

## Prevenzione a tavola: la nuova campagna Asbi per ragazzi e donne in gravidanza

**Pubblicato:** Lunedì 25 Ottobre 2021



Ottobre è il Mese nazionale della spina bifida e Asbi (Associazione Spina Bifida Italia) dal 1989 accanto alle persone con Spina Bifida e ai loro familiari anche quest'anno propone una [campagna di sensibilizzazione al motto di "Io folico e tu?"](#)

Oggi, lunedì 25 ottobre, in occasione della **Giornata mondiale della Spina bifida e Idrocefalo**, la Campagna parte dal **lancio di un nuovo Calendario illustrato per il 2022, con focus sugli alimenti più ricchi di folati e pillole sulle loro caratteristiche e il migliore utilizzo a tavola.**

La Spina Bifida è una malformazione congenita del midollo spinale che insorge durante i primi mesi di gravidanza comportando disabilità motorie e funzionali a carico di diversi organi e apparati. È una patologia altamente invalidante per chi ne è affetto, con ricadute importanti su tutto il nucleo familiare. Attualmente guarire dalla Spina Bifida non è possibile, ma **si può fare molto sia per migliorare la qualità della vita di chi ne soffre, sia per prevenirla.**

Asbi non solo opera sul campo ogni giorno per migliorare la qualità di vita delle persone con Spina bifida e per garantirne i diritti, ma mette in gioco tutte le sue forze per informare e **formare la comunità sugli strumenti tangibili che ciascuno ha per prevenire patologie altamente invalidanti** come i Difetti del tubo neurale, in particolare la Spina bifida. E **questi strumenti sono l'acido folico, un'alimentazione ricca di folati e uno stile di vita sano.**

Così anche quest'anno Asbi si fa promotrice di una campagna nazionale di prevenzione che vuole porre

l'accento sull'importanza di avere **una consapevolezza alimentare che parte dalla conoscenza dei prodotti fino ad arrivare al loro utilizzo in cucina e alla loro corretta conservazione**, perché ci regalino tutti i loro preziosi nutrienti.

Ottobre è il mese scelto anche nel 2021 per informare, approfondire e sensibilizzare sull'importanza dell'assunzione dell'acido folico e di **un'alimentazione che utilizzi cibi ricchi di folati**, per le donne in età fertile, per i giovani e per la cittadinanza tutta, coinvolgendo e ponendo l'accento sul ruolo fondamentale che ha la comunicazione degli operatori sanitari coinvolti e delle istituzioni. La campagna, che durerà un anno, si avvale della collaborazione scientifica dell'Istituto superiore di sanità e ha ottenuto numerosi patrocini da enti e associazioni operanti nel settore. L'iniziativa è stata anche premiata con una medaglia dal Presidente della Repubblica Sergio Mattarella, a testimonianza del valore civile e umano che rappresenta.

«La prevenzione è un tema che ci sta molto a cuore – commenta la presidente di Asbi **Maria Cristina Dieci** – sono ormai diversi anni che l'associazione è in prima fila nel panorama italiano e internazionale per promuovere attività ed eventi volti a diffondere il messaggio dell'importanza della prevenzione. È fondamentale diffondere la cultura di una corretta alimentazione, che parte dalla conoscenza delle materie prime fino ad arrivare al loro utilizzo sulle nostre tavole e alla loro conservazione. La Campagna nazionale 2021/2022 è un grande progetto, risultato del lavoro in squadra di diverse professionalità, enti e associazioni, basata sulla comunicazione e sulla diversificazione dei messaggi, per arrivare a tutti, a partire dai nostri ragazzi tra i banchi di scuola. Tante attività e tanti progetti che ci accompagneranno in un anno all'insegna della prevenzione».

Appuntamenti sul web con pubblicazioni di video interviste di esperti e approfondimenti su tematiche legate alla prevenzione, un Calendario illustrato dedicato agli alimenti più ricchi di folati che sarà acquistabile con una donazione a sostegno delle attività, un progetto per le scuole, per gettare solide basi per la crescita di adulti consapevoli, la collaborazione con una catena della grande distribuzione alimentare per diffondere capillarmente le informazioni sui prodotti ricchi di folati.

E ancora: una pagina sul sito dell'Associazione dedicata a tutte le attività della Campagna, ricette, creazione di una PWA, un Convegno di chiusura lavori. Un anno ricco di iniziative e progetti dedicati alla prevenzione! Perché informare è importante e la conoscenza è la chiave per una vita migliore!

Per approfondimenti [www.spinabifidaitalia.it](http://www.spinabifidaitalia.it) oppure [segreteria@spinabifidaitalia.it](mailto:segreteria@spinabifidaitalia.it).

di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)