



ATTENDE SANITARIA LOCALE DI FOGGIA

**SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE  
REGIONE PUGLIA  
AZIENDA SANITARIA LOCALE DELLA PROVINCIA DI FOGGIA**

**Dipartimento di Prevenzione  
Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**

**Seminario per la presentazione della  
Edizione 2019-2020 del MED-FOOD ANTICANCER PROGRAM**



**giovedì 26 settembre 2018 dalle ore 17,00 alle ore 19,00**

**presso**

**la Sala della Ruota di Palazzo Dogana  
Piazza XX Settembre a Foggia**

### **Programma preliminare**

#### **Apertura dei lavori ed introduzione**

Dott. Vito Piazzolla, Direttore Generale ASL FG

#### **Indirizzi di salute**

Dott. Nicola Gatta, Presidente della Provincia di Foggia

Dott. Luigi Urbano, Direttore Dipartimento di prevenzione ASL

#### **Relazione**

Dott. Michele F. Panunzio, Direttore SIAN ASL FG

#### **Interviene**

Chef Peppe Zullo, testimonial del Med-Food

**Il seminario è aperto a tutti e la partecipazione è gratuita.  
Durante il Seminario sarà possibile iscriversi ai Corsi di Base, Intermedio ed Avanzato.**

**Edizione 2019-2020 Med-Food Anticancer Program**  
**Corsi: Base, Intermedio e Avanzato**



Il Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione della ASL FG organizza il **Corso Base, Intermedio e Avanzato** dell'edizione 2019-2020 del **"MED-FOOD ANTICANCER PROGRAM"**.

**BACKGROUND**

Molteplici evidenze scientifiche hanno dimostrato che le raccomandazioni contenute nel rapporto 2018 "Food, Nutrition, Physical Activity and The Prevention of Cancer", curato dal World Cancer Research Fund e dal American Institute for Cancer Research (WCRF/AICR) e le linee-guida del Codice Europeo Contro il Cancro sono efficaci nella prevenzione primaria dei tumori e in quella delle recidive; mentre, altre ricerche hanno trovato che la mancanza di aderenza a tali raccomandazioni, sia per la dieta che per lo stile di vita, debba essere considerata un determinante nell'incidenza del cancro.

**OBIETTIVI**

**Obiettivo generale:** La finalità del MED-FOOD ANTICANCER PROGRAM è quella di promuovere l'aderenza alle linee guida internazionali contenute nel rapporto "Food, Nutrition, Physical Activity and The Prevention of Cancer" 2018, curato dal World Cancer Research Fund e dall'American Institute for Cancer Research (WCRF/AICR) e nel Codice Europeo Contro il Cancro al fine di prevenire i tumori. In particolare di conseguire un cambiamento positivo nelle abitudini alimentari, mediante l'incremento del consumo abituale di frutta, verdura, legumi e pesce, e la diminuzione dei cibi spazzatura e delle bevande zuccherate e di promuovere l'attività motoria (> 10.000 passi al giorno o MET equivalenti).

**Obiettivi specifici:**

- Incrementare significativamente il consumo di cereali integrali, legumi, verdure, semi e frutta.
- Diminuire significativamente il consumo di prodotti di origine animale, grassi saturi, zuccheri e farine raffinate.
- Promuovere il consumo di alimenti secondo il principio:
  - della stagionalità
  - della filiera corta
- Promuovere l'attività motoria (> 10.000 passi al giorno o MET equivalenti)

## ARTICOLAZIONE

Il Med-Food Anticancer Program è articolato in tre Corsi successivi: base, intermedio ed avanzato.

**Il Corso Base** consta di 11 incontri della durata di circa un'ora a settimana e verte su argomenti di prevenzione nutrizionale dei tumori, quali:

- 1° incontro – Dalle evidenze scientifiche al Med-Food
- 2° incontro – Epidemiologia dei tumori
- 3° incontro – L'alimentazione e la patologia tumorale
- 4° incontro – Gli Alicamenti
- 5° incontro – Il normopeso e la gestione del peso corporeo
- 6° incontro – La nutrizione per i sopravvissuti e durante le terapie oncologiche
- 7° incontro – L'attività motoria
- 8° incontro – I modelli alimentari
- 9° incontro – La Resilienza comportamentale
- 10° incontro – La verifica di apprendimento delle nozioni di base
- 11° incontro – La Resilienza Cognitiva

**Il Corso Intermedio** è destinato a chi ha frequentato il Corso di Base e consta di 8 incontri, della durata di circa un'ora a settimana, i quali vertono sul consolidamento delle nozioni base della prevenzione nutrizionale dei tumori e sulle strategie cognitive comportamentali per modificare il proprio stile di vita.

**Il Corso Avanzato** è destinato a chi ha frequentato il Corso Intermedio, dura per sempre e gli argomenti vertono sul costante aggiornamento circa i lavori pubblicati in letteratura scientifica sulla prevenzione nutrizionale delle malattie cronic-degenerative, con un focus specifico per i tumori.