

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
	Rubrica		Alimentazione e salute	
24	Italia Oggi	24/06/2015	<i>ACIDI GRASSI LO STOP USA IN TRE ANNI</i>	2
29	Il Giornale	25/06/2015	<i>CON L'ECOGRAFIA COLOR DOPPLER SI PERFEZIONA LA DIAGNOSTICA CARDIOVASCOLARE (G.Saccani jotti)</i>	3
90	Sette (Corriere della Sera)	19/06/2015	<i>GENITORI E MEDICI ATTENTI: COSI' SI ABBATTE L'OBESITA' (G.Calabrese)</i>	4

L'ANNUNCIO**Acidi grassi
Lo stop Usa
in tre anni**

L'Agenzia per la sicurezza alimentare degli stati Uniti (**Food & drug administration**) ha annunciato che nell'arco dei prossimi 3 anni vieterà l'utilizzo di acidi grassi trans nei prodotti alimentari trasformati. La misura è intesa a ridurre le malattie croniche (diabete e problemi cardiaci) e l'obesità nel paese. «Questi grassi», si legge in una nota dell'**Fda**, «rappresentano una minaccia per la salute pubblica. Sono addirittura più pericolosi dei grassi saturi». L'industria alimentare dovrà dire addio agli oli parzialmente idrogenati, che sono una fonte di acidi grassi trans, riconosciuti responsabili dell'aumento del cosiddetto colesterolo cattivo, l'Ldl. La messa al bando degli acidi grassi trans, finora usati per migliorare il sapore, la consistenza e l'aspetto degli alimenti, non dovrebbe provocare sconvolgimenti nei processi produttivi delle industrie alimentari statunitensi (ma non solo), se consideriamo che, fra il 2003 e il 2012, il loro utilizzo è calato del 78% negli Usa.



» Malati & Malattie

di Gloria Sacconi Jotti



Con l'ecografia color doppler si perfeziona la diagnostica cardiovascolare

L'aterosclerosi è la principale causa di morte cardiovascolare nella popolazione generale in cui cresce la prevalenza di malattie quali diabete ed obesità, in associazione a fattori di rischio quali fumo, ipercolesterolemia ed ipertensione arteriosa. Ne parliamo con il professor Claudio Reverberi del Centro Gemini di Parma. «La malattia ateromasi - spiega lo specialista - inizia già in giovane età, rimane a lungo silente, mentre gli eventi cardiovascolari, quali infarto ed ictus, colpiscono l'adulto spesso anziano. Nel 50% dei casi l'evento colpisce soggetti fino a quel momento asintomatici. Per questo negli USA è stata creata una Task force (SHAPE) allo scopo di migliorare la stratificazione del rischio cardiovascolare. È stato da tempo dimostrato come il carico ateromasi dell'asse arterioso vascolare si correla con il rischio aterosclerotico di infarto ed ictus. Ad oggi l'unico strumento a disposizione per ridurre la mortalità cardiovascolare nella popolazione a rischio è la prevenzione primaria. Il valore dello screening per l'aterosclerosi sub-clinica rimane molto importante, in particolare l'eco-

grafia color doppler applicata ai tronchi sovra-aortici, al cuore, all'aorta addominale ed alle arterie iliache e femorali, rappresenta una vera e propria finestra sul cuore e sui vasi, strumento ideale in quanto facile, sicuro, rapido, ripetibile ed a basso costo per studiare la parete dei vasi e gli aspetti morfofunzionali del cuore. In questo modo si può conoscere l'età biologica delle arterie ed aggiungere il dato ai tanti fattori di rischio tradizionali. La presenza di placche ateromasi che spesso calcifiche lungo i vasi sanguigni, di ipertrofia del ventricolo sinistro e di calcificazioni a livello della valvola aortica e dell'apparato valvolare mitralico, costituiscono il cosiddetto danno d'organo il cui riscontro giustifica una più aggressiva strategia terapeutica, sia in termini farmacologici, che in variazioni significative dello stile di vita. L'attività fisica aerobica ed un più idoneo regime alimentare si associano alla prescrizione di farmaci naturali (nutraceutici) al fine di minimizzare il rischio di sviluppare aterosclerosi».

gloriasj@unipr.it



Salute Il Canada traccia le linee guida per la salute dei bambini

Genitori e medici attenti: così si abbatte l'obesità



Tanto sport, cibi sani, niente farmaci. I pediatri non devono sottovalutare il problema, ma fissare visite periodiche e **monitorare il peso** fino ai 18 anni

di **Caterina e Giorgio Calabrese**

In occasione di Expo 2015, ogni Paese può far suo lo slogan: "Di noi il meglio, per nutrire il pianeta": non solo per gli alimenti, ma anche per le iniziative. Il Canada, a distanza di vent'anni dall'ultima edizione delle Linee Guida sull'Obesità infantile e adolescenziale, le ha aggiornate. La Task Force canadese, infatti, per la *Preventive Health Care* ha appena licenziato le nuove regole per prevenire e gestire l'obesità in bambini e ragazzi: tanto sport, alimentazione sana e un netto no ai farmaci e alla precoce chirurgia bariatrica. Il documento raccomanda un regolare monitoraggio delle curve di crescita nel corso delle visite di routine; inoltre invita a focalizzare lo stile di vita familiare e a raccomandare comportamenti virtuosi per la salute. Il "metro" per tenere sotto controllo la crescita dei bambini e dei ragazzi si compone delle misure antropometriche tradizionali, quali peso, altezza, calcolo dell'indice di massa corporea; questi dati devono essere confrontati con le tabelle relative alle curve di crescita messe a punto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, nella versione adattata per i bambini canadesi. Allo stato attuale, l'obesità infantile in Canada ha raggiunto proporzioni rilevanti: un bambino su tre è in sovrappeso (20%) oppure obeso (12%); i ragazzi obesi sono il doppio delle ragazze (15% contro 8%). Dagli Anni 70 l'obesità infantile è più che raddoppiata in questo Paese. Combattere l'obesità è fondamentale sin dai primi anni di vita poiché questa condizione espone al rischio di sviluppare condizioni future di ipertensione arteriosa, ipercolesterolemia e diabete. Queste le raccomandazioni principali indirizzate ai medici e pediatri di famiglia:

- Monitorare la crescita (altezza, peso, indice di massa corporea) in tutti i bambini e nei ragazzi al di sotto dei 18 anni, in occasione di visite dedicate dal proprio medico/pediatra di famiglia, utilizzando le tabelle di crescita dell'Oms adattate ai singoli Paesi.

- Per i soggetti dai 2 ai 17 anni in sovrappeso o obesi, i medici/pediatri di famiglia dovrebbero offrire dei programmi comportamentali strutturati, mirati a ottenere un pattern fisiologico di crescita.

- Nessun trattamento farmacologico andrebbe prescritto ai bambini/ragazzi in sovrappeso o obesi.

- Analogamente, non viene raccomandata la chirurgia bariatrica in questa fascia d'età.

Per "intervento comportamentale strutturato", gli autori di queste linee guida intendono un programma di esercizio fisico, consigli strutturati per un'alimentazione sana e cambiamenti dello stile di vita, oltre a counselling, corsi di formazione e supporti di altro tipo. Gli interventi comportamentali più efficaci sono quelli somministrati da un team multidisciplinare e comprendono delle sessioni di gruppo che

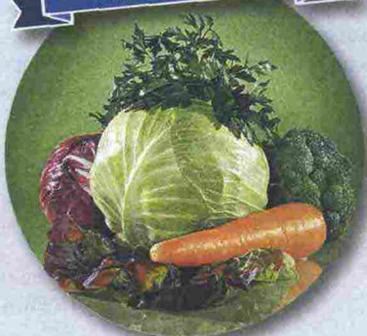
coinvolgano anche la famiglia e i genitori. I genitori spesso sottovalutano il peso dei figli ed è per questo che è così importante un attento monitoraggio dei parametri antropometrici da parte del medico. L'obesità infantile non dovrebbe essere vista come un intervento in due parti, da un lato la prevenzione, dall'altra il trattamento, ma come un continuum. E l'area grigia nel mezzo è quella dove molti bambini si vengono a trovare, almeno per un periodo di tempo, nel corso della loro infanzia.

Il verdetto della bilancia

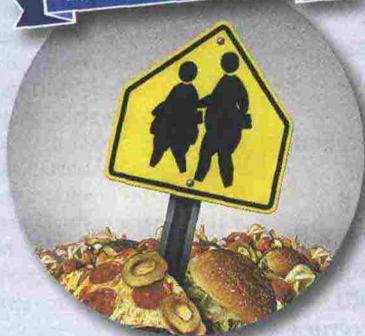
Nella foto in alto, un bambino su una bilancia durante una visita dal pediatra di famiglia. Sotto, la contrapposizione tra gli alimenti consigliati e quelli da evitare.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Cibo sano: le verdure



Evitiamo il cibo spazzatura



Attenti alla dieta

