

Professionisti delle diete

Per prescriberle servono tanti anni di studi specifici. Ecco chi può farlo e di chi bisogna diffidare

Troppe dicerie dietetiche, diete strampalate, furberie nutrizionali popolano non solo il web ma l'immaginario collettivo! L'invadenza di internet e della smania di guadagnare ad ogni costo permette poi a chiunque di autocelebrarsi esperto in consigli dietetici. Partiamo quindi dal chiarire le differenze tra le diverse figure professionali abilitate a prescrivere interventi nutrizionali.

IL NUTRIZIONISTA è colui che ha conseguito la Laurea Magistrale in Scienze Biologiche (anni di studio 5) ed è iscritto all'Albo Professionale. Il nutrizionista Specialista in Scienza dell'Alimentazione ha vinto anche un concorso universitario che gli ha permesso di seguire un corso specialistico post laurea di 5 anni che gli conferisce la qualifica di Specialista in Scienza dell'Alimentazione (anni di studio 10). Attenzione, perché alcuni furbi scrivono "nutrizionista spec. in scienze della nutrizione", dicitura che approfitta dell'equivoco circa il termine "spec." che, in questo caso, indica il titolo degli ultimi due anni del corso di laurea. Pertanto, identifica un nutrizionista generico che avrebbe voluto essere specialista.

IL MEDICO che elabora diete ha conseguito la laurea in Medicina e Chirurgia (anni di studio 6). Il medico specialista in Scienza dell'Alimentazione è laureato in Medicina e Chirurgia e ha vinto un concorso universitario che gli ha permesso di seguire un corso specialistico per laureati di 4 anni, che gli ha conferito la qualifica di Specialista: pertanto, può definirsi "dietologo" (anni di studio 10).

IL DIETISTA è colui che ha conseguito la laurea sanitaria triennale in Dietistica e può elaborare diete solo su prescrizione medica (anni di studio 3).



Monica Cimino Nutrizionista, Specialista in Scienza dell'Alimentazione, dottore di Ricerca in Biologia Cellulare e Molecolare. Esperta di Obesità Infantile e Disturbi Alimentari, svolge attività di ricerca presso la Seconda università di Napoli SUN. I suoi contatti sono: cimino.nutrizionista@gmail.com, il sito è www.moniacimino.it



IL NATUROPATA, invece, è una figura professionale non riconosciuta: si tratta infatti di una persona a cui non è richiesto alcun titolo inerente le scienze mediche. Può essere un operatore del settore estetico, un personal trainer, un avvocato, un filosofo o chiunque altro appassionato della materia che abbia seguito un corso privato di Naturopatia (anni di studio ufficiali: 0).

La legge dice che naturopati, farmacisti e qualsiasi altra figura professionale diversa da quelle sopra elencate non è autorizzata ad elaborare diete. Tra le figure professionali abilitate però, non dovrebbero esserci polemiche sterili, in quanto ognuna di esse può essere in grado di valutare le necessità di intervento nutrizionale di un paziente. Conoscere le differenze di percorsi formativi può aiutare a capire chi si ha dinanzi, anche se il titolo di studi conseguito non è il solo parametro che può determinare la qualità dello specialista che scegliete.

Il mio consiglio perciò è di scegliere il professionista capace di instaurare un buon rapporto con il paziente, di capire le sue esigenze, di saperle ascoltare e di individuare le vere necessità di intervento nutrizionale e comportamentale finalizzate a rendere il paziente autonomo nella gestione della propria alimentazione. E, cosa più importante, diffidate in ogni caso dei non professionisti e di chiunque prometta risultati facili e miracolosi!