

# Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
<b>Rubrica Segnalazioni Radio/TV</b>				
01:18	Rete 4	15/10/2013	TG4 H. 01.00 (ORA: 01:18 NOTIZIA: 9.1)	2
19:16	Rete 4	14/10/2013	TG4 H. 18.55 (ORA: 19:16 NOTIZIA: 13.1)	3
20:26	Rai1	13/10/2013	TG1 H. 20.00 (ORA: 20:26 NOTIZIA: 22.1)	4
19:52	Rai3	12/10/2013	TGR CAMPANIA H. 19.30 (ORA: 19:52 NOTIZIA: 2.1)	5
11:13	Rai1	11/10/2013	UNOMATTINA VERDE (ORA: 11:13 NOTIZIA: 4.1)	6
16:59	Rai3	11/10/2013	GEO (ORA: 16:59 NOTIZIA: 4.1)	7
18:45	Italia 1	10/10/2013	STUDIO APERTO H. 18.30 (ORA: 18:45 NOTIZIA: 15.1)	8
18:58	Italia 1	10/10/2013	STUDIO APERTO H. 18.30 (ORA: 18:58 NOTIZIA: 22.1)	9
19:22	Quartarete	10/10/2013	T4 19:00 (ORA: 19:22 NOTIZIA: 14.1)	10
18:21	Rai News	10/10/2013	NOTIZIARIO (ORA: 18:21 NOTIZIA: 19.1)	11
17:08	Rai1	10/10/2013	TG1 H. 17.00 (ORA: 17:08 NOTIZIA: 9.1)	12
02:06	Rai3	10/10/2013	GEO (ORA: 02:06 NOTIZIA: 2.1)	13
19:49	Rai3	10/10/2013	TGR PIEMONTE H. 19.30 (ORA: 19:49 NOTIZIA: 11.1)	14
18:20	Tg Com24	10/10/2013	TGCOM24 H 18.00 (ORA: 18:20 NOTIZIA: 15.1)	15
20:53	Tg Com24	10/10/2013	TGCOM24 H 20.30 (ORA: 20:53 NOTIZIA: 18.1)	16
19:03	Videogruppo	10/10/2013	PIEMONTE NEWS 19.00 (ORA: 19:03 NOTIZIA: 5.1)	17
<b>Rubrica Sicob</b>				
5	Il Giorno - Ed. Bergamo - Brescia	15/10/2013	BERGAMOSCIENZA, CIBO E ALIMENTAZIONE PROTAGONISTI S	18
	Bergamonews.it	14/10/2013	GUSTO, SAPORI E SALUTE/LO CHEF GUALTIERO MARCHESI/INCONTRA CLINICA CASTELLI	19
	Ecodibergamo.it	14/10/2013	RAPPORTO TRA CIBO E SALUTE A BGSCIENZA GUALTIERO MARCHESI	22
	Freenewspos.com	14/10/2013	RAPPORTO TRA CIBO E SALUTE A BGSCIENZA GUALTIERO MARCHESI	24
27	Il Mattino di Padova	11/10/2013	OBESITA' RISOLTA PER VIA CHIRURGICA IN AZIENDA	26
23	Cronache di Napoli	10/10/2013	MUORE DOPO L'INTERVENTO PER DIMAGRIRE	27
	Ilcittadinodimessina.it	08/10/2013	OBESIT IN AUMENTO: QUANDO SCEGLIERE LA VIA CHIRURGICA	28
<b>Rubrica Alimentazione e salute</b>				
39	La Repubblica	15/10/2013	L'ORTORESSIA IL CIBO "BIO" CHE DIVENTA UN'OSSESSIONE (E.Del toma)	29
44	La Repubblica	15/10/2013	IL PROGRAMMA ALIMENTARE DAL PANCIONE ALLA SCUOLA MATERNA	30
21	Il Messaggero	13/10/2013	GUERRA AL CIBO SPAZZATURA (A.Galdo)	32
21	Libero Quotidiano	11/10/2013	GIU' LE MANI DALLA POLENTA (C.Cambi)	34
104	Famiglia Cristiana	13/10/2013	DOLCETTI AL CIOCCOLATO, VISTA E BUONUMORE (G.Calabrese)	36
119/24	D La Repubblica delle Donne (La Repubblica)	12/10/2013	IL MIO CORPO ESAGERATO (P.Scaccabarozzi)	37
252	Io Donna (Corriere della Sera)	12/10/2013	18-20	41
252	Io Donna (Corriere della Sera)	12/10/2013	FRUTTI DI BOSCO: MEGLIO FRESCHI (G.Calabrese/C.Calabrese)	42
252	Io Donna (Corriere della Sera)	12/10/2013	NOTTE IN BIANCO? CARRELLO SUPER (E.Meli)	43
7	Il Giornale - Ed. Milano	11/10/2013	OBESI, IL RECORD TOCCA ALLA LOMBARDIA	44



**TG4 H. 01.00 (ORA: 01:18 NOTIZIA: 9.1)**

**CRONACA: SI PARLA DI PAOLO SALVATO, MORTO DOPO UN INTERVENTO CHIRURGICO PER DIMAGRIRE.**

**INTERVENTO DI: C. SALVATO, SORELLA DI PAOLO**

**INTERVENTO DI: G. BARTOLINO, LEGALE FAMIGLIA SALVATO**

**AUTORE: OMESSA**

**(1) DURATA:0:01:34**



**TG4 H. 18.55 (ORA: 19:16 NOTIZIA: 13.1)**

**CRONACA: CASTELLAMMARE DI STABIA. PAOLO SALVATO, UN 38ENNE AFFETTO DA OBESITA', SI ERA SOTTOPOSTO AD UN INTERVENTO PER RIDURRE IL PROPRIO PESO, MA DOPO POCHI GIORNI E' DECEDUTO.**

**INTERVENTO DI: COSIMINA SALVATO, SORELLA DI PAOLO**

**INTERVENTO DI: GENNARO BARTOLINO, LEGALE**

**AUTORE: BRUNA VARRIALE**

**(1) DURATA:0:01:50**

**TG1 H. 20.00 (ORA: 20:26 NOTIZIA: 22.1)**

**TELECOMUNICAZIONI: SI CHIAMANO ACTIVE GAMES E SONO VIDEOGIOCHI CHE AIUTANO A CONTRASTARE L'OBESITA' ANCHE INFANTILE**

**INTERVENTO DI: PERSONE COMUNI**

**INTERVENTO DI: CHRISTIAN ZAULI, PRES IST ITALIANO PER LA CRESCITA DELLA PERSONA ONLUS**

**INTERVENTO DI: FRANCESCA MARAFIOTI, INSEGNANTE ZUMBA ISTRUTTRICE IUSM**

**AUTORE: CARLOTTA MANNU**

**(1) DURATA:0:01:51**

**TGR CAMPANIA H. 19.30 (ORA: 19:52 NOTIZIA: 2.1)**

**MEDICINA: ALL'OSPEDALE EVANGELICO VILLA BETANIA LE ULTIME RICERCHE NEL CAMPO DELLA GASTROENTEROLOGIA. L'OSPEDALE E' DIVENTATO PUNTO DI RIFERIMENTO NEL CAMPO DELLA CURA DEI TUMORI ADDOMINALI E DELL'OBESITA' PATOLOGICA.**

**INTERVENTO DI: GIUSEPPE PAOLO DIR. UOC CHIRURGIA GENERALE FEDERICO II NAPOLI**

**AUTORE: LUIGI CARBONE**

**(1) DURATA:0:01:16**

UNOMATTINA VERDE (ORA: 11:13 NOTIZIA: 4.1)

**SALUTE E SANITA': OBESITA', UN "PESO" PER LA SOCIETA'? IL PROF. DI FLAVIANO DEFINISCE  
"IMPEGNATIVA" LA CHIRURGIA DELL'OBESITA', ULTIMO STEP DI UN LUNGO PERCORSO.**

**INTERVISTA A: EZIO DI FLAVIANO, NUTRIZIONISTA (IN STUDIO)**

**AUTORE: E. ISOARDI, M. OSSINI SPEAKER**

**(1) DURATA:0:01:01**

**GEO (ORA: 16:59 NOTIZIA: 4.1)**

**ENOGASTRONOMIA: COME FARE MANGIARE IL PESCE AI BIMBI, BIANCHI SPIEGA ALCUNE ATTIVITA' DELLA FONDAZIONE VERONESI.**

**IL PROBLEMA DELL'OBESITA' NEI BAMBINI**

**INTERVISTA A: MARCO BIANCHI, CHEF - CONSULENTE FONDAZIONE VERONESI (OSPITE IN STUDIO)**

**AUTORE: EMANUELE BIGGI - SILVIA SAGRAMOLA SPEAKER**

**(1) DURATA:0:05:00**



Data 10-10-2013  
Pagina 18:45  
Foglio 1

**STUDIO APERTO H. 18.30 (ORA: 18:45 NOTIZIA: 15.1)**

**CRONACA: CASTELLAMMARE. 38ENNE OBESO MUORE, SI ERA SOTTOPOSTO ALLA RIDUZIONE DELLO STOMACO PER DIMAGRIRE.**

**AUTORE: BRUNA VARRIALE**

**(1) DURATA:0:01:33**



**STUDIO APERTO H. 18.30 (ORA: 18:58 NOTIZIA: 22.1)**

**SALUTE E SANITA': DI OGGI LA NOTIZIA DEL CALVARIO DI PAOLO, RAGAZZO MORTO PER UN'OPERAZIONE PER DIMAGRIRE, MA MOLTE PERSONE COMBATTONO IL DRAMMA DELL'OBESITA'.**

**INTERVENTO DI: ANDREA NOTARI, GIORNALISTA OBESO**

**AUTORE: PATRIZIA CAREGNATO**

**(1) DURATA:0:02:57**

**T4 19:00 (ORA: 19:22 NOTIZIA: 14.1)**

**SALUTE E SANITA': GGIÈ LA GIORNATA MONDIALE DELLA PREVENZIONE CONTRO L'OBESITA'. IN PIAZZA SAN CARLO DIVERSE STRUTTURE OSPEDALIERE FORNIRANNO CONTROLLI GRATUITI PER TUTTI. I CONSIGLI PER RIMANERE IN FORMA E SALUTE.**

**INTERVISTA A: ANDREA PEZZANA (RESP. DIETOLOGIA OSPEDALE SAN GIOVANNI BOSCO DI TORINO)**

**AUTORE: OMESSO**

**(1) DURATA:0:02:29**

NOTIZIARIO (ORA: 18:21 NOTIZIA: 19.1)

**AGRICOLTURA: OGGI E' LA GIORNATA MONDIALE DELL'OBESITA', SECONDA CAUSA DI MORTE DOPO IL FUMO, IN AUMENTO IL FENOMENO DELL'OBESITA' INFANTILE. LA SOCIETA' ITALIANA DI PEDIATRIA PREVENTIVA HA SEGNALATO CHE LE FAMIGLIE ITALIANE CONSUMANO PIU' MERENDINE E BEVANDE ZUCCHERATE. LA COLDIRETTI SI E' IMPEGNATA AL PROGETTO 'EDUCAZIONE ALLA CAMPAGNA AMICA' NELLE SCUOLE DI TUTTA ITALIA**

**INTERVISTA A: PERSONE COMUNI**

**AUTORE: LUCILLA FRANCHETTI**

**(1) DURATA:0:01:53**



TG1 H. 17.00 (ORA: 17:08 NOTIZIA: 9.1)

**MEDICINA: GIORNO DELL'OBESITA', UNA PATOLOGIA IN CRESCITA.**

**INTERVENTO DI: SERGIO LEOTTA, DIR. UNITA' OPERATIVA DIETOLOGIA OSP PERTINI DI ROMA.**

**GRAFICO: COLPITI DALL'OBESITA.**

**AUTORE: ANNA PAOLA RICCI**

**(1) DURATA:0:01:47**

**GEO (ORA: 02:06 NOTIZIA: 2.1)**

**ATTUALITA': I FICHI, UN FRUTTO VERSATILE CON GRANDI PROPRIETA' NUTRIZIONALI, SI POSSONO REALIZZARE ANCHE LE TAGLIATELLE AI FICHI. OGGI E' ANCHE LA GIORNATA NAZIONALE DELL'OBESITA' E CON IL DOTTOR MORINO SI DISCUTE DELL'IMPORTANZA DELL'EDUCAZIONE ALIMENTARE.**

**INTERVISTA A: ALESSIA UCCELLINI, CUOCA**

**INTERVISTA A: GIUSEPPE MORINO, PEDIATRA DIETOLOGO DELL'OSPEDALE BAMBINO GESU' DI ROMA**

**ALL'INTERNO VA IN ONDA:**

**- LA SCHEDA DI FEDERICA ANNIBALI SUI FICHI**

**AUTORE: SVEVA SAGRAMOLA ED EMANUELE BIGGI SPEAKER + IMMAGINI**

**(1) DURATA:0:21:36**

**TGR PIEMONTE H. 19.30 (ORA: 19:49 NOTIZIA: 11.1)**

**SALUTE E SANITA': TANTE LE INIZIATIVE OGGI IN TUTTA ITALIA PER LA GIORNATA DEDICATA ALL'OBESITY DAY', PER SENSIBILIZZARE L'OPINIONE PUBBLICA CONTRO L'OBESITA', UN FENOMENO SEMPRE PIU' DIFFUSO ANCHE IN PIEMONTE, SOPRATTUTTO TRA I GIOVANISSIMI.**

**CITAZIONI: OMS (ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA')**

**AUTORE: DARIO MORICONE**

**(1) DURATA:0:01:43**

**TGCOM24 H 18.00 (ORA: 18:20 NOTIZIA: 15.1)**

**CRONACA: CASTELLAMMARE. 38ENNE OBESO MUORE, SI ERA SOTTOPOSTO ALLA RIDUZIONE DELLO STOMACO PER DIMAGRIRE.**

**AUTORE: BRUNA VARRIALE.**

**(1) DURATA:0:01:27**

TGCOM24 H 20.30 (ORA: 20:53 NOTIZIA: 18.1)

**CRONACA: NAPOLI, UN RAGAZZO CON GRAVI PROBLEMI DI OBESITA' E' MORTO DOPO  
UN'OPERAZIONE PER RIDURRE LO STOMACO**

**AUTORE: BRUNA VARRIALE**

**(1) DURATA:0:01:29**

**PIEMONTE NEWS 19.00 (ORA: 19:03 NOTIZIA: 5.1)**

**SALUTE E SANITA': OGGI È LA GIORNATA MONDIALE DELLA PREVENZIONE CONTRO L'OBESITA'.  
IN PIAZZA SAN CARLO DIVERSE STRUTTURE OSPEDALIERE FORNIRANNO CONTROLLI GRATUITI  
PER TUTTI. I CONSIGLI PER RIMANERE IN FORMA E SALUTE.**

**INTERVISTA A: ANDREA PEZZANA (RESP. DIETOLOGIA OSPEDALE SAN GIOVANNI BOSCO DI  
TORINO)**

**INTERVISTA A: OMESSO**

**AUTORE: OMESSO**

**(1) DURATA:0:02:05**

**L'EVENTO** SAPORI & SALUTE: INCONTRO CON GUALTIERO MARCHESI E I MEDICI DELLA CASTELLI  
**BergamoScienza, cibo e alimentazione protagonisti**

— BERGAMO —

**PROSEGUE** all'insegna del buon cibo l'edizione 2013 di BergamoScienza che, come ogni anno, sta riscuotendo un ampio successo di pubblico e chiuderà i battenti nel prossimo week end. Venerdì 18, presso il Temporary Lab allestito in via Sabotino 2/a (piazza Dante), saranno presenti i medici della Clinica Castelli di Bergamo per parlare di alimentazione e di obesità. Tema della giornata sarà, dalle 10.30 alle 20, l'educazione alimentare a tavola, con laboratori didattici e possibilità di dialogo diretto con gli specialisti. Si parte, in mattinata, con il "Tris dei Sapori", un gioco scientifico attraverso cui sperimentare le proprie conoscenze alimen-

tari e, in caso, di bisogno, correggerle. In serata, invece, arriverà lo chef Gualtiero Marchesi che si misurerà con un momento di "cooking show" insieme a Mauro Defendente Febbrari, endocrinologo e diabetologo, docente alla Scuola professionale infermieristica dei Riuniti di Bergamo. «Sono circa sei milioni gli italiani obesi — dichiara Roberto Sacco, responsabile del dipartimento Area chirurgica della Clinica Castelli e direttore scientifico dell'evento — Un dato allarmante, in costante crescita, dichiarato in occasione di un recente congresso della Sicob (Società Italiana di chirurgia dell'obesità e malattie metaboliche). I chili di troppo compromettono seriamente salute e qualità di vita, e incidono, di conse-

guenza, sulle risorse economiche del Servizio sanitario nazionale. Per prevenire l'obesità, l'arma più efficace resta, dunque, una corretta educazione alimentare».

Di cibo "BergamoScienza" si occuperà anche domenica 20, all'Auditorium di piazza della Libertà con un'iniziativa in programma alle 16,30 e dedicata, in particolare, ai più piccoli: in scena, infatti, ci sarà l'operina "Pasticcio al museo" frutto di un'idea di Alessandro Bottelli, scrittore e autore letterario, su musiche di Teresa Procaccini. Si tratta della prima rappresentazione in assoluto: tema centrale saranno gli abusi a tavola, il rischio di sovrappeso e qualche segreto per un'alimentazione che prevenga, anziché provocare, le malattie.



**STELLATO** Lo chef Gualtiero Marchesi sarà protagonista di un "cooking show"





## In evidenza

**L'OPERAZIONE**

Svizzera, prelievo dell'1% ai ricchi pro disoccupati  
Fattibile in Italia? Vota

**IL CASO**

"Onore al leone Priebke"  
Parole shock dal presidente degli impianti di Lizzola

**POLITICA**

Verso il congresso Pd  
Ecco tutti i candidati all'assemblea provinciale

1 of 2 [seguinte >](#)Ti trovi in: [Home](#) > [Cultura e Spettacolo](#)**BERGAMOSCIENZA**

Venerdì 18 ottobre 2013, Clinica Castelli è al Green Temporary Lab di BergamoScienza, in via Monte Sabotino 2/a, con una giornata tutta dedicata al rapporto tra cibo e salute e dove sarà ospite lo chef Gualtiero Marchesi.

## Gusto, sapori e salute Lo chef Gualtiero Marchesi incontra Clinica Castelli

Tweet



Si parte con il "Tris dei Sapori", un gioco scientifico attraverso cui sperimentare le proprie conoscenze alimentari e correggerle con l'aiuto degli specialisti del Centro Obesità di Clinica Castelli disponibili a fornire informazioni a chi vuol saperne di più. Ma il gioco non finisce qui. Si continua ai fornelli dove giovani chef dell'Istituto Alberghiero di San Pellegrino Terme trasformano "live" alcuni prodotti buoni, sani, presentati e garantiti da Slow Food, nel miglior "tris dei sapori" da degustare tutti insieme.

**UNA GIORNATA DI APPUNTAMENTI**

- Dalle 10.30 alle 13.00, Laboratorio su prenotazione per gli studenti della Scuola Media Superiore con il gioco e il cooking show;
- Dalle 14.30 alle 17.30, Lo Specialista risponde, spazio aperto al pubblico durante il quale i medici della Clinica

Cerca

Fondazione della comunità bergamasca

"L'ho fatto io"  
Il progetto artistico per portatori di handicap  
[Visita l'archivio](#)

Segnala una notizia

[Segnala una notizia](#)

Servizi di bergamonews

[Contatta la redazione](#)[Newsletter](#)

Seguici su facebook



saranno a disposizione di coloro che vorranno saperne di più (ingresso libero, senza prenotazione);

- Dalle 17.30 alle 20.00, Laboratorio su prenotazione (per tutti) con il gioco e il cooking show e la partecipazione di due ospiti speciali: **lo Chef stellato Gualtiero Marchesi e Mauro Defendente Febrari, Endocrinologo e Diabetologo**, Docente alla Scuola Professionale Infermieristica Ospedali Riuniti di Bergamo con incarico in Dietoterapia e Patologia Medica Endocrina e della Riproduzione.

Di **Clinica Castelli** intervengono: **Roberto Sacco, Riccardo Bonfanti, Chirurgo Bariatrico; Franco Greco, Chirurgo Bariatrico; Cristina Cappellini, Diabetologa e Responsabile Centro Obesità; Renata Cepparulo, Dietista; Danila Camozzi, Endocrinologa; Giulia Deretti, psicologa; Laura Pedretti, Patient Manager Centro Obesità e Simona Telesca, Responsabile Infermieristica.**

"Sono circa sei milioni gli italiani obesi - dichiara Roberto Sacco, Responsabile Dipartimento Area Chirurgica Clinica Castelli e Responsabile Scientifico dell'evento. Un dato allarmante, in costante crescita, dichiarato in occasione di un recente congresso della Sicob (Società Italiana di chirurgia dell'obesità e malattie metaboliche). I chili di troppo compromettono seriamente salute e qualità di vita, e incidono, di conseguenza, sulle risorse economiche del Servizio Sanitario Nazionale. Per prevenire l'obesità, l'arma più efficace resta, infatti, una corretta educazione alimentare, associata a uno stile di vita dinamico, in cui sia favorita l'attività fisica sin dai primi anni di scuola. Per questa ragione, Clinica Castelli ha scelto, nell'ambito di BergamoScienza, di stimolare una riflessione su questo tema, con una modalità in linea con il festival: alto profilo scientifico dei contenuti e dei Relatori e stile divulgativo, pratico e interattivo".

"Non sempre però - continua Sacco - la combinazione di adeguate regole alimentari e movimento può risultare sufficiente per contrastare i casi di obesità di grado importante - dai 35 BMI Body Mass Index, Indice di Massa Corporea - in su: quando questi approcci risultano fallimentari, l'unica possibile soluzione è costituita dalla chirurgia, che negli ultimi decenni, grazie all'introduzione delle procedure laparoscopiche, è diventata più sicura e meno invasiva".

L'evento è realizzato in collaborazione con: Slow Food Bergamo, Valli Orobiche, Bassa Bergamasca; Istituto Professionale di Stato per i Servizi Alberghieri e della Ristorazione di San Pellegrino Terme. Si ringrazia: Immobiliare della Fiera, Polaris Cucine Contemporanee.

#### **MAURO DEFENDENTE FEBBRARI**

Laureato in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Napoli nel 1978 e specializzato, nella stessa Università, in Endocrinologia e Diabetologia. Autore di pubblicazioni scientifiche, soprattutto riguardante il rapporto salutistico del vino, dell'olio extravergine d'oliva e della pasta. Per oltre vent'anni medico personale di Luigi Veronelli e responsabile scientifico del Gruppo Editoriale, oltre che consigliere del Seminario Permanente omonimo, associazione senza scopo di lucro volto all'informazione del mondo alimentare, e di sensibilizzazione degli utenti e controllo dei produttori. Ha partecipato alle pubblicazioni di Ex Vinis, gli Oli secondo Luigi Veronelli, il Consenso, l'Etichetta, il Sommelier, Sport Magazine, HO.RE.CA e CHEF.

Per oltre due anni collaboratore di Vittorio Feltri sul quotidiano Libero, con la rubrica domenicale il racconto del cibo e suo gusto: "Grassi e Magri". Di recentissima uscita, per Editore I.N.C (Innovation News Comunicazione) OCCHIO e NUTRIZIONE, coautore con Lucio Buratto, Eugenio Del Toma, Riccardo De Pra (Ristorante Pois d'Alpago, Belluno). Per tre anni collaboratore di H.O.R.E.C.A Magazine con una rubrica di Bromatologia sui principali ristoranti in Italia e nel mondo; e di CHEF con Gourmet Trainer (salute e ristorazione). Ispettore delle principali guide gastronomiche: l'Espresso, Veronelli, Identità Golose. Fuori Casello. Collabora con molti rinomati chef italiani per gli aspetti nutrizionali dei loro piatti.

#### **GUALTIERO MARCHESI**

Quella di Gualtiero Marchesi per la cucina è stata una vocazione, ma una vocazione cercata, prima accolta attraverso l'esempio dei genitori che possedevano l'albergo ristorante Al Mercato, in via Bezzacca, a Milano, e poi messa, continuamente in discussione. La passione per il disegno e per la musica, l'opera in particolare, c'erano già come la fame di letture e, ogni giorno, il lavoro impostato con rigore e sensibilità distingueva quel ristorante da altre cucine quotidiane, spingendo Gualtiero Marchesi a pensare in meglio. Per un ragazzo nato nel 1930, la svolta arriva nel dopoguerra, mischiando la propria energia a quella di un'intera nazione. Non è solo il desiderio di conoscere, di muoversi, di fare esperienza, ma soprattutto di misurarsi con il resto del mondo, misurando fino in fondo le capacità personali a partire dagli anni di apprendistato al Kulm di Saint Moritz e alla Scuola alberghiera di Lucerna. Il gusto per la sfida avrebbe permesso a Marchesi di primeggiare in altri campi, lasciando comunque un'impronta di sé. È un fatto di selezione, di cromosomi. A lui riuscivano bene anche correre in bicicletta, tirare di fioretto, giocare a biliardo o ballare. Per il fatto di avere al musica nel sangue e di essersi innamorato di una concertista, troverà naturale prendere lezioni di piano dalla futura moglie. Del resto, solo l'inquietudine dei curiosi può essere così forte da lasciare che si chiudesse il capitolo del ristorante familiare nonostante i suoi successi, condivisi con ospiti come Mario Monicelli, Giovanni Testori, Gianni Agnelli, Luchino Visconti, Federico Fellini, Francesco Monzino per emigrare, a quarant'anni, sposato e padre di due figlie, in Francia. Saranno ancora due anni di studio, decisi proprio nell'anno in cui esplodeva il Sessantotto, andando a bottega da i fratelli Troisgros, al ristorante Ledoyen a Parigi e al Chapeau Rouge di Digione, aprendo gli occhi e la mente alle novità che di lì a poco daranno sostanza e forma alla Nouvelle Cuisine. «Tornai a casa - ricorda Marchesi - solo quando fui sicuro di aver imparato la semplicità». È questo un tema capitale che, prima, con l'apertura del ristorante in via Bonvesin de la Riva, fino ad oggi con il menu futuribile, intitolato - cucina contraddistingue la sua ricerca che dalle vette della tecnica, solo apparentemente minimalista, porta all'evidenza sostanziale della materia. «La forma è materia» - ripete, infatti, spessissimo. Apre il suo primo ristorante milanese nel 1977, conquistando la prima stella Michelin, seguita, l'anno successivo, da una seconda.

A due anni dall'apertura, i gastronomi Gault e Millau, nel corso di un'intervista al Time, lo annoverano tra i quindici ristoranti al mondo che preferiscono. La terza stella arriva nel 1985, primo in Italia ad ottenerla.

Nel 2008, sarà anche il primo, ma questa volta al mondo, a riconsegnarle tutte, convinto che, ormai, si tratti di un gioco al rialzo, dove si sale e si scende per tenere alto il buon umore e le fortune dei critici. «L'ho fatto anche per dare un esempio e dire ai giovani che la passione per la cucina non può essere subordinata ai voti. Molti di loro, invece, si sacrificano solo in funzione del giudizio, lavorano astrattamente per avere la stella. Non è sano né giusto». Il rispetto del sapere e la sua condivisione con chi si avvicina al mestiere del cuoco fanno da cardine ad un carattere impulsivo e aperto, strutturato in funzione dell'emozione. Il carattere di un artista che cerca nel colpo d'occhio il gesto risolutivo, tale da allineare idee e convinzioni, l'appetito del bello e l'appetito del buono. Vent'anni dopo Bonvesin de la Riva, Gualtiero Marchesi apre il suo ristorante in

Franciacorta, all'Albereta di Erbusco. Un viaggio dalla città alla campagna che non sarà di sola andata, e che dopo varie tappe a Parigi, Roma e Cannes lo scopre a ripensare a Milano nel 2008, con il Ristorante Teatro Alla Scala 'Il Marchesino'.

Il Marchesino, ritorno a Milano nel tempio italiano della Musica lirica per proporre la sua cucina totale con un servizio ininterrotto dalle 8 del mattino al dopo Scala. Innumerevoli sono i riconoscimenti e i premi, meritati nell'arco di una carriera lunga più di sessant'anni, ma quello che più si avvicina al compito del maestro è il ruolo di rettore di Alma, la Scuola Internazionale di Cucina Italiana, fortemente voluta da Marchesi, inaugurata nel 2003 all'interno della Reggia di Colorno. Arrivato al traguardo degli ottant'anni Marchesi si è reso conto che il suo compito era creare una Fondazione che potesse custodire e valorizzare il suo 'sapere' e che sarà attiva nella diffusione "del bello e del buono" approfondendo le ispirazioni artistiche fondamentali per la cucina creativa.

Per approfondimenti: [www.gualtieromarchesi.it](http://www.gualtieromarchesi.it)

Lunedì, 14 Ottobre, 2013

Autore: Redazione Berga...



**ANNUNCI 4WNET**



**VegasClub**  
 Gioca live con le nostre  
 croupier  
[Gioca ora!](#)



**Il nuovo iPhone a 17 €?**  
 Agli utenti italiani uno sconto  
 del 80% grazie a un trucco  
[megabargains24.com](http://megabargains24.com)



**Assicurazione Auto - 450€**  
 Calcola il tuo prezzo con  
 Zurich Connect in soli 3  
 minuti!  
[Inizia il Preventivo](#)

**AGGIUNGI UN COMMENTO**


Invia    Anteprima



**LA CRISI**  
 Default Usa: le conseguenze del  
 crac

**MEDIA**  
 Pdl, a Sallusti offerto TgCom24

**POLEMICA**  
 Financial Times: «Letta  
 protezionista»

**IL CASO**  
 Priebke, polemica sul cadavere:  
 «Seppellitelo assieme agli

**DA NON PERDERE:**

**I piu letti**



**IL CASO**  
 Gruppo in Facebook  
 inneggia al nazista  
 Priebke  
 L'ha creato un  
 bergamasco

Gallerie



**IL BOIA NAZISTA**  
 I funerali di Priebke  
 diventano un giallo  
 Anche la Chiesa  
 dice no



**PENA**  
 Domiciliari? No,  
 Berlusconi sceglie  
 i servizi sociali



**LA TESTIMONIANZA**  
 "Io e il gioco  
 d'azzardo,  
 malattia  
 diffusissima  
 diventata

ACCEDE | REGISTRATI | ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER »

Cerca nel sito...

# L'ECO DI BERGAMO.it

METEO



Lunedì 14 Ottobre 2013

BERGAMO CITTÀ | HINTERLAND | BASSA BERGAMASCA | ISOLA | LE VALLI

[HOMEPAGE](#) | [CRONACA](#) | [ECONOMIA](#) | [CULTURA E SPETTACOLI](#) | [SPORT](#) | [FOTO](#) | [VIDEO](#) | [RUBRICHE](#)

L'Eco di Bergamo > Cultura e Spettacoli

[CHI SIAMO](#) | [ABBONAMENTI](#) | [PUBBLICITÀ](#) | [NECROLOGIE](#)

Rimani aggiornato! Puoi essere avvisato quando viene inserita una notizia di tuo interesse:

[Aggiungi avvisi con gli argomenti di tuo interesse »](#)



VIDEO



**Sta facendo il giro di Facebook**



**BERGAMO NOTIZIE 13/10/2013**



**Alta Quota, tante iniziative per grandi e piccini**



**Ansa**  
Meta' italiani a dieta ma 'fai da te'

## Rapporto tra cibo e salute A BgScienza Gualtiero Marchesi

**Consiglia** 3 persone consigliano questo elemento. [Registrati per vedere cosa consigliano i tuoi amici.](#)

[Tweet](#)

14 ottobre 2013 | **Cultura e Spettacoli** | [Commenta](#)



Gualtiero Marchesi (Foto by Luisa Valieri)

Venerdì 18 ottobre la Clinica Castelli è al Green Temporary Lab di BergamoScienza, in via Monte Sabotino 2/a (Piazza Dante), con una giornata tutta dedicata al rapporto tra cibo e salute.

Si parte con il «Tris dei Sapori», un gioco scientifico attraverso cui sperimentare le proprie conoscenze alimentari e correggerle con l'aiuto degli specialisti del Centro Obesità di Clinica Castelli disponibili a fornire informazioni a chi vuol saperne di più. Ma il gioco non finisce qui. Si continua ai fornelli dove giovani chef dell'Istituto Alberghiero di San Pellegrino Terme trasformano «live» alcuni prodotti buoni, sani, presentati e garantiti da Slow Food, nel miglior «tris dei sapori» da degustare tutti insieme.

Una giornata, tre appuntamenti:

- Dalle 10.30 alle 13, laboratorio su prenotazione per gli studenti della Scuola Media Superiore con il gioco e il cooking show;
- Dalle 14.30 alle 17.30, Lo Specialista risponde, spazio aperto al pubblico durante il quale i medici della Clinica saranno a disposizione di coloro che vorranno saperne di più (ingresso libero, senza prenotazione);
- Dalle 17.30 alle 20, Laboratorio su prenotazione (per tutti) con il gioco e il cooking show e la partecipazione di due ospiti speciali: lo chef stellato Gualtiero Marchesi e Mauro Defendente Febrari, endocrinologo e Diabetologo, docente alla Scuola Professionale Infermieristica Ospedali Riuniti di Bergamo con incarico in Dietoterapia e Patologia medica endocrina e della riproduzione.

Di Clinica Castelli intervengono Roberto Sacco, Riccardo Bonfanti, Franco Greco, Cristina Cappellini, Renata Cepparulo, Danila Camozzi, Giulia Deretti, Psicologa e Laura Pedretti. «Sono circa sei milioni gli italiani obesi – dichiara Roberto Sacco, responsabile Dipartimento Area Chirurgica Clinica Castelli e Responsabile Scientifico dell'evento - , un dato allarmante, in costante crescita, dichiarato in occasione di un recente congresso della Sicob (Società Italiana di chirurgia dell'obesità e malattie metaboliche). I chili di troppo compromettono seriamente salute e qualità di vita, e incidono, di conseguenza, sulle

### AL CINEMA

Film:

Città:

Cinema:

[CERCA](#)

### L'INSERTO Cerca la tua casa!



**Seriate**  
Centralissimo  
Appartamento - Zona Oratorio ...



**Bergamo**  
Borgo Palazzo, trilocale 2. piano, ...



**Bergamo**  
Clementina Borgo Palazzo, luminoso trilocale ...

risorse economiche del Servizio Sanitario Nazionale. Per prevenire l'obesità, l'arma più efficace resta, infatti, una corretta educazione alimentare, associata a uno stile di vita dinamico, in cui sia favorita l'attività fisica sin dai primi anni di scuola. Per questa ragione, Clinica Castelli ha scelto, nell'ambito di BergamoScienza, di stimolare una riflessione su questo tema, con una modalità in linea con il festival: alto profilo scientifico dei contenuti e dei Relatori e stile divulgativo, pratico e interattivo».

Per info [www.bergamoscienza.it](http://www.bergamoscienza.it)

© riproduzione riservata

CHE SI FA OGGI?

**BERGAMOTV**

**Bergamo Notizie**  
L'informazione quotidiana

**Bergamo Notizie**  
Per non udenti

**Non solo meteo**  
Il meteo di Regazzoni

**Tutto Atalanta Casting**  
I provini delle ragazze

**Odonto Salute**  
I consigli del dentista

Accedi al sito [per votare](#) Risultato: Stampa Invia ad un

- ALTRE NOTIZIE
- > «Buone prassi quotidiane» Al via un nuovo percorso
  - > La «Scienza tra le pieghe» I laboratori tra i piccoli degenti
  - > Musical, comici e mattatori Apre la stagione del Creberg
  - > Il «Nobel» per il bosone di Higgs La Giannotti a BergamoScienza
  - > Il vescovo mons. Beschi a Concesio Una serata dedicata a Roncalli e Montini
  - > La lezione spirituale di Giovanni XXIII Al via «Introduzione alla Teologia»
  - > Sei un comico esordiente? A Seriate torna «Ridi'n'Bergamo»
  - > BergamoScienza e le mele Da Eva per arrivare alla Apple
  - > Ciak si gira a Bergamo Tv Film su Arlecchino con Pasotti
  - > Flash mob operistico a New York Lo dirige il bergamasco Micheli

Invia il tuo commento

**INVIA**

**L'Insero: gli annunci della tua città'**

  
**Seriate**

  
**Bergamo**

  
**Bergamo**

  
**Bergamo**

  
**Ranica**

  
**CONSULENZE**

**Case in Festa**

  
**Sara Paris**

  
**Alessia Lavorata**

  
**Parimbelli Lorenzina**

  
**Albini Matteo**

  
**GRETA RUGGERI**

  
**Francesco Carnazzi**

  
**Patrizio Andrioletti**

**Orobie**









**INIZIATIVE EDITORIALI**



Dal 12 Settembre  
Al 28 Ottobre

**DVD "GLI ANNI E I GIORNI"**

Pagina 1 di 2



Al 11 Novembre

**GUIDA AI PROFESSIONISTI DELLA CASA**

pos

**POS Pulsante BOX**  
 Servizi guida

**R**icerca rapida: Hai bisogno di leggere il testo con il mouse attraversato, ottenere la lettura illimitata.

## Rapporto tra cibo e salute A BgScienza Gualtiero Marchesi

**PER APPROFONDIRE:** 18 ottobre, aiuto specialisti, alimentari correggerle, attraverso sperimentare, centro obesita, clinica castelli

14 Ottobre 2013 12:45:03

Venerdì 18 ottobre la Clinica Castelli è al Green Temporary Lab di BergamoScienza, in via Monte Sabotino 2/a (Piazza Dante), con una giornata tutta dedicata al rapporto tra cibo e salute.

Si parte con il «Tris dei Sapori», un gioco scientifico attraverso cui sperimentare le proprie conoscenze alimentari e correggerle con l'aiuto degli specialisti del Centro Obesità di Clinica Castelli disponibili a fornire informazioni a chi vuol saperne di più



ecodibergamo.it

Ma il gioco non finisce qui. Si continua ai fornelli dove giovani chef dell'Istituto Alberghiero di San Pellegrino Terme trasformano «live» alcuni prodotti buoni, sani, presentati e garantiti da Slow Food, nel miglior «tris dei sapori» da degustare tutti insieme.

Una giornata, tre appuntamenti: - Dalle 10.30 alle 13, laboratorio su prenotazione per gli studenti della Scuola Media Superiore con il gioco e il cooking show; - Dalle 14.30 alle 17.30, Lo Specialista risponde, spazio aperto al pubblico durante il quale i medici della Clinica saranno a disposizione di coloro che vorranno saperne di più (ingresso libero, senza prenotazione); - Dalle 17.30

alle 20, Laboratorio su prenotazione (per tutti) con il gioco e il cooking show e la partecipazione di due ospiti speciali: lo chef stellato Gualtiero Marchesi e Mauro Defendente Febrari, endocrinologo e Diabetologo, docente alla Scuola Professionale Infermieristica Ospedali Riuniti di Bergamo con incarico in Dietoterapia e Patologia medica endocrina e della riproduzione. Di Clinica Castelli intervengono Roberto Sacco, Riccardo Bonfanti, Franceco Greco, Cristina Cappellini, Renata Cepparulo, Danila Camozzi, Giulia Deretti, Psicologa e Laura Pedretti. «Sono circa sei milioni gli italiani obesi – dichiara Roberto Sacco, responsabile Dipartimento Area Chirurgica Clinica Castelli e Responsabile Scientifico dell'evento -, un dato allarmante, in costante crescita, dichiarato in occasione di un recente congresso della Sicob (Società Italiana di chirurgia dell'obesità e malattie metaboliche). I chili di troppo compromettono seriamente salute e qualità di vita, e incidono, di conseguenza, sulle risorse economiche del Servizio Sanitario Nazionale. Per prevenire l'obesità, l'arma più efficace resta, infatti, una corretta educazione alimentare, associata a uno stile di vita dinamico, in cui sia favorita l'attività fisica sin dai primi anni di scuola. Per questa ragione, Clinica Castelli ha scelto, nell'ambito di BergamoScienza, di stimolare una riflessione su questo tema, con

### video correlati

Nessun video correlati

### Pop Iscritti

- Lampedusa migranti [Alitalia Poste](#)
- politica francese [Bossi Fini](#)
- Amnistia [deficit Pil](#)
- Cgia tassa [super ciclone Phailin](#)
- Telecom [vertice ministri](#)

### Ultime notizie

- [Domani prima assemblea di Cesena per Sempre](#)
- [Nobel dell'Economia agli americani Fama, Hansen e Shiller: premiati gli studi su mercati e valutazione del rischio](#)
- [Mons.Forte segretario a Sinodo 2014](#)

una modalità in linea con il festival: alto profilo scientifico dei contenuti e dei Relatori e stile divulgativo, pratico e interattivo».

Per info [www.bergamoscienza.it](http://www.bergamoscienza.it)

© riproduzione riservata

[ecodibergamo.it](http://ecodibergamo.it)

Disclaimer dichiarazione: Il punto di questo articolo o di diritti d'autore, appartiene ai rispettivi autori ed editori. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per il contenuto di questo articolo e la legittimità.

Avete domande su questo articolo, si prega di [contattare la fonte di notizie ecodibergamo.it](#).

O [contattaci](#)

**Commenti ▾**



**Altro »**

[Toyota accelera sull'assistenza alla guida](#)

[Siena-PalermoAccrediti Fige, Coni, Aia e Società](#)

[Siena-PalermoAccrediti stampa](#)

[Minervini presenta "Festival dei luoghi della legalità" con Kismet e Libera](#)

[A Bologna la smart city si "tocca"con mano - Repubblica.it](#)

[A Bologna la smart city si "tocca"con mano - Repubblica.it](#)

[Residui di Energia. Ri-generazione, mostra di Luigimaurizio Assolari](#)

[Windows 8: il supporto scade fra 2 anni se non si aggiorna](#)

[Borsa: Piazza Affari apre in calo, Ftse Mib -0,14%](#)

[Sequestro da 500 mila euro a imprenditore di Avellino](#)

[Fassino, nessun taglio alla cultura](#)

[La settimana parlamentare: economia e finanza -2-](#)

[La settimana parlamentare: economia e finanza -3-](#)

[La settimana parlamentare: economia e finanza -4-](#)

[La settimana parlamentare: economia e finanza -5-](#)

[La settimana parlamentare: economia e finanza -6-](#)

**"RAPPORTO TRA CIBO E..." IN COMUNITÀ!**

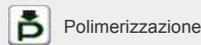
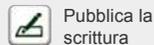
**Facebook**

---

**Twitter**

---

Rimani connesso a POS



**Notizie**

- [News home](#)
- [Top notizie](#)
- [notizie](#)
- [Politica](#)
- [Mercato](#)
- [Consumo](#)
- [Servizio](#)

- [Sport](#)
- [Cultura](#)
- [Tecnologia](#)
- [Altre categorie](#)
- [Europa news](#)
- [Pop media Archivio](#)

**Ponte community**

- [Incontra celebrità](#)
- [Attraverso la ricerca](#)
- [Torna alla città natale](#)

**Wiki assistant**

- [Gli studiosi enciclopedia](#)
- [Wikimedia](#)

**CC galleria**

- [Persone](#)
- [Ufficiale](#)
- [Eventi](#)
- [Condividi](#)

**ALTA SPECIALITÀ****Obesità risolta  
per via chirurgica  
in Azienda**

Italiani obesi: oltre 6 milioni. Un dato allarmante, in costante crescita, dichiarato in occasione di un recente congresso della Società Italiana di chirurgia dell'obesità e malattie metaboliche.

«Le tecniche chirurgiche mininvasive odierne consentono di eseguire qualsiasi intervento all'interno della cavità addominale con un limitato numero di accessi (tagli) molto piccoli (al massimo intorno al centimetro)» spiega il dottor Mirto Foletto della Clinica Chirurgica 1 dell'Azienda Ospedaliera responsabile del programma di chirurgia bariatrica, «Anche in pazienti considerati "difficili", come i grandi obesi. Inoltre, i risultati ottenuti hanno portato anche alla ridefinizione del concetto di chirurgia bariatrica, modificato in chirurgia metabolica, in considerazione degli effetti non solo sul calo di peso ma sul metabolismo in genere».

Il reparto dell'Azienda ospedaliera è tra i centri specializzati in Italia, ma soprattutto il primo del Veneto con più di 300 interventi all'anno. I pazienti provengono da ogni parte d'Italia. «Siamo impegnati a sviluppare modelli organizzativi clinico-assistenziali imperniati sulla centralità del paziente e la professionalità delle figure assistenziali, ciascuna con ruoli ben definiti» conclude Foletto, «Tutto ciò ha consentito di ridurre i tempi medi di sala operatoria e di degenza e di ridurre il tasso di complicanze, con riflessi positivi per i costi globali, la qualità percepita ed il benessere dei pazienti e dei professionisti della salute».



Castellammare di Stabia Era stato sottoposto ad agosto a un'operazione di bendaggio gastrico in una clinica romana

## Muore dopo l'intervento per dimagrire

Ieri il decesso al "San Leonardo": la Procura apre un'inchiesta e dispone l'autopsia

di Antonio De Simone

**CASTELLAMMARE DI STABIA** - E' morto ieri mattina, all'ospedale San Leonardo, dopo un intervento di bendaggio gastrico finalizzato (con ogni probabilità) a dimagrire. La vittima è **Francesco Paolo Salvato**, 38enne appassionato di musica e molto conosciuto in città. L'ipotesi dell'ennesimo caso di malasanità non può essere esclusa, in quanto, sulla tragica vicenda, la Procura della Repubblica di Torre Annunziata ha aperto un'inchiesta, con l'obiettivo di accertare eventuali negligenze da parte dei medici di due ospedali. La morte è avvenuta ieri mattina, in seguito a un arresto cardiocircolatorio del paziente. A chiedere che sia fatta chiarezza

sulla morte del 38enne stabiese sono stati i familiari, che hanno presentato una denuncia alle forze dell'ordine, nella quale hanno ricostruito in maniera dettagliata l'intera vicenda. Il calvario di Francesco Paolo comincia lo scorso mese di agosto, quando si reca in una struttura ospedaliera romana per sottoporsi a un intervento di bendaggio gastrico. L'operazione non riesce alla perfezione. E infatti il 38enne comincia a sentirsi male pochi giorni dopo l'intervento. Il suo medico di base gli prescrive alcune iniezioni, ma le sue condizioni continuano a peggiorare, dandogli preoccupazione. L'uomo viene così ricoverato all'ospedale San Leonardo, ma non c'è niente da fare. Il quadro clinico diventa sempre più grave. Francesco Paolo va in Rianima-

zione: i medici tentano il tutto per tutto per strapparlo alla morte, praticandogli una trasfusione di sangue. Ma è tutto inutile. Il 38enne esala l'ultimo respiro ieri mattina: la sua morte lascia un grande senso di dolore e di amarezza a familiari ed amici. La salma di Salvato si trova adesso all'obitorio del nosocomio stabiese, in attesa dell'esame autoptico già disposto dalla magistratura oplitina. E sarà proprio l'autopsia a fare chiarezza su una morte assurda, che fa pensare all'ennesimo caso di malasanità questa volta sull'asse Roma - Castellammare. Ma saranno soltanto le indagini della Procura oplitina ad accertare eventuali responsabilità mediche. Su questa e su altre vicende analoghe intanto sono intervenuti in passato anche i rappresentanti della Sicob (società

italiana di chirurgia dell'obesità e delle malattie metaboliche), che hanno espresso vicinanza alle famiglie delle vittime ma evidenziato come "episodi drammatici come questo non possano però mettere in discussione il valore e la sicurezza degli interventi di chirurgia dell'obesità". "La chirurgia bariatrica volta a migliorare se non guarire la sindrome metabolica presente nell'obesità grave - hanno rilevato - non può e non deve essere vista come una scelta per fini estetici, ma come un vero e proprio strumento molto spesso indispensabile per salvare spesso la vita agli individui obesi, che soltanto nel nostro Paese hanno ormai toccato la soglia dei 6 milioni, il 10% della popolazione".

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Francesco Paolo Salvato



Tecniche e metodi illustrati a Messina durante il congresso di chirurgia dell'obeso e dell'obesità

**Obesità in aumento: quando scegliere la via chirurgica**



Un tema delicato e dal forte impatto sociale, in cui il binomio obesità-chirurgia si fa sempre più stretto. I dati emersi durante l'incontro scientifico, presieduto dal prof. **Giuseppe Navarra** (nella foto), mostrano come vi sia un numero crescente di obesi, in Italia e anche in Sicilia, dove ogni anno circa 300/350 ricorrono alla chirurgia per dimagrire. Gli interventi di "bariatrica", così si chiamano, consentono ai pazienti affetti da obesità patologica di dimagrire, incidendo in modo determinante per ridurre le patologie associate, quali diabete e ipertensione. Una strada che, tuttavia, va intrapresa solo nel caso in cui non si riesca ad ottenere tale risultato percorrendo l'iter classico, ma più giusto, cioè quello contraddistinto da una dieta sana e da una attività sportiva quotidiana. «Un intervento di questo tipo - ha sottolineato il prof. Giuseppe Navarra,

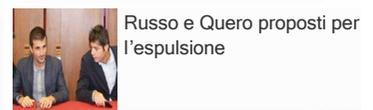
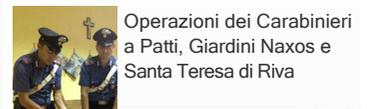
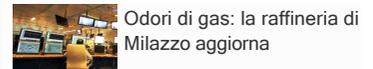
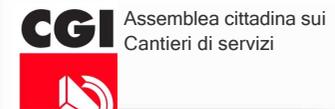
presidente del congresso - non deve essere inteso come ultima spiaggia per coloro che non riescono in nessun modo a dimagrire e nemmeno una scialuppa di salvataggio per coloro che cercano una scorciatoia per poter continuare a mangiare non ingrassando».

Al convegno erano presenti anche il presidente della Federazione Internazionale per la Chirurgia dell'obesità (IFSO), prof. **Luigi Angrisani**, il presidente onorario, prof. **Nicola Scopinaro** e il Presidente della (SICOB) Società Italiana di chirurgia dell'obesità, **Marcello Lucchese**. Due gli obiettivi fondamentali posti durante l'incontro: da un lato quello di analizzare le potenzialità e i metodi oggi più utilizzati nell'ambito della chirurgia bariatrica; dall'altro quello di focalizzare al tempo stesso l'attenzione su tutti quegli interventi di chirurgia generale (dall'ernioplastica, alla colecistectomia ad altri) che vengono ormai con frequenza eseguiti su soggetti obesi e di fronte ai quali i professionisti del settore devono essere sempre più aggiornati. Da qui la scelta di dedicare una sessione specifica proprio a questo tema, fornendo strumenti e metodi per gestire tutte quelle complicanze che sempre più spesso i professionisti si trovano a dover fronteggiare durante un intervento, o anche al pronto soccorso.

Una chirurgia che non può che essere inquadrata in un'ottica multidisciplinare, con più medici che prendono in carico il paziente. La maggior parte degli interventi (dal posizionamento del pallone intragastrico, al bendaggio gastrico, bypass gastrico, sleeve gastrectomy, divisione bilio-pancreatica) sono realizzati per via laparoscopica. Ad eseguirli al policlinico di Messina, già dalla fine del 2004, è una équipe che comprende diversi specialisti: dal diabetologo, al gastroenterologo-endoscopista, al chirurgo, all'anestesista, al radiologo, fino al pneumologo, al chirurgo plastico e all'endocrinologo. Tutte le indagini epidemiologiche concordano nell'evidenziare come l'obesità incrementi, in modo significativo, la morbilità e la mortalità.

Vi sono, infatti, una serie di malattie per le quali è stato dimostrato uno stretto rapporto con l'obesità. Tra queste le più importanti e frequenti sono: il diabete mellito di tipo II, l'ipercolesterolemia, l'ipertrigliceridemia, l'ipertensione arteriosa, le vasculopatie, le cardiopatie, le pneumopatie, le artropatie e la calcolosi della colecisti

venerdì 4 ottobre 2013

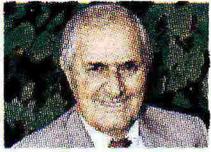


**UNIVERSITÀ**  
 Incontro di studio sulle persone transgender

**TESTAMENTO BIOLOGICO**  
 Non eutanasia ma testamento di vita

**MANIFESTAZIONI**  
 Il 6 ottobre è la Giornata del nonno messinese

## A TAVOLA



EUGENIO DEL TOMA

### L'ORTORESSIA IL CIBO "BIO" CHE DIVENTA UN'OSSESSIONE

**T**utti conoscono i principali disturbi del comportamento alimentare, l'anoressia e la bulimia, ma pochi sanno cosa sia l'ortoressia, se non per reminiscenze del liceo classico. Si tratta di un comportamento caratterizzato dalla esasperata ricerca di alimenti "naturali" che esaltino, come il cosiddetto "biologico", la caratteristica di essere esenti da trattamenti tecnologici e da residui chimici (farmaci, pesticidi, concimi, ecc.), che comunque risultano, nella fascia consentita dalla leggi vigenti, a livelli generalmente più bassi rispetto agli analoghi non biologici.

Gli ortoressici si avvalgono solo di alimenti biologici, ormai disponibili in molte catene distributive e non solo negli agriturismo, ma anche di prodotti ritenuti genuini perché acquistati presso piccoli produttori o lungo le strade, dove però i prodotti sono esposti per ore agli effluvi delle auto di passaggio. Al riguardo voglio ricordare un utile report, presentato da Consumers' Forum col titolo «I consumatori e gli alimenti: certezze e paure», curato da un esperto del settore, il professor Antonio Macri, che ne ha riassunto i contenuti nel corso di un recente Convegno. Il martellamento dei media sui vantaggi che deriverebbero da una dieta basata su alimenti "naturali", ma più costosi perché ottenuti con le

stesse modalità dei nostri avi, ha suggestionato diversi ortoressici. Questo, malgrado gli esperti dell'Unione Europea abbiano precisato che i cibi biologici non differiscono, come patrimonio nutritivo, dagli analoghi non biologici, se non per una minor presenza di residui entro la fascia di sicurezza richiesta per qualsiasi alimento del commercio. Inoltre, gli ortoressici dovrebbero sapere che le produzioni "naturali" nazionali, costi a parte, non saranno mai sufficienti ai fabbisogni alimentari del Paese.

[edeltoma@gmail.com](mailto:edeltoma@gmail.com)

© RIPRODUZIONE RISERVATA



SPECIALE SALUTE E BENESSERE



BAMBINI E ALIMENTAZIONE

A CURA DI A. MANZONI &amp; C.

LA CORRETTA ALIMENTAZIONE CHE CONSENTE DI CRESCERE GENERAZIONI PIÙ SANE

# Il programma alimentare dal pancione alla scuola materna

EDUCARE ALL'ALIMENTAZIONE È UN COMPITO IMPORTANTE, A PARTIRE DAI PRIMI MESI DI VITA. IL LATTE MATERNO È BASILARE, MA QUANDO MANCA MEGLIO NON INTRODURRE QUELLO VACCINO PRIMA DELL'ANNO.

Un'alimentazione corretta ed equilibrata sin dalle prime fasi di vita del bambino è un pilastro essenziale della sua salute presente e futura. I primi anni di vita di ogni essere umano sono infatti cruciali per il corretto sviluppo delle facoltà fisiche e intellettive, nonché per interiorizzare le corrette abitudini alimentari.

A spiegarlo è il *Nutritional Programming*, la teoria che descrive l'impatto della nutrizione a partire dalla gravidanza e in alcuni periodi "critici" come l'allattamento e lo svezzamento non solo sulla crescita e sulla salute del bambino, ma anche su quella del futuro adulto.

I periodi "sensibili" della vita di ogni individuo rappresentano delle "finestre di opportunità" in cui intervenire in modo mirato per favorire il mantenimento dell'equilibrio metabolico e prevenire la futura insorgenza di patologie.

Già durante la vita fetale, infatti, la malnutrizione e l'alterazione dell'equilibrio endocrino

sarebbero in grado di modificare il metabolismo dell'individuo, predisponendolo al futuro sviluppo di patologie come diabete mellito, endocrinopatie e patologie cardiovascolari.

## Latte materno e primi alimenti

Un momento fondamentale della vita di ogni individuo è rappresentato dai primi sei mesi, corrispondenti al periodo di alimentazione lattea. I vantaggi dell'allattamento al seno sono indiscussi e universalmente accettati: il latte materno è sicuro, bilanciato, fornisce un apporto proteico ottimale, è ricco in acidi grassi polinsaturi e contiene ormoni e molecole in grado di favorire la regolazione del senso di fame e sazietà del lattante.

Anche i periodi del svezzamento e della prima infanzia sono cruciali. Gli alimenti proposti al bambino devono essere scelti per rispondere alle esigenze nutrizionali di un organismo in crescita, rispettando anche quella varietà

alimentare che nel tempo lo abituerà ad apprezzare gusti e cibi diversi. Una dieta varia ed equilibrata aiuta ad introdurre infatti tutti i nutrienti essenziali e allontana il rischio di una dieta monotona e ripetitiva, spesso alla base di problemi di sovrappeso. Durante la fase dello svezzamento è fondamentale l'equilibrio tra i macronutrienti, con particolare attenzione al carico proteico che, se in eccesso, sembra essere associato a un maggior rischio di sovrappeso e obesità nell'età adulta. È importante inoltre limitare l'apporto di sodio e di zuccheri semplici a favore di quelli complessi e a basso indice glicemico; infine le porzioni devono essere adeguate a soddisfare il semplice fabbisogno energetico del bambino, favorendo così un'alimentazione di elevato valore "qualitativo" più che "quantitativo".

## Equilibrio tra micro e macronutrienti nella dieta

I primi tre anni di vita del bambi-

no sono un periodo di sviluppo piuttosto critico, in cui il piccolo va incontro ad alcuni rischi, come gli eccessi nutrizionali o le carenze.

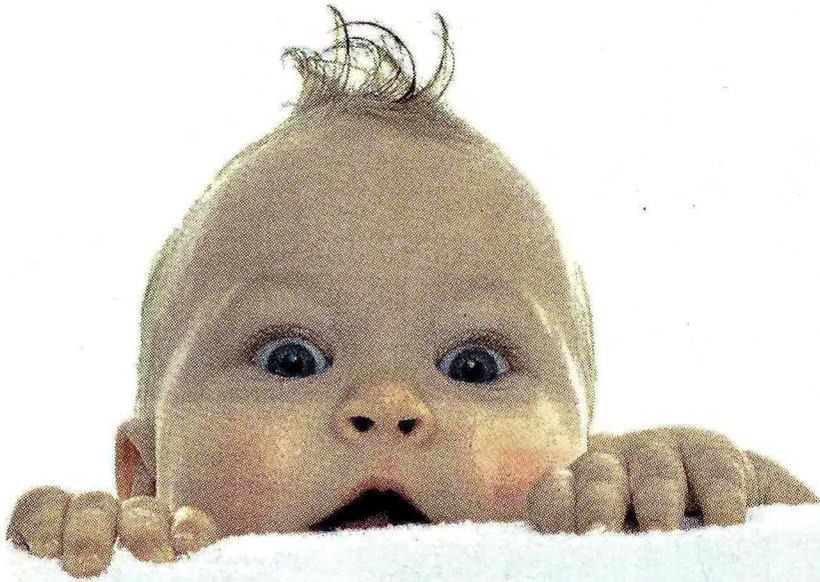
Uno degli alimenti che può concorrere a sbilanciare la dieta in termini di eccesso proteico

è il latte vaccino. Per questo, come raccomandato, per tutto il primo anno di vita sarebbe bene non dare al bambino il latte vaccino come principale fonte lattea, in quanto troppo ricco di proteine e povero di acidi grassi polinsaturi e ferro.

Anche dopo il primo anno, sarebbe meglio evitarlo e, in mancanza del latte materno, sentito il parere del pediatra, preferire il latte di crescita.

All'interno di una dieta bilanciata, garantisce un ridotto apporto di proteine e fornisce un'adeguata quantità di micronutrienti (vitamine e minerali).

Il latte di crescita, per esempio, è fonte di ferro, nutriente essenziale per la crescita, ma spesso carente nell'alimentazione della prima infanzia. ■



**Lo studio Nutrintake, condotto dal Prof. Gianvincenzo Zuccotti - Direttore della Clinica Pediatrica L. Sacco di Milano - e realizzato su un campione di oltre 400 bambini italiani tra i 6 e i 36 mesi, ha permesso di indagare le abitudini alimentari infantili rivelandone gli errori più comuni. Lo studio è stato suddiviso in tre fasi principali: la prima consisteva in un'intervista alla famiglia, da parte di dietisti ed esperti di nutrizione; la seconda si è basata su una valutazione antropometrica (valutazione del peso, altezza e circonferenza della testa dei bambini); la terza fase ha considerato le abitudini alimentari, analizzando il diario alimentare settimanale (cibi e bevande) del bambino. Effettuato in collaborazione con esperti di nutrizione, pediatri di famiglia, dietologi appartenenti all'Associazione Nazionale Dietisti Italiani e ingegneri informatici, lo studio Nutrintake tra le altre cose ha rilevato nello stile alimentare dei più piccoli un eccesso di proteine e una consistente carenza di ferro.**

**MELLIN LATTE CRESCITA 1+ E 2+,  
 i latti pensati per rispondere alle esigenze nutrizionali  
 del bambino da 1 a 2 anni e da 2 anni in poi.**

Il latte materno è l'alimento migliore per i neonati, l'OMS lo indica come alimento esclusivo nei primi 6 mesi di vita e consiglia di prolungarne l'utilizzo il più a lungo possibile, anche oltre il 12° mese.

Durante lo svezzamento il latte mantiene comunque un ruolo fondamentale in un'alimentazione varia ed equilibrata, per questo, se il latte materno manca, è importante, consultato il pediatra, scegliere un latte specifico adatto alle sue esigenze nutrizionali.

*Mellin Latte Crescita 1+* è una formula bilanciata e integrata con **Ferro**, per contribuire al fabbisogno del bambino che è, in proporzione al peso, 3 volte superiore a quello di un adulto. Il Ferro è una componente essenziale per il suo sviluppo cognitivo ed è quindi necessario garantirne il giusto apporto.

*Mellin Latte Crescita 2+* è una formula specifica arricchita con **Calcio, Ferro e Vitamina D** che garantisce un apporto di Proteine bilanciato e un basso contenuto di Grassi Saturi, tra i possibili responsabili di complicanze quali sovrappeso e obesità in età adulta.

focus



In America l'educazione alimentare entra in aziende come Google, che limita l'uso di snack e bibite gassate per i propri dipendenti. In Italia ci prova anche Barilla che riduce carni rosse e fritto nella mensa. E arrivano le scuole a "chilometro zero"

# Guerra al cibo spazzatura

## IL CASO

**N**ella mensa per i 2mila dipendenti di Google, a Mountain View, luccicano vassoi carichi di mele e carote. La regina di Internet ha lanciato una campagna per modificare gli stili alimentari dei suoi dipendenti: meno bibite gassate, meno snack e più frutta e verdura. Una dieta in fabbrica, insomma. Con la convinzione che il cibo-spazzatura non solo fa male alla salute, e una grande azienda deve preoccuparsi anche di questo aspetto della vita dei dipendenti, ma riduce la produttività e invoglia a lavorare meno. Da qui una campagna a tappeto, con una serie di interventi nel menù della mensa aziendale e nei rifornimenti dei distributori automatici. È bastato spostare nelle retrovie delle macchine automatiche gli snack e le bibite gassate, mettere avanti bottiglie in vetro di acqua liscia, e i consumi dei dolciumi sono dimezzati. A tavola, le porzioni di cibo sono state ridotte, i piatti sono diventati di piccole dimensioni e avanzano i rifornimenti di ricette della sana dieta mediterranea. Regole già introdotte con successo dalla Ibm, che addirittura premia con denaro contante i dipendenti in grado di dimostrare la loro sana e corretta alimentazione.

La guerra al junk food in America è diventata una vera crociata che coinvolge le pubbliche amministrazioni e le aziende private. Michelle Obama ha fatto della lotta all'obesità, specie quella infantile, la sua bandiera di first lady, dal primo giorno in cui si è insediata alla Casa Bianca. A fine settembre

sarà in vendita un cd, intitolato "Canzoni per l'America più sana", dove la moglie di Barack balla accompagnata dalla musica di star del rap come Jordin Sparks e Ashanti. Tra i titoli, un pezzo recita "Sei quello che mangi".

## IL PALADINO

Anche Michael Bloomberg è diventato un paladino dei nuovi stili alimentari, dopo avere introdotto il divieto di fumo perfino nei parchi di New York. Il sindaco ha vietato, con una legge comunale, l'uso di acidi grassi insaturi nei ristoranti della Grande Mela e ha obbligato le catene alimentari a pubblicare il numero di calorie di ciascun prodotto in vendita. Poi ha provato l'affondo cancellando la vendita di bibite gassate in bottiglie extra-large, ma per il momento è stato sconfitto dalla lobby delle bollicine. «Ma non saranno certo i giudici a fermare la mia battaglia a difesa della salute dei cittadini» ha avvisato il sindaco. E d'altra parte negli Stati Uniti il problema dell'obesità, legata alla cattiva alimentazione, è diventato una piaga sociale, con il 68 per cento degli americani in sovrappeso e un bambino su otto già obeso a un'età inferiore ai cinque anni.

## L'EPIDEMIA

In Italia, dove pure l'obesità miete vittime, la dieta mediterranea è già diffusa nelle famiglie, ma la novità consiste nel fatto che questo tipo di alimentazione si sta allargando a macchia d'olio nelle mense aziendali e nelle scuole. I cittadini vegetariani o vegani sono ormai 6 su 100, e sono sempre di più le catene di supermercati che hanno un intero reparto dedicato a questa fascia di consuma-

tori. Prima che Google in America partisse con la sua campagna, la Barilla nei suoi stabilimenti sul territorio nazionale aveva già introdotto nuovi e più sani menù nelle mense dei dipendenti. Piatti di pesce fresco almeno due volte alla settimana, carne rossa e fritti ridotti a un solo giorno, frutta e verdura in abbondanza. E, ovviamente, pasta con condimento natu-

rale. La General Electric, settemila lavoratori in Italia, ha previsto tra le offerte di cibo per i propri dipendenti durante l'ora di pranzo anche prodotti freschi biologici e acqua naturale, in caraffa, microfiltrata. In Emilia Romagna la più importante società di catering aziendale offre alle società menù vegetariani al prezzo super scontato di 8 euro a pasto.

Dalle aziende alle scuole. In Liguria oltre 60mila alunni sono coinvolti in un progetto sperimentale che modifica l'alimentazione degli alunni: niente carne rossa, e tanta frutta e verdura di stagione. A Torino diverse mense scolastiche sono rifornite con il meccanismo del "chilometro zero", con i piatti che arrivano direttamente dai produttori della regione. In Sicilia è stata varata perfino una legge regionale che prevede per le mense degli asili nido l'uso esclusivo di prodotti siciliani, certificati e tracciabili. E nei distributori automatici delle scuole sono scomparse le bibite zuccherine gassate e sono arrivati succhi di frutta e spremute di agrumi. Made in Sicilia, ovviamente.

La tendenza a una nuova alimentazione da diffondere a tutto campo, dalle famiglie alle scuole fino alla fabbrica, è direttamente collegata a un obiettivo strategico: ridurre i rischi di malattie alimentate da cattivi stili di vita (e con questo risparmiare sui costi del Servizio sanitario nazionale) e migliorare il benessere dei cittadini che ormai nessuno si sogna più di calcolare solo sulla base dell'andamento del pil. Una con-

ferma arriva dalla statistica appena pubblicata sull'aumento della statura dei maschi in Europa nell'ultimo secolo. Sono cresciuti di 11 centimetri, ma la tendenza si è allentata dopo gli anni del boom

economico quando sono esplosi i consumi alimentari, a partire dai prodotti più carichi di calorie. «Gli eccessi di grassi e zuccheri hanno bloccato l'evoluzione della statura dei cittadini europei» av-

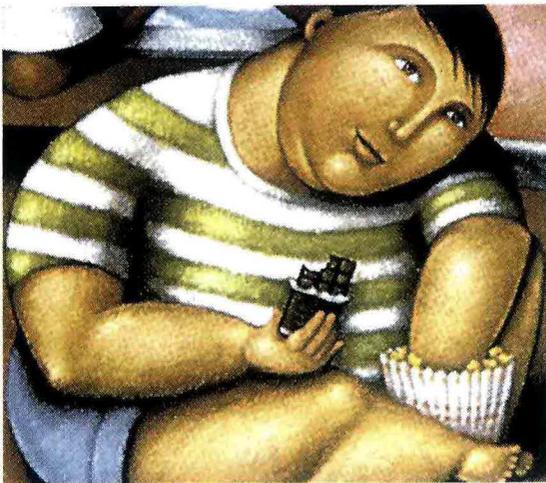
vertono gli autori della ricerca pubblicata dalla rivista Oxford Economic Papers. Dunque, bibite gassate e snack consolano il palato ma non aiutano a crescere.

**Antonio Galdo**  
© RIPRODUZIONE RISERVATA

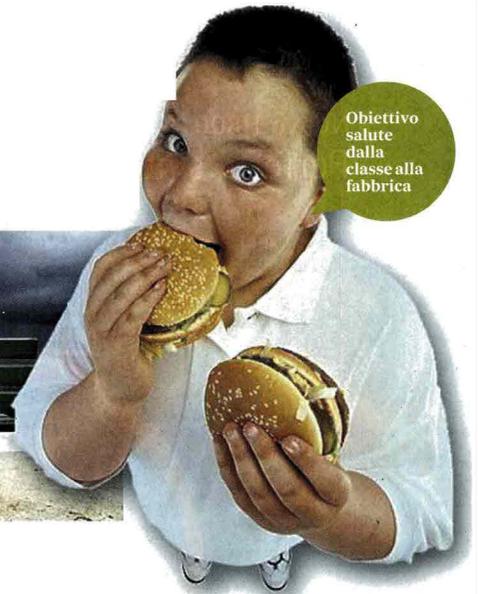
**LA TENDENZA GLOBALE HA LO SCOPO DI RIDURRE I RISCHI DI MALATTIE DOVUTE A CATTIVI STILI DI VITA**

**68%**  
sono gli americani in sovrappeso, un bambino su otto è obeso già a meno di cinque anni

**33%**  
è la percentuale degli italiani "oversize", con un dieci per cento obeso. Più alta la percentuale di uomini



Un classico "ciccione" di Botero



**«PROVOCA IL CANCRO»**

Ora il Cnr di Napoli  
vuol toglierci  
anche la polenta

di **CARLO CAMBI**

a pagina 21

La sottile guerra tra le due Italie

# GIÙ LE MANI DALLA POLENTA

## Il Cnr di Napoli contro la specialità del Nord: fa male Colpo basso al piatto povero diventato vanto degli chef

■ ■ ■ **CARLO CAMBI**

■ ■ ■ È la scoperta dell'acqua calda, magari dove far colare una pioggia dorata di farina di mais. Roberto Defez, primo ricercatore del Consiglio Nazionale delle Ricerche, Istituto di Genetica e Biofisica del Cnr di Napoli ha suonato l'allarme: la polenta fa male se costituisce l'unico alimento. Ma va? Anche la carne fa male se uno si mangia un bue intero. Ma al dottor Defez non basta dichiarare questa verità scientifica, ne dà una dotta spiegazione. Eccola: «Un regime alimentare a tutto polenta, come in uso - almeno un tempo - nel Nord-Est, può nascondere dei rischi legati alla presenza di fumonisine, delle tossine che, in forti concentrazioni, possono indurre tumori all'esofago oltre a rallentare l'assunzione di acido folico, e ciò nelle gestanti diventa un grave fattore di rischio».

Si conferma a distanza di un mezzo millennio ciò che tutti

sapevano, soprattutto nelle campagne del Nord ma non solo in quelle, e cioè che alimentarsi di solo granturco fa venire la pellagra. Oggi ci si sazia di viagra, ci sono rischi collaterali ma non è la stessa cosa. Comunque per sostenere la sua tesi il primo ricercatore del Cnr cita uno studio epidemiologico in cui si sostiene che Pordenone, dove la polenta va forte, come la terza città in Europa per alta correlazione di tumori all'esofago.

Gli autori degli studi indicano anche come fattori di rischio le grappe, il caffè - una roba molto napoletana, come la mettiamo dottor Defez? - e la polenta quando è bollente. Della serie: se ti scotti il gargarozzo è possibile che ti faccia male. E qui siamo alla scoperta dell'acqua bollente.

La dotta esposizione del dottor Defez dal fantasioso titolo - e trattandosi di studioso partenopeo non poteva essere altrimenti - «lo

sviluppo sostenibile è avvenuta in un convegno organizzato dalla Fondazione per lo Sviluppo sostenibile e dal Pontificio Consiglio Giustizia e Pace. Per definizione doveva essere ecumenico e invece per questo j'accuse gastrico alla polenta rischia di riaprire ferite antiche: grazie a Defez non ha defezioni

l'eterna lotta tra terroni e polentoni.

Ciò che però il primo ricercatore del Cnr non dice è che in realtà la polenta ha sfamato in secoli lontani anche le popolazioni meridionali e non solo quelle padane o del Nord-Est. Ad esempio chissà quante volte il dottor Defez passando per i vicoli di Napoli ha mangiato gli scagliozi. Sa cosa sono? Semplicemente polenta

fritta. E se uno non sta attento scotta l'esofago. Magari trovandosi dalle parti di Potenza o di Melfi per fare uno studio epidemiologico potrebbe gustare la Frascatula che è un piatto di polenta di mais arricchito da una patata e condito con lo strutto. Peraltro di Frascatula si sono sfamati per secoli i contadini dell'interno della Sicilia e i taglialegna calabresi della Sila.

In Sardegna poi la polenta, che oggi si fa col mais, ma un tempo si faceva con il farro o con il grano povero è un piatto endemico. Nel Lazio si mangia ovunque, in Toscana era il piatto dei mezzadri, nelle Marche dove il grano era destinato alla gabella della Chiesa il granturco veniva spartito tra uomini e maiali. E il polentone, come la pizza di granturco sono due piatti meravigliosi che si mangiano sulle rive adriatiche.

Insomma se le fumonisine sono l'arma chimica che il Sud mette in tavola nell'eterna guerra contro il Nord rischiano di trasformarsi in fuoco amico per i meridionali.

Anche perché la polenta che non è più il poverissimo piatto dei derelitti, ma è spesso la variazione snob per gli chef stellati è uno dei vanti della

cucina italiana. Da quando Colombo lo portò dalle Americhe e il mais sbarcò a Venezia per essere servito sulla tavola dei signori di acqua ne è

passata sotto Rialto e il granturco è diventato un prodotto specialissimo della nostra migliore agricoltura: dal Marano, all'otto file rosso, al quarantino centroitalico.

Ma si vede che è destino del mais esser al centro delle dispute. Finora c'è era quella sugli Ogm oggi c'è anche quella sulla non modica quantità di polenta. Vedi un Po!

---

## ❑❑❑ LASCHEDA

---

### A BASE DI MAIS

La polenta (conosciuta anche come polenda o pulenda, in Veneto come poenta) è un antichissimo piatto di origine italiana a base di farina di cereali. Il cereale di base più usato è il mais, importato in Europa dalle Americhe nel XV secolo, che le dà il colore giallo, mentre precedentemente era più scura perché la si faceva con farro o segale e, poi anche con il grano saraceno, importato dall'Asia



La polenta diventa il piatto della discordia [web]

**CIBO & SALUTE**

# Dolcetti al cioccolato, vista e buonumore

## E non scordate mirtilli e ortaggi

Ho portato mio figlio dall'oculista e mi ha consigliato di fargli mangiare più cioccolato per avere una vista migliore. Ma è vero?

GIULIA V. - PIACENZA

Il suo oculista ha ragione. Il cioccolato e i suoi componenti antiossidanti e polifenolici, come la teobromina, le epicatechine, l'anandamide, o la caffeina, permettono di aumentare la produzione dell'ormone dopamina che è il punto di riferimento del nostro buonumore ma anche della vista. Naturalmente, non basta il cioccolato ma il contemporaneo consumo di altri alimenti come i latticini, gli ortaggi molto colorati, e frutta come i mirtilli, permette di vederci meglio.



DI **GIORGIO CALABRESE**  
nutrizionista dell'Università del Piemonte Orientale, Alessandria

Se vogliamo vederci meglio, e magari avere un po' di buonumore in più, abbiamo bisogno di dopamina. Ne troviamo una buona quantità in un'alimentazione a base di grassi e zuccheri. Questo metodo nutrizionale stimola la produzione di questo ormone che dona luce istantanea agli occhi.

Sulla retina la produzione di dopamina, ormone regolatore del piacere, provoca una luce immediata. Lo afferma una ricerca che spiega come attraverso l'elettroretinografia si riesce a misurarne la concentrazione presente, sottolineando la relazione tra alimentazione e produzione di dopamina. Lo si è scoperto a seguito di una precedente indagine effettuata con la stessa strumentazione medica su pazienti dipendenti da cocaina.

**Il 44%**

del cioccolato si consuma nel primo pomeriggio, il 34% durante i pasti principali, il 22% tra le ore 20 e le 22



## 9,9 chili

il consumo *pro capite* più alto di cioccolato si registra in Svizzera

Gli studiosi del New York Obesity Nutrition Research Center hanno utilizzato l'elettroretinografia per la ricerca sull'obesità al posto di analisi più invasive. Questa, che è una procedura clinica molto più "vecchia" e più semplice, si può effettuare in un normale studio oculistico. La scienza sapeva già che zucchero e grassi inducessero il rilascio di dopamina nel mesencefalo, ma finora non si era pensato a mettere in correlazione questi fattori.

I ricercatori americani hanno illuminato con un flash gli occhi dei soggetti che avevano assunto acqua e brownie al cioccolato o metilfenidato (principio attivo del Ritalin), che aumenta i livelli di dopamina nel cervello. Il nervo ottico, colpito dalla luce, ha messo in moto segnali misurabili dall'elettroretinografia, permettendo così di rilevare la quantità di dopamina rilasciata.

Un solo boccone di brownie (ricchi dolcetti quadrati al cioccolato fondente) produce una quantità di dopamina quasi pari a quella provocata dall'assunzione del farmaco Ritalin, al contrario dell'acqua che non ha effetti rilevabili. Nei brownie, oltre a zucchero e cioccolato, sono contenuti anche grassi, fattore rilevante per l'indagine che proseguirà su altri cibi e sostanze.

### SVIZZERA E PAESI SCANDINAVI, CHE GOLOSONI

La valutazione dei consumi *pro capite* di cioccolato indica un interessante quadro di distribuzione, **che solo minimamente si accorda con i dati su obesità e sovrappeso**. In Svizzera si registra il consumo più elevato (circa 9,9 Kg/anno); seguono la Norvegia (7,9 Kg/anno), Svezia e Danimarca. **Al contrario, negli Stati Uniti e in Finlandia, Paesi noti per l'elevata incidenza di obesità, di patologie coronariche e di complicanze aterosclerotiche precoci, il consumo sarebbe nettamente inferiore** (rispettivamente 4,6 e 3,5 Kg/anno). In Oriente solo il Giappone fa registrare dati significativi relativi al cioccolato, con un consumo pari a 1,7 Kg/anno. La stagione dell'anno nella quale se ne mangia di più è ovviamente l'inverno.

**NEWS**

Per milioni di persone quella contro l'obesità è una lunga battaglia. E c'è chi per vincerla sceglie la chirurgia

di Paola Scaccabarozzi  
Foto di Alessandro Vincenzi

Aprile 2012:  
Sandra prima  
del suo bypass  
gastrico.

# Il mio corpo esagerato

**L**e sedie sono sempre troppo strette, i vestiti introuvabili (a meno di rivolgersi a rare e costose sartorie), gli ingressi angusti e gli sguardi altrui mortificanti. Colpa della ciccia che ti strappa il sorriso, e anche la salute. Trecento milioni nel mondo, dodici milioni in Europa e cinque milioni nel nostro Paese. Sono i dati dell'obesità forniti dall'Organizzazione mondiale della sanità. «Quelli di una malattia», spiega il professor Luigi Angrisani, presidente della Ifso (Federazione mondiale per la chirurgia dell'obesità), direttore dell'Unità operativa complessa di chirurgia laparoscopica e generale dell'Ospedale San Giovanni Bosco di Napoli, «che costituisce la seconda ragione di morte dopo il fumo, e la cui causa è di origine organica

(cioè determinata da altre malattie) solo nel 5% dei casi». Un'epidemia che miete vittime nei paesi occidentali e iper-nutriti, ma non solo. «Anche in India, in Brasile e in Cina», prosegue Angrisani, «il problema è molto diffuso. Li colpisce le classi più abbienti. In Italia e negli Usa, invece, è vero esattamente il contrario. Sono i più poveri a consumare junk food, il cibo spazzatura che costa poco e fa diventare over-size». Il risultato è che più che di obesità si dovrebbe parlare di "globesità", con tutti i suoi annessi e connessi. «Perché i chili di troppo, soprattutto per le taglie extra ed extra large», spiega il dottor Alessandro Giovanelli, chirurgo bariatrico e responsabile Inco (Istituto nazionale chirurgia obesità), Istituto Clinico Sant'Ambrogio Milano, «predispongono a un elevato rischio di malattie che

**NEWS**



vanno dal diabete alle patologie cardiovascolari, da problemi alle articolazioni a gravi ripercussioni sul sistema respiratorio. Fino a una maggior incidenza di tumori e disturbi psicologici anche invalidanti». Dunque, che fare? Diete, esercizio fisico, rieducazione alimentare, psicoterapia e farmaci. Ma a volte tutti i tentativi falliscono miseramente. E le ragioni sono tante, comprensibili e, soprattutto, personalissime.

**«È evidente però che su un corpo di 170 chili perdere 20 è spesso una fatica immane che, magari, non viene neppure riconosciuta e percepita da se stessi e dal resto del mondo»,** dice Emanuel Mian, psicologo presso l'Istituto nazionale per la chirurgia dell'obesità. Quindi è facile che, demotivati, si torni ad abbuffarsi. «Poi», prosegue Giovannelli, «c'è anche una questione fisiologica. La colpa è delle adipochine, molecole sintetizzate e secrete dal tessuto adiposo, che inducono gli obesi a introdurre nel proprio corpo un numero sempre maggiore di calorie». Il concetto è che, in qualche modo, grasso

richiama grasso. Anche a livello psicologico, il meccanismo è facilmente intuibile: ingrasso, mi deprimi, quindi mangio di nuovo e metto su altro peso. «Proverò senso di colpa e lo so in anticipo», spiega Mian, «ma non importa. È peggio sprofondare nel vuoto che mi attanaglia prima dell'abbuffata, che conoscere già la colpa che sperimenterò a posteriori».

**Così, percorse tutte le strade, fortunatamente c'è chi non si arrende e bussa alla porta del chirurgo bariatrico** (dal greco *baros*, peso, più *iatros*, medico), che, nei centri migliori e più seri, lavora in equipe, cioè a stretto contatto con nutrizionisti, psicologi, dietisti, e medici di varie specialità. Ma qual è l'identikit del paziente tipo, cioè di colui che può essere sottoposto all'intervento? «Gli obesi che hanno un indice di massa corporea superiore a 35 o 30 e associato ad altre malattie (come il diabete) e hanno alle spalle numerosi tentativi di diete fallite», spiega Giovannelli. «Ma anche», sottolinea Angrisani, «pazienti con obesità iniziale e moderata. I rischi dell'intervento sono minori e maggiori le percentuali di successo». «L'importante, però, concordano i due esperti, è che la chirurgia dell'obesità venga fortemente personalizzata in base alle caratteristiche individuali, affinché chirur-

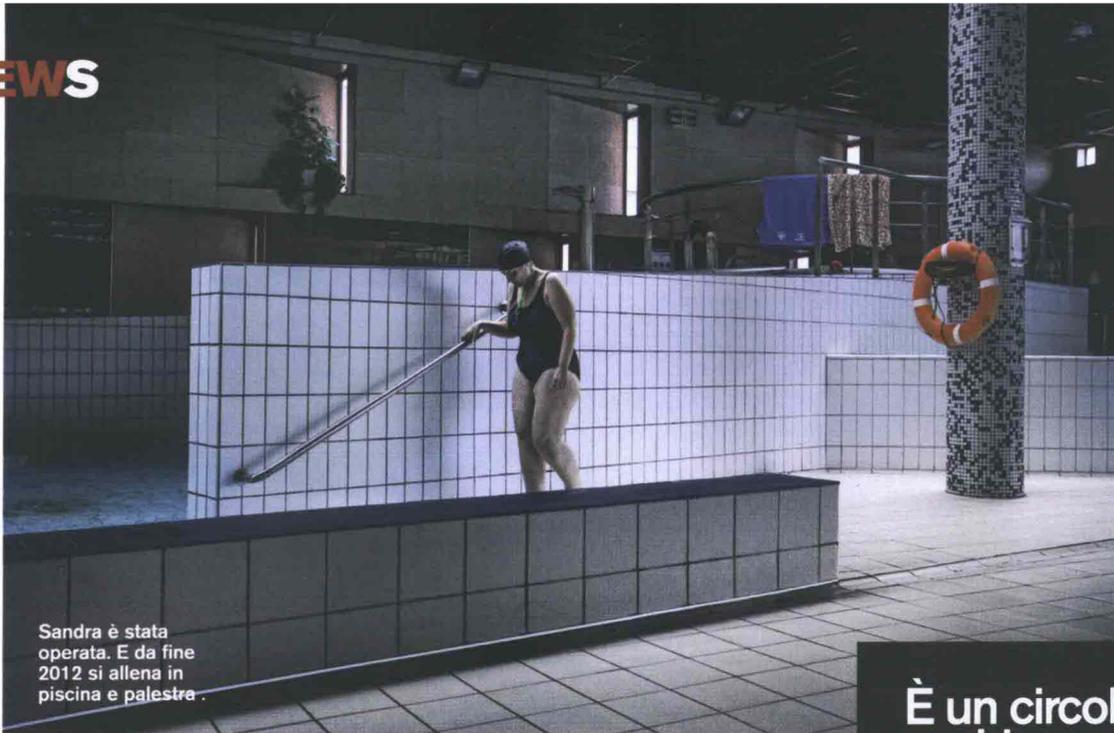
**I NUMERI DI UN ECCESSO**

L'indice massa corporea (IMC) è il numero che si ottiene dividendo il peso (in kg) per la propria altezza (in metri) al quadrato. Se il numero ottenuto è sotto il 25, si è normopeso. Se è tra 25 e 30, si è in sovrappeso. Oltre i 30, si parla di obesità, che può essere di primo, secondo e terzo livello a seconda della gravità.

Primavera 2012: ancora tre foto di Sandra prima dell'operazione.



**NEWS**



Sandra è stata operata. E da fine 2012 si allena in piscina e palestra.

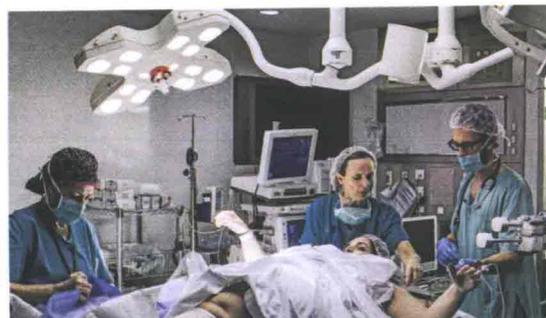
**È un circolo chiuso: il grasso accumulato chiede più calorie**

go e paziente scelgano insieme l'intervento più idoneo. E ce ne sono di vario tipo. «Quelli», spiega Giovanelli, «che riducono la capacità dello stomaco, inducendo una sazietà precoce (palloncino intragastrico, che è in realtà più che un intervento una tecnica endoscopica; bendaggio gastrico regolabile, gastroplastica verticale); operazioni che diminuiscono il volume dello stomaco e, al tempo stesso, accelerano il metabolismo (gastrectomia verticale, bypass gastrico) e interventi che agiscono sui processi digestivi riducendo l'assorbimento dei cibi (diversione intestinale, bypass biliointestinale)».

**Ma quali allora gli interventi più eseguiti? «I dati italiani», spiega Giovanelli, «mettono il bendaggio gastrico regolabile al primo posto.** Si tratta di un intervento che riduce il volume dello stomaco, trasformandolo in una sorta di clessidra. Si esegue inserendo un anello di silicone nella parte superiore dello stomaco che dà luogo a una tasca di dimensioni ridotte. Il funzionamento è intuitivo: basta ingerire una piccola quantità di cibo per riempir-

la. L'intervento si esegue in 20 minuti, non è invasivo (in laparoscopia), è reversibile (la protesi può essere rimossa) ed è regolabile dall'esterno, il che significa che il chirurgo può stringere o allentare l'anello periodicamente». «In rapida diffusione in Italia e nel mondo», prosegue Angrisani, «anche la gastrectomia verticale (Sleeve Gastrectomy). Lo stomaco viene sezionato verticalmente, asportato per circa l'80% e trasformato in una sorta di "canalino". Questo intervento di "lifting gastrico" agisce anche sul metabolismo, perché diminuiscono nel sangue i livelli di grelina, un ormone (prodotto da alcune cellule giacenti sul fondo dello stomaco) che regola il senso di fame».

**E i rischi? I più frequenti, affermano gli esperti, sono quelli connessi all'anestesia totale, sanguinamenti ed emorragie.** «Comunque», precisa Giovanelli, «con l'utilizzo della tecnica laparoscopica i rischi si sono notevolmente ridotti. E se un obeso su 100 muore per le complicazioni della chirurgia, non dobbiamo dimenticare che il 4% degli obesi non operati muore per le malattie connesse all'obesità». «Numerosi studi», prosegue Angrisani, «sottolineano, infatti, gli eccezionali benefici della chirurgia nel migliorare o guarire condizioni patologiche associate all'obesità specie nel diabete, prevenendo e curando le sue terribili complicanze come la cecità, l'insufficienza renale e le ischemie degli arti inferiori».



**NEWS**



**UNA STORIA DURATA 2 ANNI**

Alessandro Vincenzi, autore di queste foto, ha contattato il dottor Goday, primario di endocrinologia dell'Hotel del Mar di Barcellona. Poi ha conosciuto Sandra, una sua paziente, 31 anni, 125 kg. E l'ha seguita in un percorso biennale: sessione di nutrizione, esami, dieta, bypass gastrico, training postoperatorio... Sandra ha per ora perso 55 kg.

**Ma gli interventi sono risolutivi e definitivi? «Gli interventi», afferma Angrisani, «sono risolutivi nel 60-80% dei casi, che è una percentuale enorme, considerando che non vi sono altre possibilità di cura con metodiche conservative. Anche perché l'obesità è una malattia cronica e degenerativa e, come tale, tende a ripresentarsi dopo 3-5 o 10 anni, ovviamente in relazione alla tipologia dell'intervento e alla "bravura" del paziente nell'attenersi agli schemi e ai consigli nutrizionali post-operatori. Anche l'esercizio fisico per almeno 45 minuti al giorno è fondamentale per il mantenimento del peso perso».**

Dunque, una volta usciti dalla sala operatoria dopo una breve degenza (in genere di 48-72 ore) la sfida continua. I pazienti vengono costantemente seguiti, monitorati e accompagnati in un percorso che prevede, spesso, anche la chirurgia plastica ricostruttiva. La ragione è semplice, basta

immaginare un corpo che cambia completamente fisionomia, che si svuota e deve fare i conti con tessuti molli e cadenti. «Gli inestetismi cutanei», spiega Angrisani, «possono e devono essere corretti dopo almeno 6 mesi di stabilità del peso perso. Addome, braccia, seno e cosce le zone del corpo in cui normalmente si interviene di più».

**Anche dal punto di vista psicologico, l'impatto del post intervento non è certo a costo zero.** «Una drastica perdita di peso», spiega il professor Antonino Minervino, direttore del Dipartimento salute mentale dell'Azienda ospedaliera di Cremona e docente di tecniche conversazionali all'Università Cattolica di Milano, «implica un radicale cambiamento della propria immagine. A volte ciò porta a esaltazione ed euforia, con il rischio di abbassare la guardia e di cadere di nuovo nella trappola delle abbuffate, oppure, al contrario, può essere causa di depressione».

Paradossale? Solo in apparenza. «Quel corpo nuovo con meno chili addosso, esteticamente più piacevole, insieme alla ciccia ha perduto una parte di sé, quello spazio così ampio che assicurava il suo esserci nel mondo. Allora si fa strada la nostalgia che spinge l'ex obeso nel vortice dal quale è appena uscito. Ma se il paziente è stato ben motivato dai medici e dello psicologo e viene seguito anche in famiglia, le probabilità di successo aumentano esponenzialmente».



2013: Sandra ora mangia quello che vuole ma in porzioni ridotte.

**18-20**  
ottobre i giorni in cui  
si parlerà del legame  
tra agricoltura e  
la salute. Il Corso  
di alimentazione e  
benessere *Nutrire  
l'anima, nutrire il  
corpo* si tiene alla  
Cascina Pirola,  
a Zelata di  
Beregardo (Pv).  
Info: [biodinamica.org](http://biodinamica.org),  
tel. 02/29002544.

**THOMAS MULLER**

**Notte in bianco? Carrello super**

Il sonno è un mistero. Ma se si riesce a dormire bene, si può vivere più a lungo e in salute. Ecco i segreti per dormire meglio.

**PAROLA DI ESPERTO**

di **Luigi Calabrese**  
di **Giorgio Calabrese**  
di **Chiara Di Lorenzo**

**IRUFU DI BOSCO: MIGLIO FRUSCHI**

Il miglio fruschi è un cereale molto nutriente e digeribile. Ecco i benefici e come utilizzarlo.

**L'angolo ai giovani**

Il miglio fruschi è un cereale molto nutriente e digeribile. Ecco i benefici e come utilizzarlo.

**10**



Parola di esperto

di Caterina Calabrese
Tecnologo alimentare

Giorgio Calabrese
Docente di Dietetica e nutrizione umana

FRUTTI DI BOSCO:
MEGLIO FRESCHI

Non si è ancora placato l'allarme sui frutti di bosco surgelati, che possono causare l'epatite A. Il mio bambino ne è ghiotto, a volte gli preparo dei dolci che li contengono. Ma ora sono preoccupata: corre qualche rischio?

Ludovica M., Milano

PER TRANQUILLIZZARLA, rispondiamo subito alla sua domanda: se lei ha cotto questi frutti per ottenere dei dolci, suo figlio non corre alcun pericolo. Il virus Hav viene inattivato con la cottura già a 85° C o, se si vuol essere ancora più sicuri, a 100° C per tre minuti. L'epatite A si contrae in genere con gli alimenti: il rischio più frequente finora era legato al consumo di mitili crudi, soprattutto cozze. Esiste un vaccino che permette una protezione dopo 14-21 giorni e dura un anno circa, mentre un secondo richiamo ne prolunga gli effetti per circa dieci anni. Quest'anno si è registrato un aumento del 70 per cento dei casi di infezione di epatite A in riferimento al consumo di frutti di bosco surgelati. E il fenomeno non si è ancora concluso, come segnala il settimanale Il Salvagente e il sito ifattoalimentare.it. Alcune partite di frutti di bosco surgelati, provenienti da Bulgaria, Polonia, Serbia e Canada, sembra siano state confezionate con acque contaminate da coliformi fecali con la presenza del virus dell'epatite A. E sono state queste condizioni igieniche precarie ad aver trasferito il virus nel prodotto. La crioconservazione non inattiva il virus, che riesce a resistere fino a -20° C ed è sensibile solo alle alte temperature: quindi non bisogna utilizzare questi prodotti per preparare a crudo sorbetti, frullati, yogurt, salse e tutto ciò che non prevede la cottura. I frutti di bosco freschi nazionali sono prodotti in condizioni igieniche sicure per cui risultano perfettamente consumabili a crudo.

IO DONNA PARLIAMO DI FOOD SUL
BLOG.IODONNA.IT/
GIORGIO-CALABRESE



VIVERE MEGLIO

Notte in bianco? Carrello super

EFFETTI COLLATERALI Mai andare di buon mattino a fare la spesa se la notte è stata breve e agitata: ci si può ritrovare, quasi senza accorgersene, con la borsa colma di prodotti grassi e ipercalorici. Lo sostiene una ricerca svedese che ha preso in esame due gruppi di consumatori in azione fra i banchi del supermercato: il primo era composto da chi aveva riposato senza problemi; il secondo da chi non aveva chiuso occhio per nulla. Tutti disponevano di un budget fisso e potevano scegliere fra decine di prodotti più o meno sani. Risultato: gli "assonnati" hanno sempre privilegiato gli alimenti più calorici, per giunta in maggior quantità. «Una carenza cronica di sonno aumenta la possibilità di andare incontro a sovrappeso, obesità e diabete, grazie all'incremento del cosiddetto "ormone dell'appetito", la grelina» commenta Marco Zucconi, vicepresidente dell'Associazione di medicina del sonno (sonnomed.it). «Gli effetti sul carrello, però, non sono provocati solo da un eccesso di grelina: la mancanza di riposo, anche episo-



dicica, riduce l'attenzione e la memoria a breve termine, accentuando allo stesso tempo l'impulsività. Così il cervello controlla in modo meno efficace gli stimoli negativi, come la voglia di acquistare cibi poco sani o di cedere al richiamo di snack ipercalorici: dormire a sufficienza è perciò fondamentale per chi deve stare a dieta». Per di più, riposare come si deve rende il viso più rilassato e attraente: lo confermano le foto scattate "prima e dopo" ai partecipanti di uno studio americano sui disturbi del sonno. Elena Meli

Thumbnail of the article page showing the title 'Notte in bianco? Carrello super', the author 'Elena Meli', and various sub-sections like 'Paura di ingovernare' and 'Largo ai giovani'.

⇒ **Salute** Cattiva alimentazione

# Obesi, il record tocca alla Lombardia

*I medici: «Colpa della fretta e dei cibi precotti»*

■ L'obesità è sempre più diffusa in Italia, e non solo al Sud. La regione in cui il problema è più rilevante è, a sorpresa, la Lombardia, con quasi 860mila casi di obesità, soprattutto fra chi ha fra i 45 e 64 anni (12,3% popolazione) e dopo i 65 anni (15,3%): colpa dei cibi già pronti, dei fast food, dei pranzi in piedi consumati in pochi minuti e dalla pigrizia ai fornelli. A seguire nella classifica ci sono la Campania (circa 548mila) e il Lazio (510mila). A evidenziarlo è l'Istituto Nazionale per la Chi-

rurgia dell'Obesità (Inco), che in occasione dell'Obesity Day ha organizzato un incontro su informazione e passa parola tra i pazienti all'istituto clinico Sant' Ambrogio di Milano, con l'associazione «Insieme Amici Obesi».

«Il passaparola fra coloro che soffrono della malattia e sono riusciti a combatterla anche attraverso il ricorso alla chirurgia bariatrica - spiega Marina Biglia, presidente di Insieme Amici Obesi in una nota - rappresenta uno strumento fondamen-

tale per cominciare a spezzare il muro di silenzio nei confronti di una delle patologie più insidiose dei nostri giorni. Molti di noi sono stati aiutati e supportati dal passaparola di chi ha combattuto efficacemente la patologia e, pertanto, vorremmo che questa esperienza si ripetesse, che ogni partecipante accompagnasse un malato come lui in un centro multidisciplinare per la cura dell'obesità, perché potrebbe davvero salvargli la vita».

«Nel giorno in cui ci si sofferma a riflettere sul problema dell'obesità - spiega il responsabile dell'istituto, Alessandro Giovannelli - apriamo il nostro centro alla popolazione, offrendo la possibilità di informarsi sul problema».

In base ai dati forniti dall'Asl di Milano, risulta che il 7% della popolazione milanese è obesa. E non si tratta solo di bambini «merendine-dipendenti» o di stranieri che si arrangiano per pranzo tra i panini e le patatine fritte dei fast food. Si tratta principalmente di uomini attorno ai 50 anni, con un basso livello di istruzione e un basso reddito, quindi poco attenti alle abitudini alimentari sane. La fretta, i cibi precotti e la poca propensione a cucinare fanno il resto, rendendo il fenomeno sempre più diffuso.

## I DATI

In regione il popolo degli obesi è di 860mila persone e i dati Asl registrano che il 7% dei milanesi è obeso, il 23% sovrappeso per colpa di pranzi consumati in piedi e fast food

