Gruppo di studio Cibo e Diabete
Associazione Medici Diabetologi- Regione Lazio

"La diabetologia incontra i futuri chef: la prevenzione a tavola" evento finale 27 -05-2026

Un progetto promosso dal gruppo di studio "CIBO e DIABETE" dell'Associazione Medici Diabetologi della regione Lazio, per educare le nuove generazioni — e in particolare i futuri chef — a un'alimentazione sana e consapevole, con l'obiettivo di prevenire obesità, diabete e malattie cardiovascolari.

Perché nasce il progetto

Negli ultimi anni, l'aumento di sovrappeso e obesità — anche tra i più giovani — rappresenta una delle principali sfide per la salute pubblica.
In Italia, e anche nel Lazio, si osservano abitudini alimentari scorrette e uno stile di vita sempre più sedentario, fattori che favoriscono l'insorgenza di patologie croniche come il diabete.
Per questo diventa fondamentale intervenire a partire dalla scuola, formando chi un domani avrà un ruolo diretto nella preparazione del cibo: gli chef.

Obiettivi

Il progetto punta a:

- Promuovere la dieta mediterranea come modello di riferimento
- Migliorare le abitudini alimentari dei giovani
- Formare futuri chef capaci di creare menù sani e bilanciati, adatti anche a persone con diabete, ma "stellati"
- Rafforzare il ruolo della scuola come luogo di educazione alla salute

A chi si rivolge

L'iniziativa è destinata agli studenti delle classi quinte degli istituti alberghieri del Lazio, futuri professionisti della ristorazione chiamati a coniugare gusto e salute.

Il ruolo degli esperti

Il progetto è guidato da un Team Diabetologico composto da medici, dietisti e nutrizionisti, che si occupano di:

- spiegare cos'è il diabete e come prevenirlo
- insegnare a riconoscere gli errori alimentari
- promuovere stili di vita sani

- fornire strumenti per costruire menù equilibrati, senza compromettere la presentazione e il risultato

Le fasi del progetto

1. Ideazione del menù

Gli studenti elaborano un primo menù adatto a persone con diabete, utilizzando le conoscenze già acquisite a scuola.

2. Valutazione degli esperti

Dietisti e nutrizionisti analizzano i menù e selezionano il migliore per ogni istituto.

3. Incontro formativo nelle scuole

Un team di specialisti incontra gli studenti in aula per:

- discutere i menù proposti
- spiegare i principi della nutrizione e della prevenzione
- fornire indicazioni pratiche per migliorare le proposte

4. Rielaborazione

Dopo la formazione, le classi selezionate elaborano un nuovo menù, applicando le conoscenze apprese.

5. Evento finale

Il progetto si conclude con una **sfida culinaria che si svolgerà il 27/05/2026**:

- gli studenti realizzano un piatto in tempo reale
- una giuria (medici, chef e paziente) valuta sia il piatto sia il menù
- vengono premiate le migliori tre classi

La giuria sarà composta dai componenti del gruppo Cibo e Diabete (Team Diabetologico)e da 2 Chef Stellati

Un punto di forza del progetto è la sede di svolgimento della sfida finale, l'evento si svolgerà, infatti, presso ISPEOA TOR CARBONE. Oggi la sede centrale dell'Istituto è situata nel parco dell'Appia Antica, in Via di Tor Carbone, collocata in tre distinti edifici che hanno una lunga storia: furono infatti la dimora di Rossellini e di Ingrid Bergman, convertita in seguito in un istituto gestito da suore, che vi insegnavano cucito e solo più tardi sede dell'alberghiero, con annesso il Convitto

Durata

Il progetto si svolge tra **febbraio e 27 maggio 2026**, con incontri nelle scuole e un evento conclusivo finale.

Un progetto che guarda al futuro

Questa iniziativa unisce medicina, scuola e cucina con un obiettivo concreto: formare professionisti della ristorazione capaci di contribuire alla salute della

società, partendo dalla tavola ed offrendo l'opportunità di un menù "stellato" ma sano.

SCUOLE ADERENTI AL PROGETTO:

- I.P.S.S.E.O.A Tor Carbone, Roma
- I.P.S.S.E.O.A Gioberti, Roma
- I.P.S.S.E.O.A. "via A. De Gasperi, 8", Palombara Sabina
- I.P.S.S.E.O.A. Sulpicio, Veroli
- I.P.S.S.A.R. Tognazzi, Velletri

COMPONENTI DEL GRUPPO CIBO E DIABETE AMD REGIONE LAZIO:

Componenti Medici

Paola D'Angelo (Coordinatrice del Gruppo - Ospedale Sandro Pertini)

Natalia Visalli (Presidente AMD Regione Lazio – ASL Roma 1)

Vittoria Bonato (Referente CDR)

Laura Borgognoni (Policlinico Casilino)

Sabrina Braucci (Nuova Itor)

Lina Lardieri (Asl Roma 1)

Maria Cristina Trotta (Ospedale Pertini)

Componenti Dietisti

Abbruzzese Santina (Ospedale Pertini)

Altomare Maria (Ospedale Pertini)

Silvia Carletti (Ospedale Pertini)

Sabrina Coen

Federico Properzi (Asl Roma 1)

Claudia Righini (Asl Roma 1)

Sara Rossi (Asl Roma 1)