

A PROPOSITO DI DIETA

Un problema importante per l'infartuato o per chi è portatore di una iperdislipoproteinemia è l'alimentazione che spesso deve essere completamente corretta e, perciò, modifica bruscamente le abitudini ed impone alla famiglia o una doppia cucina o cibi poco appetibili per tutti.

La dieta "corretta" dovrebbe essere osservata per sempre. Ciò di solito non avviene per più motivi: la scarsa appetibilità, la monotonia, l'insufficiente volume dei cibi, l'impossibilità di coinvolgere l'intero nucleo familiare in una siffatta dieta ed il peso organizzativo di una cucina complessa e spesso doppia (per il paziente e per gli altri).

Il problema è stato affrontato fin dal 1978 da Patrizia Corbellini e da M. Teresa Nobile le quali hanno allestito una serie di "ricette" per i pazienti del Centro per la Riabilitazione del Cardiopatico di Udine.

Le ricette sono riuscite a realizzare il più felice compromesso fra il gusto, la digeribilità, la povertà di grassi animali, la varietà e la possibilità pratica di confezionare questi cibi per l'intera famiglia, senza richiedere un impegno culinario e finanziario superiore a quello abituale per la famiglia media italiana.

Queste ricette, che ovviamente prescindono dall'aspetto quantitativo, sono state adottate da molti pazienti ed hanno sempre ottenuto ampio successo.

Giorgio Maisano
Primario Cardiologo