

## Obesità, nasce l'associazione "Diamole Peso Onlus"

Si pone come obiettivo quello di creare una rete per garantire un supporto a tutti coloro che soffrono di obesità e per le loro famiglie



Un momento della presentazione dell'associazione Diamole Peso Onlus

### Educazione alimentare, incontro su malnutrizione e obesità infantile

Nasce dalla volontà di **condividere esperienze** personali e di **promuovere la corretta informazione in materia di obesità**. Questo lo scopo di **Diamole Peso Onlus**, l'associazione presentata nella mattinata di ieri presso la sala De Pasquale del palazzo comunale a Latina, alla presenza del sindaco Di Giorgi, dell'assessore alla Pubblica Istruzione, Asili Nido e Pari Opportunità, Marilena Sovrani, e del consigliere comunale Omar Sarubbo

L'obiettivo primario è quello di **formare una rete** tra pazienti, esperti del settore e persone che hanno superato il problema per creare uno strumento di **supporto utile a tutti coloro che soffrono di obesità e per le loro famiglie**

**I DATI** – Secondo i recenti studi dell'Istituto Nazionale di Statistica e del Ministero della Salute 4 milioni e 700 mila adulti (dai 18 anni in su) sono obesi, cioè quasi il **10% della popolazione adulta**. Un obeso ogni 10 dunque, al quale vengono aggiunte tre persone in sovrappeso.

Considerando invece la fascia infantile, il sistema di sorveglianza in età infantile "OKkio alla Salte" del Ministero alla Salute, stima che in Italia i bambini fra i 6 e gli 11 anni con problemi di eccesso ponderale siano ben 1 milione e centomila. **Il 12% dei bambini risulta infatti obeso**, mentre uno di questi bambini sarà un adulto obeso.

**GLI INTERVENTI** - Anche alla luce di questi risultati l'associazione Diamole Peso Onlus è impegnata in attività quali:

- Incontri aperti e gratuiti che metteranno a confronto le esperienze dei pazienti con quelle degli addetti ai lavori;
- appuntamenti dedicati alle scuole rivolti agli studenti, alle loro famiglie ed anche al personale docente.

"Trovare una soluzione diventa complicato – ha raccontato il **presidente Chiara De Narids** - . Il silenzio e la vergogna per il proprio stato di salute sono i più grossi limiti alla ricerca di aiuto soprattutto se si ritiene di non averne diritto. Da questa esigenza nasce Diamole Peso Onlus, per dare dignità all'obesità”.

Annuncio promozionale

**Sono intervenute le altre due socie fondatrici**, la dott.ssa Maria Giovanna Zanzu (dietista) e la dott.ssa Antonella Cerrone (biologo specialista in patologia clinica) che hanno ripercorso dal punto di vista tecnico e clinico l'evoluzione di questa malattia.

Tra i vari contributi anche quello del professor Giancarlo Silecchia direttore dell'Ouc di Chirurgia Generale dell'ICOT, un centro d'eccellenza per il nostro territorio. L'associazione sarà presente al XXI Congresso Nazionale della Sicob (Società Italiana di Chirurgia dell'obesità e delle malattie metaboliche) che si terrà a Cagliari dal 25 al 27 aprile.

<http://www.latinatoday.it/cronaca/obesita-nasce-diamole-peso-onlus.html>



17-04-2013

**Sonno e benessere: dimagrire e dormire, un materasso per combattere l'obesità.**

Dormire e riposare bene due azioni che contribuiscono al benessere psicofisico della persona in toto. Soprattutto oggi, in una società sempre più frenetica dove i momenti di riposo sono relegati il più delle volte esclusivamente al sonno notturno è indispensabile dormire correttamente. Recenti studi hanno dimostrato che è possibile anche dimagrire mentre dormi e che soprattutto chi dorme poco e male è portato ad ingrassare di più e quindi ad essere maggiormente a rischio obesità. Questo perchè un cattivo riposo notturno causa un'alterazione degli ormoni che regolano l'appetito..

## Sovrappeso e obesità infantile, le conclusioni della giornata di studio "La salute vien mangiando...bene"



Grande partecipazione di studenti, docenti e rappresentanti delle associazioni di volontariato al convegno tenutosi nei giorni scorsi, presso il Centro Studi di Benevento al Polo MUSA, in occasione della presentazione di risultati di una indagine sugli stili di vita ed alimentari, promossa dal CeSVoB, con la Rete delle Scuole Associate Unesco. Il progetto di ricerca si è avvalso del partenariato della Provincia di Benevento, della Camera di Commercio, dell'Università del Sannio, dell'Ufficio Scolastico Regionale Ambito XIII. Il progetto condotto da un gruppo di lavoro multidisciplinare che ha intervistato un campione di 3.000 cittadini appartenenti a fasce di età dai 7 anni agli over 60, distribuiti su tutto il territorio del Sannio.

I lavori sono aperti dal Presidente della Provincia Aniello Cimitile, che ha illustrato una breve panoramica della situazione della fame nel mondo, sottolineando che essa non dipende dalla mancanza di cibo, prodotto in abbondanza, ma piuttosto da un fenomeno perverso generato dalle leggi spietate del mercato, che non consentono una equa distribuzione, anzi determinano sprechi e destinazioni come rifiuti. La camera di Commercio rappresentata dal vicepresidente della Camera di Commercio Antonio Campese, che ha condiviso la scelta del CeSVoB di fare una ricerca sull'alimentazione nel territorio sannita, chiarendo che non solo è necessario impegnarsi istituzionalmente per prevenire queste gravi sperequazioni, ma tutto ciò influisce anche sulle produzioni di un territorio, e la Camera di Commercio, su questo argomento è pronta a scendere in campo, per tutelare il benessere delle popolazioni da un punto di vista della sicurezza alimentare, ma anche dal punto di vista delle nostre filiere di produttori.

Si è poi passati alla proiezione della prima pubblicazione della ricerca, con la illustrazione dei dati da parte della esperta in statistica, Barbara Pellegrini, che ha evidenziato i dati allarmanti raccolti nelle scuole, relativi al sovrappeso e all'obesità precoce. Ed è stato questo il fulcro dell'intenso intervento della nutrizionista Pina Pedà, che ha parlato di un vero e proprio allarme sociale, pronosticando che se questi dati dell'obesità precoce infantile significano che questi giovanissimi si ammaleranno anche in anticipo; su questo ci sono già dati importanti che ci dimostrano come nelle società occidentali, la popolazione presenta patologie collegate alla iperalimentazione, con un anticipo di 30 anni rispetto alle precedenti generazioni.

L'appello della Pedà è quello di non rimanere spettatori, ma di impegnarsi, come genitori, come docenti, per dare una svolta alle abitudini alimentari, cominciando dal recupero di alimenti sani e preparati in maniera sana, abolendo i prodotti industriali, quelli che fanno parte della nostra Dieta Mediterranea, non a caso riconosciuta patrimonio universale. In conclusione, la dott.ssa Pedà ha annunciato la sperimentazione di una corretta alimentazione, con il percorso del CeSVoB, presso l'IPSAR Le Streghe, dal titolo "Gruppo volontariato studenti: Giovani chef alla difesa della Dieta Mediterranea".

Il gruppo di allievi delle classi prime e seconde, ha testimoniato la valenza di questa esperienza attraverso un video racconto, accompagnato dalle parole, molto emozionante. Il percorso di conoscenza delle produzioni di alcuni alimenti presso la Fattoria Didattica La Cinta , con l'esperto Dott. Tullio Zullo. Un approfondimento scientifico molto interessante è stato presentato dal Prof. Ettore Varricchio dell'Università del Sannio, che ha proiettato il funzionamento del nostro organismo attraverso l'alimentazione, evidenziando come negli anni le cattive abitudini alimentari stanno stravolgendo la macchina umana perfettamente progettata, aumentando le statistiche di patologie sempre più complesse. Il prof. Ettore Varricchio ha lanciato un appello alle famiglie e a tutti coloro che rivestono un ruolo strategico nell'educazione dei ragazzi e alle istituzioni, affinché si promuova in rete con forza una dieta mediterranea dell'entroterra, cioè quella che ci appartiene, fatta di cibi sani e produzioni di eccellenza.

Il successivo intervento è stato quello della dott.ssa Antonella Cassisi della Commissione Nazionale Unesco, che dopo una breve illustrazione di questa importante agenzia educativa fondata dall'ONU nel dopoguerra, ha ringraziato il CeSVoB ,le nostre istituzioni, le scuole associate, per aver affrontato un progetto così importante , non solo per il coinvolgimento di ben 25 scuole del Sannio , caso unico in Italia, ma proprio per la tematica , che visto l'allarme lanciato , è fondamentale trattare con urgenza e priorità, ed in questo l'Unesco ci sarà. Ultimo intervento quello della Vicepresidente del Coordinamento Nazionale dei CSV Francesca Danese (CSV Net), che ha subito dichiarato un particolare affetto per il CeSVoB per le iniziative di qualità ed innovative, tra cui questo progetto di ricerca, che le consentono di parlare con orgoglio del Sud, girando l'Italia; "una volta tanto non si parla delle grandi metropoli del nord ma di una cittadina della provincia meridionale "Il progetto sugli stili alimentari è un ottimo esempio di trama di una rete di solidarietà, tra associazioni, scuole ed istituzioni, svolto con amore per la propria comunità.

Per la Fondazione Iacocca è intervenuto il Dott. Francesco Iacocca, presidente della Fondazione, che ha condiviso il progetto dichiarandosi disponibile per una collaborazione sulla ricerca e sottolineando che La salute vien mangiando ...bene! I lavori sono stati chiusi dal presidente del CeSVoB Antonio Meola ha ricordato che sia la ricerca che l'attività del gruppo volontariato studenti è stata inserita nella programmazione 2012 del CeSVoB, ha ringraziato rappresentanti delle istituzioni e i partecipanti augurandosi che la ricerca possa continuare con una collaborazione fattiva degli enti locali e che la stessa possa essere condivisa con gli studenti presentandola negli istituti sanniti. Importante sarà coinvolgere le famiglie nell'educazione al cibo perché i genitori dovrebbero essere supportati per diventare dei buoni modelli per i loro figli.

<http://www.ntr24.tv/it/news/societa/sovrappeso-e-obesita-infantile-le-conclusioni-della-giornata-di-studio-la-salute-vien-mangiando-bene.html>

## Obesità, studio Usa: “Colpa di carboidrati nei cibi e bibite”

**L**ONDRA – Chili di troppo? La colpa è degli **zuccheri**. Non tanto della scarsa attività fisica o dello sbilanciamento energetico. In altre parole, dice l'ultima ricerca del Nutrition Science Initiative di San Diego, non ingrassiamo perché mangiamo troppo e ci muoviamo poco. Ma perché mangiamo troppi **carboidrati** rifiniti, che stravolgono la nostra **regolazione endocrina** e ci inducono a mangiare sempre di più.

**Gary Taubes**, co-fondatore della Nutrition Science Initiative, spiega che “correggere la convinzione errata che l'**obesità dilagante** sia causata dal fatto che mangiamo troppo è un passaggio chiave per i progressi futuri nella lotta all'obesità. Dare la colpa unicamente all'aumentata disponibilità di cibo (e quindi di calorie), ha spostato l'attenzione dal punto più critico: è aumentata soprattutto la disponibilità di **calorie da carboidrati (amidi e zuccheri sempre più raffinati)**”.

Il vero problema, sottolinea Taubes, è l'elevato consumo di **carboidrati nella dieta**, specialmente da **cibi industriali e molto lavorati, bibite e succhi di frutta**. Questi carboidrati sempre più rifiniti sono facili da digerire per cui causano dei **picchi insulinici** (cioè delle impennate di insulina per abbassare gli zuccheri nel sangue, picchi che alla lunga portano a insulino-resistenza). “Gli zuccheri sono il problema principale delle nostre diete oggi”.

## Obesità, inquinamento e allergie: si salvi chi può

I legami tra [inquinamento e allergia](#) e tra allergie e obesità sono già molto ben definite singolarmente. Come ci si sarebbe potuto aspettare, le due componenti unite sono peggio delle due separate. È quello che ci ricorda uno [studio pubblicato sullo scorso numero di Allergy and Clinical Immunology](#).

Se ad esempio una persona che pur tendente all'**obesità** in un contesto meno inquinato potrebbe non manifestare alcuna sintomatologia di tipo allergico, la stessa persona messa in un ambiente cittadino potrebbe manifestare reattività, in un logica di raggiungimento e superamento di **livello di soglia**.

La ricerca fa in ogni caso puntare l'attenzione sulle possibili vie di miglioramento del quadro generale: vivi in un luogo inquinato? Almeno vai a correre, o nutriti in maniera sensata per migliorare la tua risposta e il tuo grado di benessere anche all'interno del tuo ambiente.

Ogni supporto a una situazione di tipo infiammatorio di base, venga esso dalla dieta, dal [controllo dell'infiammazione da cibo](#), dallo sport, dalla natura, diventa importante ed essenziale nella gestione della reattività individuale. Una attenzione a tali elementi rappresenta di fatto la [base per una salute di ferro](#).

Così, se è vero che l'**inquinamento** può solo relativamente essere ridotto dal singolo, soprattutto se ci si trova a lavorare e abitare in una grande metropoli, altri atteggiamenti positivi possono essere intrapresi per stare meglio e sopravvivere anche e persino all'aria della inquinata della città.

Semplici dati quali un po' di **camminata tutti i giorni** o il fatto di scegliere una prima colazione ricca e abbondante, di abbinare sempre carboidrati e proteine, e di stare attenti alla tipologia di cibo che si sceglie, in relazione alla propria necessità, permette allo stesso tempo di gestire una perdita di massa grassa in salute e un miglioramento del quadro infiammatorio.

Ogni azione intrapresa per ridurre il quadro infiammatorio è una azione intrapresa per stare meglio, e per vivere meglio, a prescindere dall'ambiente in cui ci si trovi.

**Michela Speciani**

Redazione Eurosalus



## IN GIAPPONE È VIETATO INGRASSARE. LA NUOVA LEGGE CONTRO L'OBESITÀ

Il girovita non dovrà essere superiore agli 85,09 centimetri per gli uomini e ai 90 per le donne. Multe salate per chi non rispetta i parametri. Il Governo assicura: "in 7 anni diminuirà del 25% la popolazione sovrappeso".



SOCIAL:

Il **Giappone** non è certo famoso per avere una popolazione grassa, infatti, il popolo dagli occhi a mandorla, è composto per la maggior parte da fisici asciutti e snelli. Nonostante questa loro peculiarità, senza tanti giri di parole, e, in un certo senso, senza alcun rispetto per la libertà individuale da pochi anni a questa parte, è entrata in vigore, nel loro Paese, una **legge** che ha fatto e ancora oggi continua a far discutere restando al centro dei dibattiti sociali più aspri: parliamo di una **legge mirata contro l'obesità**, per **prevenire arresti cardiaci, malattie cardiovascolari e diabete**. Si tratta di una delle più

ambiziose campagne mai intraprese da una nazione per convincere i suoi cittadini a perdere peso e restare in forma. Secondo quanto stabilito dalle autorità, tra gli esami da fare per il checkup annuale, le aziende e i governi locali devono misurare anche il **giro-vita** dei cittadini giapponesi tra i 40 e i 74 anni, che non dovrà essere superiore agli 85,09 centimetri per gli uomini e ai 90 per le donne. Tutti coloro che oltrepassano questi parametri, se dopo tre mesi dai controlli non avessero perso ancora peso, dovranno essere sottoposti ad una **dieta forzata**. Passati sei mesi, nel caso non dovessero ancora una volta rientrare nei limiti previsti, verranno addirittura **multati**. **L'obiettivo del governo** è quello di far scendere la popolazione sovrappeso del 10% entro i prossimi quattro anni e del 25% entro i prossimi sette. È normalissimo che la questione sia diventata presto oggetto di critiche, visto che, come detto anche da **Yoichi Ogushi**, professore alla Facoltà di Medicina della Tokai University, **i giapponesi non hanno bisogno di dimagrire** ulteriormente, ma la posizione del **Ministro della sanità** è fermissima: "**una legge del genere può aiutare tutti a stare meglio con se stessi e con gli altri, le compagnie e gli enti locali che non si adegueranno verranno punite con delle pesanti sanzioni finanziarie.**". **Laminoranza al governo** ritiene le **linee guida troppo severe** sostenendo che si tratta solo di un **escamotage per favorire il ricorso a trattamenti medici** superflui allo scopo di perdere peso e, in definitiva, di far lievitare la spesa medica. C'è anche da dire, però, che forse la scelta presa dal governo sia stata alimentata dalla **paura di radiazioni** dopo lo **scoppio della centrale di Fukushima** nel marzo 2011, infatti, secondo una ricerca, dopo l'episodio, circa 700mila bambini tra i 5 e i 17 anni starebbero aumentando di peso e, proprio in quella zona si è registrato il **tasso più elevato di obesità**. L'esercizio fisico, ha spiegato un funzionario ministeriale nel corso di una conferenza stampa, si è ridotto soprattutto tra gli allievi delle scuole primarie, con una drastica limitazione delle attività all'aria aperta dovuta al timore di esporre bambini e adolescenti alle radiazioni il cui valore è ancora alto. Per la gioia delle grandi catene di fast food, un esperimento del genere sarebbe curioso da fare negli **Stati Uniti D'America**, Paese con la media più alta di obesi. Come farebbe la popolazione a stelle e strisce a rinunciare al McDonald's o alla Coca Cola?

<http://www.net1news.org/cronaca/in-giappone-%C3%A8-vietato-ingrassare-nuova-legge-contro-lobesit%C3%A0.html>

Mercoledì 17 aprile al Progetto Salute organizzato alla Biblioteca di Nembro, i consigli dei pediatri e delle Asl per prevenire l'obesità infantile.

## **Alla biblioteca di Nembro si parla di sovrappeso e obesità infantile**



**Affrontare il tema del sovrappeso e dell'obesità**, due condizioni largamente diffuse, spesso, **anche tra i bambini**.

Questo è l'obiettivo dell'edizione 2012/2013 del **Progetto Salute organizzato alla Biblioteca Centro cultura di Nembro**, che propone incontri con la presenza di esperti.

**La serata di mercoledì 17 aprile alle 21 sarà intitolata “Un rischio da combattere. I consigli pratici dal pediatra e le iniziative dell'ASL per la prevenzione in età infantile e adulta”.**

Nella prima parte della serata **il pediatra dottor Gualinia** affronterà il tema del sovrappeso in età infantile. Si tratta di un fenomeno in netto aumento anche tra i giovanissimi: 1 bambino su 3 è già in sovrappeso all'età di 3 anni.

Un bambino in sovrappeso ha un'elevata probabilità di diventare obeso in età adulta. Nel secondo intervento della serata **la dottoressa Antonioli** illustrerà le iniziative che l'ASL propone sul territorio per il controllo del sovrappeso e la prevenzione dell'obesità sia in età infantile che in quella adulta.

## Terni, intervento chirurgico in diretta tv al Caos per un convegno su diabete e obesità

Giovedì una particolare seduta operatoria eseguita al 'S.Maria' sarà trasmessa in diretta al centro congressi nel corso del meeting

*di M.T.*

Un'operazione in diretta tv. No, non è un nuovo 'format', ma un'iniziativa organizzata nell'ambito della quinta edizione del Nu.Me. (Nutrition and Metabolism), il meeting internazionale dedicato agli aggiornamenti in tema di diabete, obesità e nutrizione, che da giovedì a sabato si svolgerà a Terni.

**L'intervento** Proprio giovedì, una particolare seduta operatoria di chirurgia dell'obesità per via laparoscopica, eseguita al 'S.Maria', sarà trasmessa in diretta al centro congressi Caos, sede del meeting. L'intervento, eseguito dal professore Amilcare Parisi, consiste in un sleeve gastrectomy laparoscopico, una tecnica chirurgica che comporta l'asportazione di un tratto verticale di stomaco in modo da rimpicciolire il contenitore gastrico e ridurre l'interesse per il cibo. Questa procedura chirurgica metabolica, che già dall'anno scorso viene praticata nel Centro della malattia dell'obesità (Cmo) ternano con ottimi risultati, è indicata in soggetti obesi e diabetici ed è finalizzata non soltanto alla riduzione del peso corporeo, ma alla risoluzione della stessa patologia diabetica.

**Il Centro** La richiesta, da tutta la regione e anche dal resto del Paese, per essere sottoposti a questo genere di intervento, continua a crescere: «Solo nei primi tre mesi del 2013 – spiega Giuseppe Fatati, direttore della struttura complessa di Diabetologia e responsabile del gruppo di lavoro del Cmo – abbiamo già eseguito quasi 30 interventi legati all'obesità tra inserimento del palloncino intragastrico, bypass gastrico e sleeve gastrectomy. Tra questi lo sleeve gastrectomy, un intervento tecnicamente guidato da pinze e che può essere anche robotizzato, è il più frequente perché poco rischioso e invasivo».

**Il lavoro** Il Centro della malattia dell'obesità, «al quale afferiscono dodici strutture ospedaliere e numerosi professionisti, dal cardiologo, al chirurgo, allo psicologo – dice ancora Fatati – è attivo da quasi tre anni e ha l'obiettivo di affrontare l'obesità patologica con un approccio multidisciplinare, avvalendosi anche di importanti partner come il servizio di diabetologia e dietologia dell'ospedale Sandro Pertini di Roma».



17-04-2013

## Allarme "drunkoressia" anche in Italia: anoressia da happy hour

Sipps: abuso di alcol abbinato al digiuno. Da noi 300mila casi di ragazzi tra 14-17 anni. Preoccupano "energy drinks"

Roma, 17 apr. (TMNews) - La "drunkoressia" è in aumento anche in Italia. Si tratta della "anoressia da happy hour" che consiste nell'abitudine di digiunare per poi consumare bevande a significativo tenore alcolico con una duplice finalità: ridurre l'apporto energetico in modo da compensare le calorie dell'alcol con il "guadagno" ottenuto dal digiuno, e potenziarne gli effetti inebrianti. Questa la spiegazione di Giuseppe Di Mauro, pediatra e presidente della società italiana di pediatria preventiva e sociale (Sipps). La Sipps lancia l'allarme spiegando che un caso di anoressia su 15 si declina nella drunkoressia denotando, così, un rilevante cambiamento di costumi, proiettato verso l'assunzione di alcol al di fuori dei pasti e spesso favorito dalla disponibilità di cocktail già pronti o elaborati al momento. Nata negli Stati Uniti, la drunkoressia si sta diffondendo largamente anche in Italia dove si stimano 300mila casi di ragazzi tra i 14 e i 17 anni, casi che 8 volte su 10 riguardano il sesso femminile e, in generale, presentano una tendenza ad un preoccupante aumento. Gli effetti organici della drunkoressia possono essere davvero dannosi, soprattutto sugli adolescenti: ai tradizionali danni provocati dall'alcol al fegato e alle cellule nervose si sommano, quasi con effetto moltiplicativo più che semplicemente additivo, pericolosi sbalzi di peso, con scomparsa del ciclo mestruale nelle ragazze, osteoporosi, aritmie cardiache e steatosi epatica (cioè infarcimento di grassi nel fegato, primo passo verso la cirrosi).

E, oltre all'abuso di alcol, a destare un grande allarme sono anche le bevande energizzanti, i cosiddetti "energy drink", che contengono sostanze stimolanti quali caffeina, taurina, guaranà, ginseng e niacina. Queste bevande servono a dare carica, sensazione di forza, instancabilità, resistenza e potenza e quando vengono mescolate a quelle alcoliche contribuiscono a promuovere gli effetti di disinibizione comportamentale. Fino a qualche tempo fa l'attenzione era focalizzata più sui "soft drink", cioè le comuni bibite gassate e/o dolcificate, il cui consumo eccessivo rientra tra le abitudini scorrette più diffuse e spesso associate a sovrappeso e obesità. E il dato più allarmante riguarda i bambini dai 3 ai 10 anni: il 18% circa consuma energy drink e tra di essi il 16% ne consuma in media 0,95 litri a settimana (almeno 4 litri al mese), complici in questo caso certamente contesti familiari in cui i genitori o i fratelli maggiori sono i primi consumatori di tali bevande. La vera preoccupazione riguarda la mancanza di conoscenza degli effetti da parte degli adolescenti: gli energy drink sono, infatti, ancor più facilmente reperibili degli alcolici e non è possibile una stretta sorveglianza del loro utilizzo.

Mercoledì 17 aprile al Progetto Salute organizzato alla Biblioteca di Nembro, i consigli dei pediatri e delle Asl per prevenire l'obesità infantile.

## **Alla biblioteca di Nembro si parla di sovrappeso e obesità infantile**



**Affrontare il tema del sovrappeso e dell'obesità**, due condizioni largamente diffuse, spesso, **anche tra i bambini**.

Questo è l'obiettivo dell'edizione 2012/2013 del **Progetto Salute organizzato alla Biblioteca Centro cultura di Nembro**, che propone incontri con la presenza di esperti.

**La serata di mercoledì 17 aprile alle 21 sarà intitolata “Un rischio da combattere. I consigli pratici dal pediatra e le iniziative dell'ASL per la prevenzione in età infantile e adulta”.**

Nella prima parte della serata **il pediatra dottor Gualinia** affronterà il tema del sovrappeso in età infantile. Si tratta di un fenomeno in netto aumento anche tra i giovanissimi: 1 bambino su 3 è già in sovrappeso all'età di 3 anni.

Un bambino in sovrappeso ha un'elevata probabilità di diventare obeso in età adulta. Nel secondo intervento della serata **la dottoressa Antonioli** illustrerà le iniziative che l'ASL propone sul territorio per il controllo del sovrappeso e la prevenzione dell'obesità sia in età infantile che in quella adulta.

## Dal mese di maggio apre il nuovo ambulatorio della nutrizione all '

MERCOLEDÌ 17 APRILE 2013



**Presentato ieri mattina**

(a.cam.) Persone sovrappeso che non sanno di esserlo, normopeso convinti di aver un problema con la bilancia, obesi con malnutriti o malati per i quali l'alimentazione diventa una malattia nella malattia. Complessivamente, centinaia di comaschi ambulatorio della nutrizione del Sant'Anna, servizio organizzato dall'unità operativa di endocrinologia, nutrizione clinica e Il nuovo servizio affiancherà gli ambulatori di endocrinologia e per l'obesità, aperti da pochi mesi e con all'attivo già centinaia Fabio Banfi, direttore medico del Sant'Anna - Lavoriamo sull'assistenza clinica ma anche sulla prevenzione. È una pluralità di qualità alle esigenze dei pazienti».

L'ambulatorio della nutrizione sarà aperto dal prossimo mese di maggio. Per accedere, i pazienti dovranno avere l'impegno specialista e potranno prenotare tramite call center o Cup. «Il nuovo servizio nasce per rispondere a esigenze reali che to Domenico Pellegrino, direttore dell'area medica e della geriatria - Vogliamo lavorare non solo sulla fase acuta ma anche i patologia. Intervenire sul sistema nutrizionale - dice Pellegrino - non significa soltanto far dimagrire ma anche andare a in particolare patologia o condizione del paziente».

«Dell'obesità si parla molto, decisamente meno noto invece è il problema della malnutrizione, legato soprattutto ad alcune dell'unità operativa di Endocrinologia, nutrizione clinica e obesità sempre all'ospedale Sant'Anna - La malnutrizione, invece fondamentale contrastare il problema».

La malnutrizione è la risultante di un deficit, acuto o cronico, sia di calorie sia di proteine che configurano il quadro della c Il principale deposito proteico corporeo è l'apparato muscolo scheletrico, quello maggiormente coinvolto nel decorso clinico anziani.

«Il 40% degli ultrasessantenni - dice Federico Vignati, specialista della stessa unità operativa - sono malnutriti proteici, un

«L'unità operativa - dice ancora Muratori - ha come missione quella di fornire una risposta complessiva al paziente con pr costantemente clinica e laboratorio. La patologia più diffusa vista in ambulatorio di endocrinologia è quella tiroidea. In que malattie come quelle dell'ipofisi, delle paratiroidi, delle malattie delle ghiandole surrenali e altri casi complessi che sono st

«Entro l'estate tutti i pazienti che erano seguiti dall'Asl saranno dirottati sui nuovi servizi del Sant'Anna, in grado di fornire direttore del dipartimento di prevenzione medica dell'Asl - L'azienda sanitaria invece concentrerà le attività sulla prevenzi



Il **Giappone** non è certo famoso per avere una popolazione grassa, infatti, il popolo dagli occhi a mandorla, è composto per la maggior parte da fisici asciutti e snelli. Nonostante questa loro peculiarità, senza tanti giri di parole, e, in un certo senso, senza alcun rispetto per la libertà individuale da pochi anni a questa parte, è entrata in vigore, nel loro Paese, una **legge** che ha fatto e ancora oggi continua a far discutere restando al centro dei dibattiti sociali più aspri: parliamo di una **legge mirata contro l'obesità, per prevenire arresti cardiaci, malattie cardiovascolari e diabete**. Si tratta di una delle più ambiziose campagne mai intraprese da una nazione per convincere i suoi cittadini a perdere peso e restare in forma. Secondo quanto stabilito dalle autorità, tra gli esami da fare per il checkup annuale, le aziende e i governi locali devono misurare anche il **giro-vita** dei cittadini giapponesi tra i 40 e i 74 anni, che non dovrà essere superiore agli 85,09 centimetri per gli uomini e ai 90 per le donne. Tutti coloro che oltrepassano questi parametri, se dopo tre mesi dai controlli non avessero perso ancora peso, dovranno essere sottoposti ad una **dieta forzata**. Passati sei mesi, nel caso non dovessero ancora una volta rientrare nei limiti previsti, verranno addirittura **multati**. **L'obiettivo del governo** è quello di far scendere la popolazione sovrappeso del 10% entro i prossimi quattro anni e del 25% entro i prossimi sette. È normalissimo che la questione sia diventata presto oggetto di critiche, visto che, come detto anche da **Yoichi Ogushi**, professore alla Facoltà di Medicina della Tokai University, **i giapponesi non hanno bisogno di dimagrire** ulteriormente, ma la posizione del **Ministro della sanità** è fermissima: "**una legge del genere può aiutare tutti a stare meglio con se stessi e con gli altri, le compagnie e gli enti locali che non si adegueranno verranno punite con delle pesanti sanzioni finanziarie**". La **minoranza al governo** ritiene le **linee guida troppo severe** sostenendo che si tratta solo di un **escamotage per favorire il ricorso a trattamenti medici** superflui allo scopo di perdere peso e, in definitiva, di far lievitare la spesa medica. C'è anche da dire, però, che forse la scelta presa dal governo sia stata alimentata dalla **paura di radiazioni** dopo lo **scoppio della centrale di Fukushima** nel marzo 2011, infatti, secondo una ricerca, dopo l'episodio, circa 700mila bambini tra i 5 e i 17 anni starebbero aumentando di peso e, proprio in quella zona si è registrato il **tasso più elevato di obesità**. L'esercizio fisico, ha spiegato un funzionario ministeriale nel corso di una conferenza stampa, si è ridotto soprattutto tra gli allievi

1

delle scuole primarie, con una drastica limitazione delle attività all'aria aperta dovuta al timore di esporre bambini e adolescenti alle radiazioni il cui valore è ancora alto. Per la gioia delle grandi catene di fast food, un esperimento del genere sarebbe curioso da fare negli **Stati Uniti D'America**, Paese con la media più alta di obesi. Come farebbe la popolazione a stelle e strisce a rinunciare al McDonald's o alla Coca Cola?