenuta in tre cucchiaini. In sostanza, consumando anche una sola lattina di bevanda zuccherata risulta molto difficile rispettare le indicazioni date dalle istituzioni internazionali sull’apporto massimo di zuccheri.

In occasione di una sperimentazione di cinque mesi avvenuta diversi anni fa in due strutture del Centro servizi sanitari l’eliminazione della vendita di bevande zuccherate ha evitato l’erogazione di 1213 lattine di bevande zuccherate, corrispondente a circa 43kg di zucchero e 168.607 calorie non erogate.

Mangiare sano allunga la vita e aggiunge vita agli anni guadagnati. I nuovi distributori automatici rappresentano quindi un piccolo ma importante passo per promuovere la salute del personale e dei cittadini

che frequentano a vario titolo le strutture sanitarie, in coerenza con il mandato di Apss di struttura del Servizio sanitario provinciale destinato alla promozione, al mantenimento e al recupero della salute fisica e psichica della popolazione.

()