



L'obesità è una malattia difficile da combattere; sconfiggerla è una sfida che richiede grandi sacrifici e scelte coraggiose. *Togliamoci il peso* racconta la complessità del fenomeno e fornisce gli strumenti per imparare a riconoscere il problema e acquisire la consapevolezza necessaria per affrontarlo. Avvalendosi del contributo di medici specialisti, nutrizionisti e psicologi, il volume descrive gli aspetti fondamentali di questo disturbo, prende in esame le possibili cause e le soluzioni, le varie tipologie di intervento chirurgico e i passi successivi da compiere; lo arricchiscono inoltre i racconti in prima persona di chi è guarito o è ancora alla ricerca del proprio equilibrio psicofisico.

Scritto a quattro mani da Carlo Gargiulo, medico conosciuto dal grande pubblico e da sempre impegnato sul fronte della divulgazione, e da Marina Biglia, presidente dell'associazione Insieme Amici Obesi ed ex grande obesa, *Togliamoci il peso* si pone come un prezioso contributo per comprendere una delle malattie più insidiose dei nostri giorni.

- Gli aspetti fondamentali del disturbo
- L'approccio clinico
- Gli interventi chirurgici possibili
- Il cambiamento e la ricostruzione dopo la terapia
- L'attività fisica
- Le testimonianze di chi ha affrontato il problema

ISBN 978-88-370-8724-1



9 788837 087241

Euro 16,00

Art Director: Dario Tagliabue  
Graphic Designer: Cirone-Musi  
Foto di copertina: Shutterstock Images



MONDADORI

MARINA BIGLIA CARLO GARGIULO

TOGLIAMOCI IL PESO

# MARINA BIGLIA CARLO GARGIULO

# TOGLIAMOCI IL PESO

## RICONOSCERE E COMBATTERE IL SOVRAPPESO E L'OBESITÀ

