

Progetto "pesce e salute" contro i rischi cardiovascolari

San Daniele: l'iniziativa è sostenuta dall'Ue

SAN DANIELE. Il 9 febbraio alle 20,30 nella sala convegni del Monte di Pietà a San Daniele sarà presentato il progetto "Pesce e salute", riguardante l'effetto di una dieta ad alto contenuto di grassi polinsaturi della serie omega 3 sui fattori minori di rischio cardiovascolare in pazienti affetti da ipertensione arteriosa.

Il progetto, gestito dalla "S.O.S. di Cardiologia" dell'ospedale Sant'Antonio di San Daniele diretta dal dottor Lucio Mos e dalla clinica medica dell'Università di Udine diretta dal professor Leonardo Sechi, è finanziato dall'Unione europea e dalla Regione. A breve interesserà numerose persone che potranno misurare su loro stesse i benefici di una dieta corretta.

Il convegno, organizzato in collaborazione con l'Andi di San Daniele, la Comunità collinare del Friuli e il Comune di San Daniele, sarà moderato dal dottor Lucio Mos, primario della cardiologia sandanielese e da Cristiana Catena della clinica medica dell'Università di Udine. Comincerà con una presentazione del dottor Gianluca Colussi, che parlerà dell'importanza del pesce nell'alimentazione e presenterà i risultati di uno studio effettuato nella clinica

medica di Udine sugli effetti degli omega 3.

Seguirà la presentazione vera e propria del progetto che prevede che un gruppo di pazienti integri la propria alimentazione con tre pasti settimanali a base di pesce. I partecipanti saranno sottoposti a vari esami ematochimici con particolare riguardo all'assetto lipidico e alla coagulabilità del sangue e all'ecodoppler per la valutazione dell'elasticità delle arterie: gli esami saranno ripetuti dopo sei mesi di dieta per verificare gli effetti positivi derivati dall'introduzione nella stessa di pesce.

"Sappiamo che l'aggiunta di omega 3 alla dieta - dice il dottor Lucio Mos - ha un effetto positivo sulla mortalità e morbilità dei pazienti con cardiopatia, sappiamo che i popoli che si cibano unicamente di pesce hanno una minor prevalenza di malattie cardiovascolari. La sfida che sta alla base di questo progetto è quella di fare stare meglio i nostri pazienti modificando la loro dieta ovvero aggiungendo tre pasti settimanali a base di pesce». Nell'ambito del progetto, saranno organizzati anche dei corsi di cucina per facilitare l'utilizzo del pesce, sia fresco sia lavorato. (r.si.)