

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
	Rubrica Sicob			
	Comunicati123.com	06/03/2014	<i>CURA OBESITA': UN'ECCELLENZA DELL'OSPEDALE FATEBENEFRATELLI DI ERBA</i>	2
	Rubrica Alimentazione e salute			
37	La Repubblica	06/03/2014	<i>TROPPI CARNE, POCA SALUTE "PERICOLOSA COME LE SIGARETTE" (S.Bencivelli)</i>	3
103	Famiglia Cristiana	09/03/2014	<i>IL VENERDI' DI MAGRO UN'ABITUDINE DIMENTICATA (G.Calabrese)</i>	5

ago
23

Cura Obesità: un'eccellenza dell'ospedale Fatebenefratelli di Erba

Filed Under ([Salute e Medicina](#)) by [20TaskForceItaly](#) on 23-08-2013

Tagged Under : [Chirurgia Bariatrica](#), [Cura Obesita](#), [Fatebenefratelli](#), [Patologia Grande Obesita](#)

Il centro della **Grande Obesità** dell'Ospedale **Fatebenefratelli** di Erba è un centro di eccellenza accreditato SICOB. Grazie alla valutazione multidisciplinare (dietista, psicologo, nutrizionista, endocrinologo, chirurgo plastico) questo centro offre la possibilità al paziente affetto da obesità patologica di poter essere sottoposto ad interventi di **Chirurgia Bariatrica**.

Tutte le procedure chirurgiche: Bendaggio Gastrico Regolabile, Plicatura Gastrica, Bypass Gastrico ed interventi malassorbitivi vengono eseguiti con tecnica mini invasiva laparoscopica, gold standard per questa chirurgia. Presso il nostro centro, grazie alla collaborazione degli endoscopisti è possibile eseguire posizionamento di Pallone Intra gastrico.



Il centro della **Grande Obesità** dell'Ospedale **Fatebenefratelli** di Erba è un centro di eccellenza accreditato SICOB. Grazie alla valutazione multidisciplinare (dietista, psicologo, nutrizionista, endocrinologo, chirurgo plastico) questo centro offre la possibilità al paziente affetto da obesità patologica di poter essere sottoposto ad interventi di **Chirurgia Bariatrica**.

Tutte le procedure chirurgiche: Bendaggio Gastrico Regolabile, Plicatura Gastrica, Bypass Gastrico ed interventi malassorbitivi vengono eseguiti con tecnica mini invasiva laparoscopica, gold standard per questa chirurgia. Presso il nostro centro, grazie alla collaborazione degli endoscopisti è possibile eseguire posizionamento di Pallone Intra gastrico.

Nel nostro centro vengono eseguiti anche numerosi casi di Chirurgia di revisione per la conversione dopo fallimento di altri interventi ed il trattamento delle complicanze. Al nostro centro giungono quindi pazienti provenienti da altri ospedali o altre regioni per esiti di interventi di grande obesità. In collaborazione con la Chirurgia Plastica vengono trattati anche tutti i problemi della parete addominale negli obesi, quali laparoceli, ernie, e di rimodellamento della figura corporea dopo calo ponderale con esecuzione di addominoplastiche, torso plastica, brachioplastiche, lifting interno cosce e mastopessi.

Il centro della Grande Obesità dell'Ospedale **Fatebenefratelli** di Erba agisce in simbiosi stretta con la ONLUS "Goodbye obesità"; la collaborazione con la ONLUS offre ai pazienti la possibilità di usufruire di ulteriori possibilità legate soprattutto all'organizzazione del paziente e dei familiari.

Inoltre offriamo grazie alla strumentazione adeguata il trattamento di tutte le patologie inerenti il paziente grande obeso non strettamente correlate alla chirurgia bariatrica.

Annualmente dal 2010 vengono eseguiti 100 interventi circa nel campo bariatrico.

Prof. Marco Antonio Zappa

Ospedale di Erba
Ufficio Comunicazione e Marketing

Fonte: [Fatebenefratelli](#)

Tag Cloud

alcol ambiente Arte benessere borse
calzature **cattaneo flavio** cessione
del quinto Chiesa di Scientology
comunicazione Corsi design **diritti**
umani **droga** e-commerce enel
Eventi fabrizio palenzona
flavio cattaneo
giovani gioventu hotel **L.**
Ron Hubbard lavoro milano
Musica **newspower** omia
laboratoires padova poker Qgonline.it
quotidiano **quotidianogiovani**
quotidianogiovani.it **roma** scarpe
SCIENTOLOGY scuola Sport teatro
terna Turismo vacanze Volontari web
marketing

Categorie

- Arte e Cultura
- Attualità e Società
- Aziendali
- Corsi
- Economia e Finanza
- Editoria
- Eventi
- Gastronomia
- Hi-Tech
- Internet
- Linux e Open Source
- Motori di ricerca e SEO
- Musica
- Nuovi accordi
- Nuovi servizi
- Nuovi Siti

Troppa carne, poca salute

“Pericolosa come le sigarette”

Un esperimento di lunga durata dimostra che il consumo eccessivo di proteine animali crea gravi danni. E dopo i 50 anni meglio evitare proprio la bistecca

SILVIA BENCIVELLI

A una certa età, mangiare troppa carne diventa dannoso come fumare. Aumenta cioè il rischio di tu-

more nella stessa misura della sigaretta. E provoca un peggioramento della salute. Lo ha mostrato una ricerca pubblicata ieri sulla rivista scientifica "Cell Metabolism". Condotta da scienziati americani e italiani, lo studio è condotto su un database di più di seimila over 50, monitorati per diciotto anni. Il gruppo è stato suddiviso in tre categorie, a basso, medio e alto consumo proteico, riferendosi alla percentuale di calorie derivanti da bistecche e formaggi sul totale di quelle assunte a tavola in una giornata. Dopodiché si è andati a vedere tempi e cause di morte nel corso degli anni. Si è notato così che i grandi mangiatori di carne hanno un rischio quadruplo di morire di tumore rispetto ai piccoli mangiatori. Più o meno lo stesso aumento del rischio che si procura chi fuma un pacchetto di sigarette al giorno, rispetto a chi non tocca tabacco. Non solo: considerate tutte le cause di morte, i "carnivori" hanno mostrato un aumento della mortalità del 75% rispetto ai frugali.

Attenzione: stiamo parlando di persone di mezza età. Diciamo che un maschio vicino ai sessanta dovrebbe mangiare una piccola quantità di proteine al giorno, cioè 0,8 grammi per peso corporeo. Quindi 200 grammi di fagioli o un pesce alla griglia coprirebbero il fabbisogno quotidiano senza essere dannosi quanto l'equivalente in carne. «Il nostro studio dimostra inoltre che non c'è una sola ricetta da seguire per tutta la vita», spiega Valter Longo dell'università della California, autore dello studio insieme a ricercatori americani e italiani di Napoli, Palermo, Brescia e dell'università della Calabria.

Infatti superati i 65 anni l'effetto negativo del consumo di proteine sembra rientrare. Anzi, sembra che il consumo di carne e latticini, purché non eccessivo, diventi un fattore di protezione. Il motivo di questa differenza è stato indagato con studi di laboratorio che hanno confermato un vecchio sospetto. Cioè quello per cui il consumo di proteine animali stimola la produzione di un ormone legato alla

crescita delle cellule e dei tessuti:

Il segreto dello star bene è nel cibo variato per età. Sempre vincente la dieta mediterranea

l'IGF-1. Lo si è visto grazie a un esperimento su animali da laboratorio affetti da tumore sottoposti a una dieta iperproteica: nel giro di poco tempo crescevano sia i livelli di IGF-1 sia il tumore, e molto di più rispetto a quanto non succedesse in altri topolini. Negli esseri umani la conferma è arrivata misurando l'IGF-1 e osservando che ogni 10 nanogrammi di ormone in più per millilitro di sangue il rischio di tumore aumenta del 9%.

«In Italia in particolare, possiamo riflettere sui centenari di certi centri del sud Italia: persone per tutta la vita hanno mangiato poco, per cominciare a farlo verso i 70 anni», conclude Longo. Ma per tutti vale il consiglio di tornare alla vecchia dieta mediterranea.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Lo studio



6000 persone

50-65 anni

l'età all'inizio della ricerca

18 anni

il periodo di osservazione

chi aveva una **DIETA RICCA DI PROTEINE** è risultato avere



75%
più alta

la mortalità per tutte le cause

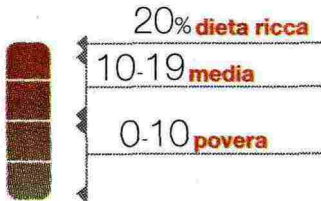
un rischio di morire di tumore

4 volte **più alto degli altri**

La raccomandazione

0,8 grammi di **proteine per chilo di peso corporeo al giorno** (per persone di mezza età)

La percentuale di calorie da proteine sul totale



I consumi di carne

129 chili per **statunitense**

92 chili di carne all'anno in media, per **italiano**

42 chili per **ogni abitante del pianeta**

58 chili per **cinese**

32 chili per abitante dei **paesi in via di sviluppo**

4,4 chili per **indiano**



PIATTI PER STARE BENE

IL VENERDÌ DI MAGRO UN'ABITUDINE DIMENTICATA

Oggi sarebbe buona regola alimentare ripristinare questa tradizione, con alcuni cibi come pesci, legumi e verdure

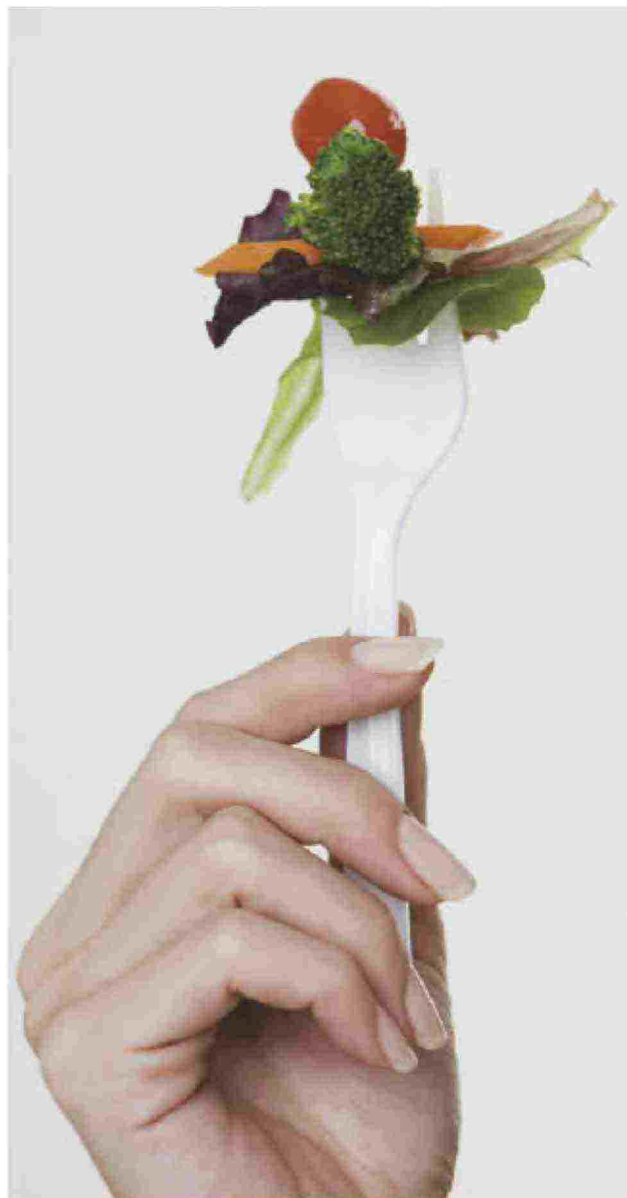


di **Caterina
e Giorgio
Calabrese**
Tecnologa
e nutrizionista

Fa parte della tradizione cattolica il mangiar di magro al venerdì e vale tutto l'anno. Il can. 1250 del Codice di diritto canonico dice: «Sono giorni e tempi di penitenza nella Chiesa universale, tutti i venerdì dell'anno e il tempo di quaresima». Durante il periodo quaresimale, oltre all'astinenza dalle carni, è previsto anche il digiuno del venerdì, che comunque è sempre di **magro**. E con il termine generico magro si indicano tutti gli alimenti diversi dalle carni, escludendo le carni dei pesci.

BAMBINI PIÙ "INTELLIGENTI". Il consumo di pesce al venerdì era ed è consentito, anzi proprio il venerdì era **dedicato al pesce**. Sarebbe buona regola alimentare, oggi, ripristinare il venerdì di magro visto che è andato un po' **in disuso**, fissando in questo giorno la presenza di alcuni alimenti anche loro in disuso, in particolare: pesci, legumi e verdure, un tritico fortemente invisio **ai più piccoli**.

Il pesce un tempo era apprezzato per **il fosforo**, perché rendeva i bambini "più intelligenti". Oggi invece l'aspetto prevalente sono gli acidi grassi della serie **Omega 3**, utili a mantenere bene l'apparato cardiocircolatorio. È buona norma



mangiarlo almeno una volta la settimana, come il venerdì appunto, anche se è meglio almeno **due o tre volte la settimana**. Anche i **legumi**, ricchi di proteine vegetali ma vere cenerentole delle tavole italiane, possono sostituire le **carni al venerdì**. Per chi mal sopporta il tumulto intestinale che può derivarne, se ne consiglia il consumo in **passati e creme**.

Infine, le verdure, che classicamente non piacciono ai bimbi ma che anche gli adulti non scelgono con frequenza: la ricchezza di **sali minerali, vitamine e fibre** le rendono preziose alleate, insieme con la frutta, per il benessere dell'intestino, della pelle eccetera. ●

Le verdure: insieme con la frutta sono preziose alleate nella dieta di tutti i giorni grazie alla presenza di sali minerali, vitamine e fibre.

EQUILIBRIO A TAVOLA

IL SUPER TOPINAMBUR E LA FORZA DEGLI OMEGA 3

La verdura ha nutrienti principali che contengono composti, i "fitochimici", non calorici che aiutano la salute.

* Le verdure tipo l'aglio o il topinambur contengono un particolare zucchero, l'inulina, utilizzato da alcuni tipi di batteri intestinali, favorendone la crescita (prebiotico).

* Le verdure verdi sono ricche in folati.

* Il pomodoro è ricco di licopene.

* I legumi - fagioli, ceci, lenticchie, piselli, fave, soia - sono ricchi di proteine e carboidrati, con un alto contenuto energetico. Hanno alcuni zuccheri non digeribili che funzionano, come l'inulina, da prebiotici, cioè vengono fermentati dalla flora batterica intestinale; la soia contiene i fitoestrogeni, sostanze che aiutano le donne in menopausa perché hanno un effetto simile agli estrogeni.

I pesci contengono:

* ottime proteine di alto valore biologico,
* ottima dose di ferro tipo eme, vitamina B12,
* buoni grassi polinsaturi, Omega 3 che aiutano la fluidificazione del sangue e proteggono le membrane cellulari nervose, rinforzando memoria e logica.