



Diverticoli

Sono estroflessioni della parete dell'intestino.

Hanno una componente genetica, ma sono anche correlati ad una dieta squilibrata (ricca di grassi, zuccheri raffinati e povera di acqua e fibre).

Può essere associata a stitichezza ostinata.

Diverticolosi

Condizione medica caratterizzata dalla presenza di Diverticoli lungo la parete dell'apparato digerente, spesso asintomatica.

Diverticolite

Infiammazione dei Diverticoli, si manifesta con forti dolori addominali, febbre e alterazione dell'alvo.

Diverticolosi Sì!

- Sì alle **FIBRE** (Cereali integrali, Frutta e Verdura cotta e cruda)



- Bere molta **ACQUA**

- Pasti **REGOLARI** e **NON ABBONDANTI**

- **MASTICARE BENE**

- Conduci uno stile di vita **ATTIVO**



Diverticolosi NO!

- Limitare i cibi **PICCANTI** o **ELABORATI**



- Limitare l'assunzione di **CACAO** (cioccolato), **THE'** e **CAFFÈ**

- Limitare l'assunzione di bevande **ALCOLICHE** e **GASSATE**



Diverticolite!

- Dieta povera di FIBRE (Sì a Pasta, Riso, Semolino, Grana Padano, Carne, Pesce, Patate, Carote, Zucchine lessate, Bannane, Mele e Pere sbucciate)



- NO cibi Fritti, Piccanti, Elaborati
- NO Insaccati, Latte e Derivati
- NO Cacao (cioccolato), Thè e Caffè
- NO bevande Alcoliche e Gassate
- NO Legumi e Prodotti Integrali

Volantino informativo realizzato dall'unità operativa di Chirurgia Generale di Montebelluna

In collaborazione con il Servizio Dietetico P.O. di Montebelluna

Progetto di sensibilizzazione alimentare nella
Diverticolite e Diverticolosi

