

## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

---

### 1. Buona pratica

Corso "Promozione di una alimentazione corretta e attività fisica" aperta a tutti i dipendenti .

### 2. Titolo BP

Promozione per una sana e corretta alimentazione .

### 3. Anno di riferimento

2016

### 4. Luogo di lavoro (nome azienda; sede; tipologia di azienda)

- **Nome azienda:** ASST Bergamo Ovest
- **Sede:** Presidi di Treviglio e di Romano di Lombardia
- **Tipologia di azienda:** Azienda Socio-Sanitaria Territoriale

### 5. Referente per la Buona Pratica

- **Nome:** Arch. Baiettini Genny
- **Ruolo:** R.S.P.P.
- **Telefono:** +39 0363/424614
- **Email:** genny\_baiettini@asst-bginvest.it

### 6. Dati di contesto (N. lavoratori, tipologia, caratteristiche della sede, dell'attività, degli addetti...)

Presidi Ospedalieri con 1463 dipendenti ; operatori sanitari e amministrativi, operanti su turni o su giornata .

### 7. Obiettivi

- Migliorare il livello di salute nell'ambiente del lavoro e della vita sociale ;
- Rendere i dipendenti dell'Azienda buoni testimonial e migliori promotori di stili di vita salutari presso i cittadini/utenti/familiari .

### 8. Descrizione delle attività realizzate e analisi di processo

Gli Ospedali di Treviglio e di Romano di Lombardia hanno implementato una iniziativa formativa, effettuando il corso :  
Promozione di una sana e corretta alimentazione e dell'attività fisica .

I cui docenti sono :

- Arch. Baiettini Genny (R.S.P.P.)
- Sig. Pedrini William (Dietista Coordinatore)
- Dr. Poerio Carmine (Dirigente Medico)
- Dr.ssa Teri Grazia Chiara (Biologa Nutrizionista)

Programma del corso di formazione, distinto in due giornate :

1° giornata (3 ore):

- Presentazione iniziative WHP, aggiornamenti e finalità ;
- Stile di vita: attività fisica, corretta alimentazione, peso ideale e B.M.I. ;
- Esercitazione BMI e impedenziometria ; LARN 2012 pesi e misure e rilevazione dei valori antropometrici dei partecipanti ;

## **DESCRIZIONE BUONA PRATICA**

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

---

- 2° giornata (3 ore):
- Alimenti dalla A alla Z ;
  - Dalle linee guida alla realtà del piatto ;
  - Preparazione di n°3 ricette con relativa discussione e assaggio ;
  - somministrazione test apprendimento e customer satisfaction .

La parte “teorica” del corso si è svolta in aule dedicate alla formazione .

La parte “pratica” del corso si è svolta negli spazi della mensa aziendale, permettendo l'utilizzo di apparecchiature e attrezzature (piastre elettriche, strumenti e accessori vari da cucina) .

### **9. Attività di comunicazione e strategie per favorire la partecipazione dei lavoratori**

Locandina informativa del corso di formazione pubblicata sul portale aziendale (sezione Formazione) .

### **10. Budget e costi**

/

### **11. Strategie adottate per garantire la sostenibilità a medio-lungo termine**

/

### **12. Valutazione dei risultati**

- **N. dipendenti coinvolti:** 60 dipendenti ;
- **Gradimento:** elevato, con richieste dai partecipanti di riorganizzare corsi simili ;
- **Eventuali miglioramenti misurati:** dichiarazione da parte del personale di aver acquisito maggiori informazioni in campo alimentare ;

### **13. Altri riferimenti, contatti e suggerimenti per replicare l’iniziativa**

/

### **14. Allegati (documenti, foto, brochures...)**

- Fotografie
- Brochures



## **DESCRIZIONE BUONA PRATICA**

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5



## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5





## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5



## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5





## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

---



## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

**PROMOZIONE DELLA SALUTE  
NEGLI AMBITI LAVORATIVI  
(WHP)**



**PROMOZIONE PER UNA SANA  
E CORRETTA ALIMENTAZIONE**

Sistema Socio Sanitario  
**Regione  
Lombardia**  
ASST Bergamo Ovest

**VIVERE PER MANGIARE O MANGIARE PER VIVERE?**



La nostra alimentazione è determinata dal cibo e dai nutrienti che la compongono. Negli ultimi anni la convinzione che una dieta sana sia alla base della salute ha provocato una vera e propria rivoluzione nel modo in cui si pensa al cibo, portandoci a fare più affidamento sulla nutrizione per conservarla o ritrovarla. Se si desidera costruire una casa, prima occorre realizzare le fondamenta impiegando sempre i materiali migliori, perciò è importante imparare a impostare la nostra dieta quotidiana in modo sano ed equilibrato, assicurando salute e benessere a noi stessi e a tutta la famiglia.

La **Promozione della Salute negli ambienti di lavoro** o WHP (Workplace Health Promotion) è il risultato degli sforzi congiunti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della società volti a migliorare la Salute e il Benessere nei luoghi di lavoro. Vi contribuiscono i seguenti fattori:

- - Il miglioramento dell'organizzazione del lavoro e dell'ambiente di lavoro
- - L'incoraggiamento del personale a partecipare ad attività salutari
- - La promozione di scelte sane
- - L'incoraggiamento alla crescita personale

Informazioni ulteriori riguardo all'idea e ai contenuti della WHP si possono trovare sul sito: <http://asha.europa.eu/it/topics/whp>  
<http://www.enwhp.org>

Ulteriori dettagli e informazioni riguardo al programma e alla Rete "aziende che promuovono salute WHP Lombardia" si possono trovare invece sul sito: <http://retewhlombardia.org>

Finanziamento e sviluppo dell'attività da:  
European Network of Workplace Health Promotion, la Rete Europea per la Promozione della Salute nei Luoghi di Lavoro  
Finanziamento e sviluppo dell'attività da:  
Società Italiana di Psicologia dell'Alimentazione e Scienze Alimentari  
Finanziamento e sviluppo dell'attività da:  
Comitato "Coordinamento Aziende che Promuovono la Salute" della Rete Europea per la Promozione della Salute nei Luoghi di Lavoro  
Finanziamento e sviluppo dell'attività da:  
Società Italiana di Dietetica, Nutrizione Clinica e Scienze Alimentari, la Società Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica

**PESO FORMA: RAGGIUNGERLO E MANTENERLO**

**STILE DI VITA**



ATTENZIONE A COSA SI MANGIA

ATTENZIONE ALL'ATTIVITÀ FISICA

Gli **alimenti** svolgono tre funzioni fondamentali:

- **Funzione energetica**  
(produzione di calore, lavoro ed altre forme di energia)
- **Funzione plastica**  
(per la crescita e riparazione dei tessuti)
- **Funzione regolatoria**  
(per le reazioni metaboliche)



**IL BILANCIO ENERGETICO**



L'equilibrio della nostra alimentazione presenta due aspetti: quello quantitativo e quello qualitativo. **L'andamento del nostro peso può darci indicazione sulla nostra capacità di mangiare le giuste quantità di cibo, visto che è il risultato tra l'energia prodotta dagli alimenti (entrante) e quella consumata (uscite) dal nostro organismo per le attività quotidiane.**

La valutazione del consumo energetico è indispensabile per poter valutare correttamente l'energia necessaria per vivere.

**Come calcolare il consumo energetico**

Sai di quante calorie hai bisogno per svolgere le attività quotidiane? Basta un semplice calcolo e puoi sapere di quante calorie hai bisogno per leggere, studiare, lavorare al computer, correre, saltare le scale ecc.

Soggetto a riposo

Soggetto che pratica attività fisica (es. corsa)

(Fonte: Ed. Piva)

Se ci sono eccessi alimentari durante la fase di assorbimento dei nutrienti, le molecole in eccesso vanno a comporre le riserve energetiche dell'organismo, in particolare sotto forma di grassi. Infatti **un grammo di questo grasso immagazzina 9 kcal per grammo, contro le circa 4 kcal dei carboidrati e delle proteine.**

Fattori di modificazione in base all'attività svolta\*

- 1. **Genetica**: 1
- 2. **Livello d'attività lavorativa**, variabile da sedentario 1,5 a attivo 2
- 3. **Giocare, lavorare in piedi**, variabile da 1,5 a 2
- 4. **Occupazione, lavoro in piedi, stante, stazionario, attività sedentaria**: 2,5
- 5. **Praticare la casa e il giardino**: 3,5
- 6. **Possedere, guidare un'auto**, variabile da 4 a 5
- 7. **Praticare la casa e il giardino**: 4,5
- 8. **Fare sport**: 5
- 9. **Giocare a pallanuoto**: 5,5
- 10. **Praticare la casa e il giardino, fare attività di pattinaggio**: 6
- 11. **Praticare la casa e il giardino**: 6,5
- 12. **Praticare la casa e il giardino**: 7
- 13. **Praticare la casa e il giardino**: 7,5
- 14. **Praticare la casa e il giardino**: 8
- 15. **Praticare la casa e il giardino**: 8,5

\* Per trovare il tuo fattore di modificazione, consulta i dati riportati qui a lato.

**LA COMPOSIZIONE CORPOREA**

Ma qual è la composizione corporea di un uomo?

Una percentuale è data da massa grassa (FM), costituita da riserve di lipidi. La restante parte (FFM) è massa "libera dai grassi" che comprende principalmente muscoli, ossa, minerali ed acqua.

La composizione corporea di un adulto sano del peso di 70 Kg secondo il modello molecolare è:



(Fonte: Ed. Piva)

**VALUTAZIONI ANTROPOMETRICHE**

La prima valutazione antropometrica che si può fare è il peso. Che però di per sé ha scarso valore. Per verificare se il proprio peso rientra nella norma, si prende in considerazione l'indice di massa corporea (IMC) che si calcola come:

$$\text{Indice di massa corporea (IMC)} = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Altezza (m)}^2}$$

Il risultato va inserito in questa classificazione:

Classificazione IMC (kg/m²)	
Normopeso	18.5 - 24.9
Sovrappeso	25.0 - 29.9
Obesità di classe I	30.0 - 34.9
Obesità di classe II	35.0 - 39.9
Obesità di classe III	> 40.0

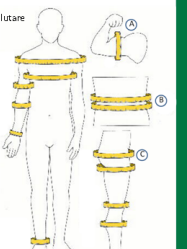
(Fonte: World Health Organization - BMI classification 1999)

In aggiunta a questi parametri si può valutare la misurazione delle circonferenze:

**A → Circonferenza braccio**  
Circonferenza media in adulti sani:  
MASCHI: 32 ± 5 cm  
FEMMINE: 28 ± 6 cm

**B → Circonferenza vita**  
Livelli di rischio:  
MASCHI: > 102 cm  
FEMMINE: > 88 cm

**C → Circonferenza fianchi**  
Rischio WHR (Circ. vita/Circ. fianchi):  
MASCHI: > 1  
FEMMINE: > 0,85



## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

**Conoscere le porzioni per mantenersi in forma**

Orientarsi nel pianificare la dieta abituale senza correre il rischio di eccedere è semplice se si utilizzano le porzioni. La SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana) le ha quantificate in modo standardizzato.

**GRUPPO DEI CEREALI**  
1 porzione: 50 g di pane, 30 g di prodotti da forno, 80 g di pasta o riso, 100 g di pasta fresca all'uovo, 125 g di pasta fresca ripiena, 200 g di polenta.

**GRUPPO DELLA FRUTTA**  
1 porzione: 150 g di frutta o di succo.

**GRUPPO DELLE VERDURE**  
1 porzione: 80 g di insalata, 200 g di ortaggi (a crudo).

**GRUPPO DEI LEGUMI, CARNI, UOVA E PESCE**  
1 porzione: 150 g di legumi freschi (a crudo), 50 g di legumi secchi (a crudo e non ammollati in acqua), 100 g di carne, 50 g di salumi, 150 g di pesce, 1 uovo (circa 50 g a crudo).

**GRUPPO DEL LATTE E FORMAGGI**  
1 porzione: 125 g di latte, 125 g di yogurt, 100 g di formaggio fresco, 50 g di formaggio stagionato.

**GRUPPO DEI CONDIMENTI, ZUCCHERI E DOLCINI**  
1 porzione: 10 g di olio, 10 g di burro, 5 g di zucchero.

**GUARDA I COLORI DEI PIATTI...**

**GIALLLO** pasta, riso, orzo, farro, pane, gnocchi, polenta e cereali.  
= CARBOIDRATI =  
Primo piatto

**ROSSO** carne, pesce, uova, formaggi, yogurt, legumi, salumi.  
= PROTEINE =  
Secondo piatto

**VERDE** verdura  
= VERDURA =

**VIOLA** frutta  
= FRUTTA =

**BLU**: piatto unico (pasta e fagioli, riso e piselli, lasagne, pasta al ragù, polenta con formaggio, patate con spezzatino di carne, pasta alla carbonara, risotto al radicchio e scamorza, pizza, cannelloni, ravioli di carne, casoncelli, crespelle al prosciutto, risotto alla marinara, spaghetti con le vongole, polpo con le patate, sformato di patate e...

= PIATTO UNICO =  
Carboidrati + Proteine

**...E COMPONI CORRETTAMENTE IL TUO PASTO!**

**GIALLLO + ROSSO + VERDE + VIOLA**  
oppure  
**BLU + VERDE + VIOLA**  
è la composizione di un pasto equilibrato

PRIMO SECONDO VERDURA FRUTTA

oppure

PIATTO UNICO VERDURA FRUTTA

**IL PIATTO SANO**

Per cucinare e condire usate oli vegetali (in particolare olio e.v. di oliva). Limitate il burro ed evitate i grassi trans.

Mangiate molta verdura e ortaggi, variando frequentemente la qualità.

Mangiate molta frutta variandone i colori.

Mantenetevi attivi

**VERDURE E ORTAGGI**

**CEREALI INTEGRALI**

**FRUTTA**

**PROTEINE "SALUTARI"**

Bevete acqua, the o caffè con poco zucchero o senza.

Limitate il consumo di latte e derivati (1-2 porzioni al giorno) e di succhi di frutta. Evitate le bibite gassate.

Mangiate cereali integrali (pasta, riso e pane) e legumi (riso bianco e pane).

Preferite il pesce, le carni bianche, i legumi e la frutta a guscio. Limitate le carni rosse. Evitate gli affettati e la carne trasformata.

**FREQUENZA DEI SECONDI PIATTI NELL'ARCO DELLA SETTIMANA**

**FORMAGGIO gr.50/100**  
2 volte alla settimana

**UOVA n° 1**  
1 volta alla settimana

**PROSCIUTTO gr.50**  
2 volte alla settimana

**CARNE gr.100**  
4 volte alla settimana

**PESCE gr.150**  
3 volte alla settimana

**LEGUMI gr.50/150**  
2 volte alla settimana

**LE COTTURE**

Se quantità e qualità nella scelta degli alimenti sono importanti, un ruolo altrettanto significativo lo ricoprono le modalità di cottura. Nella tabella abbiamo riassunto le principali tecniche di cottura e delle informazioni che vi possono orientare per ottenere il meglio da ognuna di esse.

Tecniche di cottura	Temperature raggiunte	Da tenere presente
<b>Bollitura</b>	100°C 120°C in pentola a pressione	Permette di ridurre l'aggiunta di grassi a favore di specie e aromi. Attenzione ad utilizzare la minor quantità di acqua possibile per evitare perdite eccessive di vitamine e minerali.
<b>Cottura al vapore</b>	Inferiore a 100°C	Le perdite di nutrienti sono ridotte e le caratteristiche organolettiche degli alimenti vengono preservate. Non richiede l'utilizzo di grassi da cottura.
<b>Brasatura e stufatura</b>	Inferiore a 100°C	I lunghi tempi necessari determinano una discreta perdita di vitamine e minerali, che tuttavia si ritrovano nel liquido di cottura. È possibile limitare l'aggiunta di grassi da cottura utilizzando pentole in materiale antiodore.

**Cottura al forno tradizionale**

180/240°C

Le perdite di nutrienti sono poco rilevanti, soprattutto se il forno viene preriscaldato. Con qualche accorgimento (carta da forno, teglie in materiale antiodore) è possibile ridurre l'utilizzo di grassi da cottura.

**Frittura**

170/180°C

Friggere in olio sufficientemente caldo e mantenere la temperatura dell'olio sempre costante. Usare sempre olio extravergine d'oliva e evitare di riutilizzare olio già cotto.

**Cottura alla griglia/alla piastra - brace**

Superiori a 200°C

Evitare il contatto diretto degli alimenti con la fiamma viva e non consumare la bruciocottura. Preferire piastre in materiale antiodore e in cui è possibile controllare la temperatura. Evitare di salare gli alimenti prima di cuocerli.

**Forno a microonde**

Riduce i tempi di cottura. Le perdite di nutrienti sono poco rilevanti. È possibile utilizzare pochi grassi da cottura. Non è possibile cucinare alimenti di grossa pezzatura.



## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

## RISOTTO ALLA CURCUMA CON ZUCCHINE E PEPERONCINO

*Ingredienti*

- 800 ml. riso arborio
- 500 ml. di olio extravergine
- 700 Zucchine fresche
- ml. 120 Di brodo vegetale
- 3 Cucurbita in polvere
- 250 g. di Grana gr.

Scalopino, sale e peperoncino macinato in grani.

### *Valori nutrizionali*

*Apporti per porzione*

Kcal	380
Proteine	31,4
Lipidi	9,6
-ac. grassi saturi	(3)
Glucid	66
Fibra	2
Sodio mg	1.500

*Preparazione*

Scaldare il riso a secco con dello scalogno tritato, aggiungere il brodo bollente. Nel frattempo lavare le zucchine, spuntarle alle estremità e tagliarle a piacere (cubetti o rondelle tutte regolari). Arrivati agli ultimi 5 minuti di cottura del riso aggiungere le zucchine e procedere come per tutti i risotti, aggiungendo un mestolo di brodo caldissimo di tanto in tanto, per tutti i risotti arborio, fino a completa cottura del risotto. Quando mancheranno due minuti al termine della cottura unire la curcuma in polvere, mescolare bene e termina la cottura del risotto. Togliere dal fuoco, mantecarlo con olio e formaggio grato, aggiustandolo di sale se necessario, quindi servire in tavola con granelli di peperoncino.


La curcuma aggiunge un aroma delizioso, si fa un bel colore giallo, si fa il risotto. È necessario per la cottura di curry nel 1° livello per aromatizzare molto la ricetta indiana.

La radice della curcuma (Curcuma longa) è un potente antinfiammatorio. Usata per millenni come rimedio per i problemi articolari, stimola la contrazione della colecisti e ha la proprietà di aumentare la produzione di bile e acidi biliari. Una dieta con supplemento di curcuma può ridurre del 75% la formazione di calcoli di colesterolo.

- **Curcuma** è un **antinfiammatorio** che **aiuta a prevenire** le **malattie**.
- **Previene** i **rischi** e **combatte** le **malattie** **cardiache** e **metaboliche**.


[illegible]

## SALMONE IN CROSTA DI SEMI DI LINO

 ingredienti

- g 125 Salmone fresco
- g 100 Panna grat e fiocchi d'ancho
- g 5 Olio di oliva extra vergine
- g 5 Semi di lino

Carta forno, sale e pepe.

 Preparazione

Togliere dal filetto di salmone eventuali spine, eliminare la pelle e tagliare il salmone a trancetti di circa 60/70 gr. cad/uno. Scaldate il forno a 180°C e nel frattempo in una vasetta miscelare il pangrattato con i semi di lino e fieno. Recuperare bene la superficie dei lati del salmone con il pangrattato e i semi di lino, adagiare il salmone su una teglia rivestita con carta forno, condire con un pizzico di sale e di pepe, infornare a 180°C per 10/8 min. Non oltre perché potrebbe risultare secco.



**Il pesce che protegge cuore, cervello e linea**

**OTTO OBIETTIVI CHE DEVI SAPERE SUL SALMONE ATLANTICO**

**Quantità:** 1 kg  
**Grassi:** 11,5 g  
**Proteine:** 22 g  
**Carboidrati:** 0 g  
**Altre:** 0 g  
**Calorie:** 200 kcal

**Colombano:** 50-60 mg  
**Mercurio:** 0,01-0,02 mg  
**Omega 3:** 2,25 g  
**Omega 6:** 0,12 g  
**Omega 9:** 0,12 g

Salmonini ricchi in omega 3, per il cuore e il cervello. Il salmone è un pesce magro e a basso contenuto di grassi, ma è ricco in omega 3, per il cuore e il cervello. Il salmone è un pesce magro e a basso contenuto di grassi, ma è ricco in omega 3, per il cuore e il cervello.

**Salmone, sardine, sgombrini, acciughe, tonno e alici** sono i pesci che contengono i maggiori grassi, gli oli di semi e le sementi che contengono gli oli di semi "salubri" proteggono cuore e cervello.



## L'ATTIVITA' FISICA

### Benefici

Riduzione del rischio di

- Morte prematura
- Patologie cardiovascolari
- Sovrappeso/obesità
- Ipertensione arteriosa
- Dislipidemia
- Iperglicemia/Diabete tipo II
- Sindrome metabolica
- Tumore colon
- Tumore mammella
- Cadute
- Depressione

Associata ad una dieta equilibrata favorisce la perdita di peso.  
 Miglioramento funzioni cardiovascolari e muscolo scheletriche.  
 Miglioramento funzioni cognitive.

## ESERCIZIO FISICO

Quanto? Di che tipo?



**Attività fisica di tipo aerobico**

**Es:** Corsa, jogging, camminata veloce, bicicletta, nuoto lento, sci di fondo

- Almeno 150 minuti/settimana
- Attività moderata
- Suddivisi in almeno 5 sedute da 30 minuti
- Spesa energetica di circa 1000 Kcal/settimana



## Attività fisica di forza o contro-resistenza

**Ese: Esercizi a corpo libero, con macchine, elastici o pesi**

- 2-3 sedute a settimana
- 2-4 serie per ogni seduta
- 8-12 ripetizioni per serie
- Recupero di 2-3 minuti tra una serie e l'altra e di 48-72 ore tra una seduta e l'altra
- Attività moderata-intensa



## Attività di allungamento o stretching

- 2-3 sedute a settimana per gruppo muscolare
- 10-30 secondi per ogni posizione
- Totale di 60 secondi per gruppo muscolare
- Fino alla massima sensazione di tensione





## DESCRIZIONE BUONA PRATICA

Codice Buona Pratica: 1.3 e 1.5

**CONSIGLI**

**IL MENO POSSIBILE**  
Sedurre  
In TV, usare  
computer e  
telefono, stare seduti  
per più di 20 minuti

**3-5 VOLTE A SETTIMANA**  
**ATTIVITA' RICREATIVE**  
Golf, bowling,  
golfing, ginnastica

**3-5 VOLTE A SETTIMANA**  
**ESERCIZI MUSCOLARI**  
Training, yoga,  
flexion, piegamenti,  
sollevamento pesi

**3-5 VOLTE A SETTIMANA**  
**ESERCIZI AEROBICI**  
3-5 volte a settimana  
Natura, camminare a passi  
veloci, andare in bicicletta

**OGNI GIORNO IL PIU' POSSIBILE**  
Attività ricreative  
Calcio, tennis, basket,  
arti marziali, ballo, escursioni

Perseguire con il cane, scegliere strade più lunghe,  
fare le scale invece che prendere l'ascensore,  
camminare per andare a fare la spesa, fare giardinaggio,  
pulizie, usare la macchina invece di casa

**RISORSE:**  
American College of Sports Medicine position stand: Quantity and quality of exercise for developing and  
maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults:  
guidance for prescribing exercise.  
Garber CE, Blissmer B, Deschenes MF, Franklin BA, Lamonte RJ, Lee IM, Neman DC, Swain DP, American  
College of Sports Medicine  
Med Sci Sports Exerc. 2011 Jul;43(7):1334-59. doi: 10.1249/MSS.0b013e318219af6b.

**A cura del  
Servizio Dietetico:**

Dietista Tiziana Biondi  
Dietista Liana Mangoni  
Dietista William Pedrini  
Biologa Nutrizionista Grazia Chiara Teri

**Con la gentile collaborazione**

Dott. Baletti arch. Genny  
Dott. Carmine Poesio

**Servizio Dietetico Aziendale**  
Ospedale di Treviglio  
Dietista Coordinatore Pedrini William  
Piazzale Ospedale, 1 - 24077 - Treviglio (BG)  
Tel. 035/264422 - Fax 035/264791  
email servizio\_dietetico@osp.treviso.it