



28-03-2013

Lettori

450.000

CHIRURGIA, 26% OBESI DOPO INTERVENTO BARIATRICO TORNANO A FARE SPORT

Roma, 28 marzo (Adn Salute) - Il 26,6% degli obesi italiani dopo un'operazione di chirurgia bariatrica inizia a svolgere regolarmente attivita' fisica. E' quanto ha evidenziato un sondaggio svolto dall'associazione Insieme Amici Obesi su 250 persone. "In Italia ogni anno sono eseguiti oltre 7000 interventi di chirurgia bariatrica - afferma Marcello Lucchese, Direttore della chirurgia bariatrica e metabolica del Policlinico Careggi di Firenze e Presidente della Societa' Italiana di Chirurgia dell'Obesita' e delle malattie metaboliche (SICOB) -. Chi si sottopone a operazioni per ridurre il grave eccesso di peso puo' tornare a vita normale e svolgere attivita' quotidiane come fare un po' di moto o sport". Nel nostro Paese oltre il 40% della popolazione, circa 23 milioni di persone, conduce una vita troppo sedentaria, ed e' propria l'inattivita' una delle principali cause dell'obesita', soprattutto tra i giovanissimi. "L'attivita' fisica e' uno strumento che puo' sconfiggere malattie croniche legate a stili di vita sbagliati come diabete, cancro, patologie cardiovascolari ed obesita' - prosegue Lucchese -. Dopo un'operazione bariatrica, per rimanere in forma all'inizio e' sufficiente camminare per 30 minuti al giorno, salire le scale a piedi, andare a scuola o a lavoro in bicicletta anziche' in automobile. Per chi vuole fare sport invece e' preferibile praticare attivita' aerobica in modo graduale e commisurato alla propria forma fisica. Un allenamento sproporzionato puo' esporre a gravi rischi l'intero organismo".

"Chi ha subito un intervento bariatrico - sottolinea il Presidente SICOB -, nella fase post-operatoria deve essere sottoposto a controlli periodici da parte di un'equipe medica composta da chirurgo, medico internista, dietologo, cardiologo e psicologo. Un ex-obeso che ha deciso di allenarsi in modo serio deve quindi assolutamente comunicare questa sua scelta a tutti gli specialisti che lo seguono in questa fase delicata della sua vita".

OBESITA': DOPO INTERVENTO 1 SU 4 INIZIA A FARE ATTIVITA' FISICA

(AGI) - Roma, 28 mar. - Il 26,6% degli obesi italiani dopo un'operazione di chirurgia bariatrica inizia a svolgere regolarmente attivita' fisica. E' quanto ha evidenziato un sondaggio svolto dell'associazione Insieme Amici Obesi su 250 persone. "In Italia ogni anno sono eseguiti oltre 7000 interventi di chirurgia bariatrica - afferma Marcello Lucchese, Direttore della chirurgia bariatrica e metabolica del Policlinico Careggi di Firenze e Presidente della Societa' Italiana di Chirurgia dell'Obesita' e delle malattie metaboliche (SICOB) -. Chi si sottopone a operazioni per ridurre il grave eccesso di peso puo' tornare a vita normale e svolgere attivita' quotidiane come fare un po' di moto o sport". Nel nostro Paese oltre il 40% della popolazione, circa 23 milioni di persone, conduce una vita troppo sedentaria, ed e' propria l'inattivita' una delle principali cause dell'obesita', soprattutto tra i giovanissimi. "L'attivita' fisica e' uno strumento che puo' sconfiggere malattie croniche legate a stili di vita sbagliati come diabete, cancro, patologie cardiovascolari ed obesita' - prosegue Lucchese -.

Dopo un'operazione bariatrica, per rimanere in forma all'inizio e' sufficiente camminare per 30 minuti al giorno, salire le scale a piedi, andare a scuola o a lavoro in bicicletta anziche' in automobile. Per chi vuole fare sport invece e' preferibile praticare attivita' aerobica in modo graduale e commisurato alla propria forma fisica. Un allenamento sproporzionato puo' esporre a gravi rischi l'intero organismo".

"Chi ha subito un intervento bariatrico - sottolinea il Presidente SICOB -, nella fase post-operatoria deve essere sottoposto a controlli periodici da parte di un'equipe medica composta da chirurgo, medico internista, dietologo, cardiologo e psicologo. Un ex-obeso che ha deciso di allenarsi in modo serio deve quindi assolutamente comunicare questa sua scelta a tutti gli specialisti che lo seguono in questa fase delicata della sua vita".



Chirurgia dell'obesità: dopo intervento bariatrico un paziente su 4 inizia a fare attività fisica

Roma, 28 marzo 2013 – Il 26,6% degli obesi italiani dopo un'operazione di chirurgia bariatrica inizia a svolgere regolarmente attività fisica. E' quanto ha evidenziato un sondaggio svolto dall'associazione Insieme Amici Obesi su 250 persone. "In Italia ogni anno sono eseguiti oltre 7000 interventi di chirurgia bariatrica – afferma Marcello Lucchese, Direttore della chirurgia bariatrica e metabolica del Policlinico Careggi di Firenze e Presidente della Società Italiana di Chirurgia dell'Obesità e delle malattie metaboliche (SICOB) –.

Chirurgia obesità, uno su quattro comincia a fare sport

ROMA - Il 26,6% degli obesi italiani dopo un'operazione di chirurgia bariatrica inizia a svolgere regolarmente attività fisica

E' quanto ha evidenziato un sondaggio svolto dell'associazione Insieme Amici Obesi su 250 persone. «In Italia ogni anno sono eseguiti oltre 7000 interventi di chirurgia bariatrica – afferma Marcello Lucchese, Direttore della chirurgia bariatrica e metabolica del Policlinico Careggi di Firenze e Presidente della Società Italiana di Chirurgia dell'Obesità e delle malattie metaboliche (SICOB) –. Chi si sottopone a operazioni per ridurre il grave eccesso di peso può tornare a vita normale e svolgere attività quotidiane come fare un po' di moto o sport».

Nel nostro Paese oltre il 40% della popolazione, circa 23 milioni di persone, conduce una vita troppo sedentaria, ed è propria l'inattività una delle principali cause dell'obesità, soprattutto tra i giovanissimi. «L'attività fisica è uno strumento che può sconfiggere malattie croniche legate a stili di vita sbagliati come diabete, cancro, patologie cardiovascolari ed obesità - prosegue Lucchese -. Dopo un'operazione bariatrica, per rimanere in forma all'inizio è sufficiente camminare per 30 minuti al giorno, salire le scale a piedi, andare a scuola o a lavoro in bicicletta anziché in automobile. Per chi vuole fare sport invece è preferibile praticare attività aerobica in modo graduale e commisurato alla propria forma fisica. Un allenamento sproporzionato può esporre a gravi rischi l'intero organismo». «Chi ha subito un intervento bariatrico - sottolinea il Presidente SICOB -, nella fase post-operatoria deve essere sottoposto a controlli periodici da parte di un'equipe medica composta da chirurgo, medico internista, dietologo, cardiologo e psicologo. Un ex-obeso che ha deciso di allenarsi in modo serio deve quindi assolutamente comunicare questa sua scelta a tutti gli specialisti che lo seguono in questa fase delicata della sua vita»

Chirurgia obesità, uno su quattro comincia a fare sport

ROMA - Il 26,6% degli obesi italiani dopo un'operazione di chirurgia bariatrica inizia a svolgere regolarmente attività fisica

E' quanto ha evidenziato un sondaggio svolto dell'associazione Insieme Amici Obesi su 250 persone. «In Italia ogni anno sono eseguiti oltre 7000 interventi di chirurgia bariatrica – afferma Marcello Lucchese, Direttore della chirurgia bariatrica e metabolica del Policlinico Careggi di Firenze e Presidente della Società Italiana di Chirurgia dell'Obesità e delle malattie metaboliche (SICOB) –. Chi si sottopone a operazioni per ridurre il grave eccesso di peso può tornare a vita normale e svolgere attività quotidiane come fare un po' di moto o sport».

Nel nostro Paese oltre il 40% della popolazione, circa 23 milioni di persone, conduce una vita troppo sedentaria, ed è propria l'inattività una delle principali cause dell'obesità, soprattutto tra i giovanissimi.

«L'attività fisica è uno strumento che può sconfiggere malattie croniche legate a stili di vita sbagliati come diabete, cancro, patologie cardiovascolari ed obesità - prosegue Lucchese -. Dopo un'operazione bariatrica, per rimanere in forma all'inizio è sufficiente camminare per 30 minuti al giorno, salire le scale a piedi, andare a scuola o a lavoro in bicicletta anziché in automobile. Per chi vuole fare sport invece è preferibile praticare attività aerobica in modo graduale e commisurato alla propria forma fisica. Un allenamento sproporzionato può esporre a gravi rischi l'intero organismo».

«Chi ha subito un intervento bariatrico - sottolinea il Presidente SICOB -, nella fase post-operatoria deve essere sottoposto a controlli periodici da parte di un'equipe medica composta da chirurgo, medico internista, dietologo, cardiologo e psicologo. Un ex-obeso che ha deciso di allenarsi in modo serio deve quindi assolutamente comunicare questa sua scelta a tutti gli specialisti che lo seguono in questa fase delicata della sua vita»

Chirurgia: 26% obesi dopo intervento bariatrico tornano a fare sport

Nel nostro Paese oltre il 40% della popolazione, circa 23 milioni di persone, conduce una vita troppo sedentaria

Roma, 28 mar. (Adnkronos Salute) - Il 26,6% degli obesi italiani che si sono sottoposti ad un'operazione di chirurgia bariatrica per ridurre i chili di troppo inizia a svolgere regolarmente attività fisica. E' quanto ha evidenziato un sondaggio svolto dall'associazione Insieme Amici Obesi su 250 persone. "In Italia ogni anno sono eseguiti oltre 7.000 interventi di chirurgia bariatrica - spiega Marcello Lucchese, presidente della Società italiana di chirurgia dell'obesità e delle malattie metaboliche (Sicob) - chi si sottopone a questo tipo di operazioni può tornare a vita normale e svolgere attività quotidiane come fare un po' di moto o sport". Nel nostro Paese oltre il 40% della popolazione, circa 23 milioni di persone, conduce una vita troppo sedentaria, ed è propria l'inattività una delle principali cause dell'obesità, soprattutto tra i giovanissimi.

"L'attività fisica - prosegue Lucchese - è uno strumento che può sconfiggere malattie croniche legate a stili di vita sbagliati come diabete, cancro, patologie cardiovascolari ed obesità. Per rimanere in forma, dopo un'operazione bariatrica, all'inizio è sufficiente camminare per 30 minuti al giorno, salire le scale a piedi, andare a scuola o a lavoro in bicicletta anziché in automobile. Per chi vuole fare sport invece è preferibile praticare attività aerobica in modo graduale e commisurato alla propria forma fisica. Mentre - avverte il chirurgo - un allenamento sproporzionato può esporre a gravi rischi l'intero organismo".

"Chi ha subito un intervento bariatrico - sottolinea Lucchese - nella fase post-operatoria deve essere sottoposto a controlli periodici da parte di un'equipe medica composta da un chirurgo, un medico internista, un dietologo, un cardiologo e uno psicologo. Un ex-obeso che ha deciso di allenarsi in modo serio - conclude il chirurgo - deve assolutamente comunicare questa sua scelta a tutti gli specialisti che lo seguono in questa fase delicata della sua vita".



'Obesity on the menu' for kids, group says

March 28, 2013 -- Updated 2039 GMT (0439 HKT)



(CNN) -- Fried chicken fingers, hamburgers, French fries and sugary sodas dominate children's menus in most chain restaurants, and most kids meals fall short of meeting basic nutritional standards, a nonprofit health advocacy group said Thursday.

Some 97% of nearly 3,500 kids meals analyzed don't meet basic nutritional standards, the [Center for Science in the Public Interest](#) said in its report "Kids' Meals: Obesity on the Menu."

What's more, 91% don't meet the National Restaurant Association's own nutritional guidelines for its [Kids LiveWell](#) program, a voluntary program for restaurant owners, according to the report.

"Given that 1 out of 3 American children are overweight or obese, it's pretty stunning that the top chain restaurants are still serving up the same old fried chicken nuggets, burgers, macaroni and cheese, fries and soda," said Margo Wootan, director of nutrition policy at the CSPI and lead author of the report.

The worst offender: Applebee's grilled cheese sandwich on sourdough bread with fries and 2% chocolate milk. The meal came in at a whopping 1,200 calories and 21 grams of saturated fat. That's followed by Chili's pepperoni pizza meal with homestyle fries and chocolate milk, which packs 1,120 calories, and Dairy Queen's fried chicken strip meal with fries, a slushy drink and an ice cream bar, with 1,030 calories.

The CSPI nutritional standard was no more than 430 calories per meal, while the Kids LiveWell standard is 600 calories. Standards for both groups included no more than 770 milligrams of sodium per meal.

Nineteen restaurant chains offering kids meals, or 56%, fail to offer any meals meeting CSPI's standards, the report says, and nine do not have one meal meeting the Kids LiveWell standards.

"It's as if the restaurant industry hasn't heard there is an obesity epidemic," Wootan said.

[Gut-busting restaurant meals named 'dis-honorees'](#)

In response to the report, [Applebee's](#) and [Chili's](#) pointed out that while one meal may have been singled out, they do offer healthy options for children.

"Although this report focuses on one sandwich from our children's menu, the full Applebee's children's menu provides many options that are significantly lower in calories, fat and sodium" and meet the Kids LiveWell standards, said spokesman Kevin Mortesen. The chain's grilled chicken sandwich meal for kids, with steamed broccoli and apple or grape juice, totals only 355 calories, he

"We know Applebee's best serves our guests by providing a wide selection of dishes, and we'll continue to do so by expanding the number of options for kids by the end of this year."

Chili's says it offers a number of lower-calorie, lower-sodium and low-fat options on both its adult and Pepper Pals child menus, and that guests may customize and modify their orders -- substituting side items, for instance.

"We do our part on our Pepper Pals menu to meet these requirements (for a well-balanced meal) by offering choices, including grilled chicken, salad with low-fat ranch dressing, fresh pineapples, steamed broccoli and celery sticks," the company said in a statement.



La Banca Mondiale lancia l'allarme obesità nei paesi poveri

Cosa succede? Che la crisi spinge le famiglie ad acquistare e consumare cibi poco costosi e altamente calorici, il cosiddetto 'cibo spazzatura', riducendo il consumo di frutta e verdura

Milano, 29 mar. (TMNews) - I prezzi alimentari sono scesi dopo il picco dell'estate ma restano ancora vicini al livello record, spingendo i più poveri verso l'obesità e l'alimentazione scorretta. Lo sostiene un rapporto della Banca Mondiale. "La persistenza di prezzi alimentari volatili ed elevati non ha solo conseguenze sulla carestia e la malnutrizione ma anche sull'obesità, che potrebbe aumentare in un contesto di prezzi elevato dove la popolazione sceglie gli alimenti meno costosi" e spesso più calorici, sottolinea la Banca Mondiale, stigmatizzando il costo inferiore dei cibi poco sani nei paesi poveri.

Tra ottobre e febbraio i prezzi alimentari mondiali sono diminuiti (-4%), in particolare quelli del grano (- 11%) e dello zucchero (- 10%), a causa di una domanda "più debole" sui mercati di cereali e di un "miglioramento" della raccolta invernale. Ma restano a livelli "molto elevati", inferiori appena del 9% ai record di agosto.

In questo contesto, milioni di persone continueranno a soffrire di "cattiva alimentazione", sottolinea la Banca Mondiale, affiancandola a fame e malnutrizione come "cause di morti premature". Il numero di adulti in sovrappeso è di 1,46 miliardi di persone nel 2008, una cifra che secondo la Banca Mondiale potrebbe raggiungere 2,16 miliardi nel 2030, di cui 1,12 miliardi solo in India e Cina.

"Il sovrappeso non è un'epidemia che si limita ai paesi ricchi", afferma la Banca Mondiale, che precisa che attualmente la metà della popolazione mondiale obesa risiede in nove paesi, fra i quali Stati Uniti, Germania, Russia, Cina e Messico.

28-03-2013

Lettori

IL GIORNO

Crisi economica e obesità infantile

Cosa succede? Che la crisi spinge le famiglie ad acquistare e consumare cibi poco costosi e altamente calorici, il cosiddetto 'cibo spazzatura', riducendo il consumo di frutta e verdura

di Teresa Bettarello

Milano, 28 marzo 2013 - **Crisi economica causa di obesità infantile.** Sembra una contraddizione ma non lo è. **A lanciare l'allarme i recenti risultati del progetto Idefics** (www.idefics.eu), finanziato dalla Comunità Europea, sullo stato di salute e lo stile di vita dei bambini in età scolare e pre-scolare in otto paesi dell'Unione, tra cui l'Italia dove lo studio è stato coordinato dall'Istituto di scienze dell'alimentazione, Isa, del Cnr di Avellino. **Cosa succede? Che la crisi spinge le famiglie ad acquistare e consumare cibi poco costosi e altamente calorici, il cosiddetto 'cibo spazzatura', riducendo il consumo di frutta e verdura.**

Si dirà che è un mal costume nato prima della crisi. Vero. Ma se si considera che oggi più di ieri il fast food è spesso la sola meta a portata del borsellino in cui consumare pasti fuori casa e che la scarsità di denari fa anche sì che si debba rinunciare del tutto o quasi a fare attività fisica non a costo zero, il quadro è completo quanto disastrosamente chiaro. **Facile intuire che il problema tocca anche gli adulti, è senza età.** Ma Bruxelles pensa ai piccoli e così, per fortuna, non demorde: è infatti notizia di qualche giorno fa che l'Unione Europea ha deciso di contribuire, per il quinto anno consecutivo, al sostegno di "Frutta nelle scuole", il progetto comunitario che vede portare gratis nelle classi delle primarie dei Paesi partecipanti frutta di stagione (e qualche verdura), già tagliata e pronta per il consumo. In particolare, la quota destinata all'Italia per il 2013-2014 è di 20 milioni e mezzo di euro (sui 90 totali), ai quali si aggiungeranno, speriamo davvero, dei fondi nazionali. Volete saperne di più? Capire perché nella scuola dei vostri figli la frutta gratis non c'è

http://www.ilgiorno.it/cronaca/2013/03/28/865555-crisi_economica.shtml

Chili's was an "inaugural partner" of the National Restaurant Association's Kids LiveWell program, according to the statement, and "continues to support this organization which empowers parents to make informed decisions about their children's meals as part of maintaining a healthy lifestyle."

[Drinking skim milk may not lower child obesity risk](#)

The National Restaurant Association, meanwhile, touted the program. Joy Dubost, the association's director of nutrition and healthy living, called Kids LiveWell "a first-of-its-kind, voluntary initiative that helps parents and children select healthful menu options when dining out at nearly 40,000 locations nationwide.

"The program, now with more than 120 restaurant brands, has achieved significant momentum in just 18 short months ... participating restaurants offer and promote healthful meals for children," Dubost said.

[Dairy Queen](#) did not immediately respond to a CNN request for comment on the report.

The Center for Consumer Freedom issued a statement criticizing the report, saying childhood obesity "is a result of a myriad of factors, not just restaurant offerings. Regulating kids menus to only offer quinoa salads isn't going to make any any measurable weight difference in America's youth."

"Instead of finger-wagging at restaurants for media attention, CSPI should be promoting walking to school and physical education courses," said J. Justin Wilson, senior research analyst at the Center for Consumer Freedom. "... It is disingenuous to suggest some sort of French fry prohibition on kids' menus will be the cure-all to children's weight problems."

The CSPI describes itself as a Washington-based nonprofit health advocacy group focusing on nutrition and food safety. Of the kids meals it analyzed, 86% contained more than 430 calories, and 50% have more than 600 calories, the report says. About two-thirds -- 66% -- exceeded the sodium standard.

The federal government's [Dietary Guidelines for Americans](#) states that children ages 4 to 10 consume between 400 and 670 calories at each meal, depending on their age, gender and physical activity levels.

While some chains offer non-soda and fruit options, "soft drinks and fried potatoes are still more common options on children's menus," according to the report. The CSPI recommendations include offering more fruit and vegetable options and making those the default side dishes with every children's meal.

However, the news isn't all bad, according to the report. All eight of [Subway's](#) Fresh Fit for Kids meal combinations met CSPI's nutrition criteria.

The chain also was lauded for not offering sugary drinks as an option with kids meals, instead including low-fat milk or bottled water and apple slices with its child-size subs. However the group recommended that Subway increase the whole-grain content of its breads and continue to lower sodium.

The best Subway option: a kids roast beef sub, apple slices and 1% milk, which comes in at 395 calories.

[Toddler meals swimming in salt](#)

Other healthy choices: Burger King's oatmeal, IHOP's whole wheat blueberry pancakes, Outback Steakhouse's kids sirloin with apples and grapes, and Olive Garden's cheese ravioli with broccoli and orange juice.

"Four years ago we found that only 1% of kids meals at the top chain restaurants were healthy, and now 3% are healthy," Wootan said. "So there is a tiny bit of improvement, but it's very, very small."

Sodium rates also have shown improvement, she said. In 2008, only 15% of restaurant meals met the sodium standard; now 35% do.

The bottom line, she said: There's a lot of work to do.

"In order for parents to feed their children healthfully, restaurants need to help," Wootan said. The group encourages participation in the Kids LiveWell program, and says restaurants should offer more whole grains and get rid of soda and other sugary drinks.

"We know they can do it, because some are already doing it," she said.