

Ludovica Casellati



Loredana Vido: la prevenzione inizia a tavola

Le donne non finiranno mai di stupirci! Hanno mille risorse, mille interessi, mille impegni e mille vite. Alcune, per grande generosità personale e amore dal prossimo, arrivano a sacrificare anche la loro carriera. «Mi sono specializzata in Pediatria e in Scienze dell'alimentazione. Sono andata in pensione per un problema familiare e da quel momento mi sono dedicata al volontariato». È la dottoressa Loredana Vido, oggi presidente dell'Associazione OsteoStop, a raccontare con trasporto, passione ed entusiasmo il lungo, e a tratti doloroso, percorso che l'ha portata ad occuparsi della salute dell'uomo fin dai suoi primi passi. «Ho capito fin da giovane che

l'alimentazione gioca un ruolo fondamentale sia per i piccoli che per gli adulti. Se uno è obeso da bambino, nell'80% dei casi, lo resterà per sempre. È per questo che mi sono adoperata per fare in



modo che, fin dai primi mesi di vita, si dia una corretta alimentazione ai piccoli». La sua parola d'ordine è prevenzione e per questo si batte ogni giorno. «Le donne sono vittime più dell'osteoporosi che del tumore al seno, e possono prevederla sottoponendosi alla densitometria ossea, e prevenirla guardando ad alcuni accorgimenti nell'alimentazione fin da giovanissime». Loredana Vido è una donna che mette cuore e anima in tutto ciò che fa. È un vulcano di idee, e di bello ha che tenta di metterle in pratica tutte. OsteoStop oggi può fregiarsi, grazie a lei, di far parte della prestigiosa Ioef, presieduta da Rania di Giordania. Il segreto di tanta dinamicità? Ogni sera alle 20.30, salvo eccezioni, la dottoressa Vido comincia a sognare le imprese del giorno a venire. Un'attività onirica che la impegna per almeno 12 ore!