

# Sommario Rassegna Stampa

<b>Pagina</b>	<b>Testata</b>	<b>Data</b>	<b>Titolo</b>	<b>Pag.</b>
	<b>Rubrica</b>		<b>Alimentazione e salute</b>	
3	Corriere della Sera	05/06/2013	<i>I DANNI DA FAME E MALNUTRIZIONE CI COSTANO 500 DOLLARI A TESTA (A.Arachi)</i>	2
131	Diva e Donna	11/06/2013	<i>ALLERGIE ALIMENTARI: ATTENZIONE AI BAMBINI (A.Barigozzi)</i>	4
XIII	La Gazzetta del Mezzogiorno	05/06/2013	<i>POCHI I BAMBINI SOVRAPPESO GRAZIE ALLA CUCINA "POVERA" (G.Cantatore)</i>	5
4	TST Tutto Scienze e Tecnologie(La Stampa)	05/06/2013	<i>CON TROPPI CARBOIDRATI IL RISCHIO ICTUS SALE</i>	6

**Il rapporto** Le cifre della Faο: il 25 per cento dei bambini sotto i cinque anni affetto da rachitismo

# I danni da fame e malnutrizione ci costano 500 dollari a testa

Due miliardi di persone soffrono per un'alimentazione inadeguata

ROMA — Il mondo ha un problema con il cibo. Diametralmente e drammaticamente opposto, a seconda delle latitudini dalle quali lo si guarda. Ci sono due miliardi di persone che soffrono per la malnutrizione, per l'assenza di cibo, quasi 900 mila patiscono letteralmente la fame.

Dall'altra parte del globo, invece, si conta un miliardo e 400 milioni di persone che di cibo abusano, lo buttano via per abbondanza, lo maltrattano: sono scientificamente sovrappeso. Mezzo miliardo è addirittura obeso. Numeri difficili da digerire.

Numeri del rapporto Sofa (State of food and agriculture) della Faο presentato ieri e accompagnato da un sentito messaggio di José Graziano, il

sto della malnutrizione pesa per 500 dollari a persona per ogni cittadino del mondo, neonati e ultrasessanta-

cinquenni inclusi. Il costo principale della malnutrizione è quello che grava sulla parte povera del mondo, su quella che è sottoalimentata: presenta un conto di circa 2,1 trilioni di dollari ogni anno. Ma c'è anche il costo dell'altra parte del mondo, quello ricco, quello che di cibo abusa, e lo butta via per eccessi.

Non è un costo da poco quello delle persone obese e di quelle che sono sovrappeso, di poco inferiore a quello della sottoalimentazione. Anche qui il rapporto Sofa della Faο ha fatto i conti precisi. I costi della parte florida del mondo sono sostanzialmente costi di tipo sanitario e gravano sul bilancio dell'economia mondiale per circa 1,4 trilioni di dollari.

## L'appello

«La priorità deve essere lottare finché la fame non sarà sradicata» ha detto il direttore generale della Faο José Graziano

Ammonisce il rapporto mondiale della Faο: «La sfida per i capi di governo è certamente come affrontare la sottoalimentazione, che nell'immediato deve restare la priorità alimentare per la comunità mondiale. Ma al tempo stesso i governi devono mettere in campo strategie per capire come poter prevenire o come far regredire l'emergenza del sovrappeso e dell'obesità».

Lo abbiamo già visto: è una questione umanitaria, questa sfida. Ma anche una questione economica. Di costi e benefici. Spiegano gli esperti della Faο: «L'impegno per i governi è significativo ma anche i ritorni sono alti. Un esempio per capire: investire nella riduzione delle deficienze di micronutrienti scongiurerebbe le morti infantili e migliorerebbe la salute in una ratio tra benefici-costi di 13 a 1».

Una raccomandazione per i governi: adottare regole che promuovano l'efficienza, la sicurezza e la qualità ali-

mentare; investire nella ricerca e nella formulazione dei prodotti; guardare con attenzione ai consumatori promuovendo tra l'altro campagne di informazione e sensibilizzazione alimentare.

**Alessandra Arachi**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**1,4** trilioni di dollari la spesa sanitaria dovuta alla sovralimentazione

**4** pianeti sarebbero necessari per sfamarci se tutti consumassero come gli americani

**0,6** pianeti sarebbero necessari se tutti consumassero come gli indonesiani

## Il paradosso

Nel mondo si contano un miliardo e quattrocento milioni di persone in sovrappeso e mezzo miliardo di obesi

direttore generale di questa organizzazione dell'Onu. Non ha dubbi Graziano: «Occorre lottare fino a quando fame e malnutrizione non saranno del tutto sradicate. Questa deve essere la nostra priorità».

Sono numeri difficili da metabolizzare. Soprattutto se guardiamo le cifre che riguardano i più piccoli: nel mondo c'è più di un bambino su quattro sotto i cinque anni (il 26% per la precisione) che soffre di rachitismo e presenta disturbi della crescita, mentre ben il 31% soffre per la carenza di vitamina A.

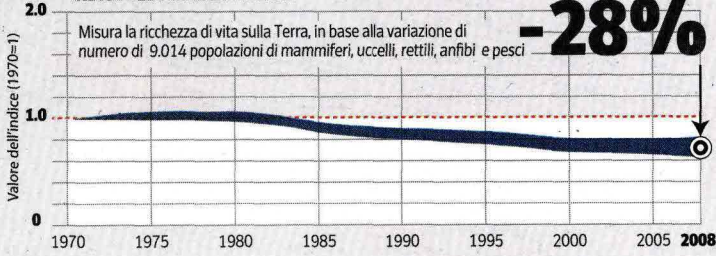
Sono numeri che pesano sul bilancio dell'economia mondiale. E pesano davvero parecchio. Nel rapporto Sofa della Faο sono stati fatti i conti, con precisione. Ed è venuto fuori che i costi sociali ed economici della malnutrizione sono alti e pesano per circa il 5% del Pil mondiale equivalente a 3,5 trilioni di dollari l'anno.

Per capire di che cifre stiamo parlando: un trilione di dollari nel conteggio convenzionale equivale a mille miliardi di dollari. Tradotto ancora: se si divide questa cifra per la popolazione mondiale, viene fuori che il co-



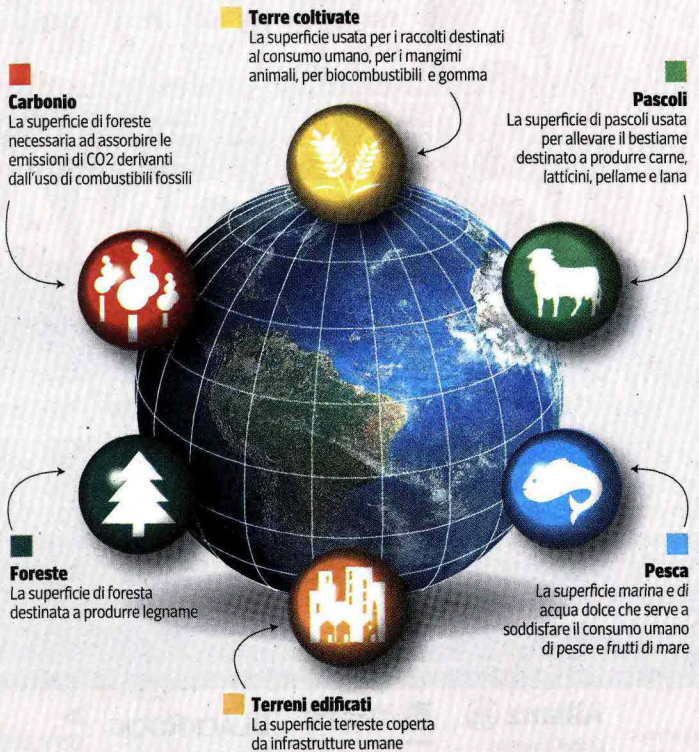
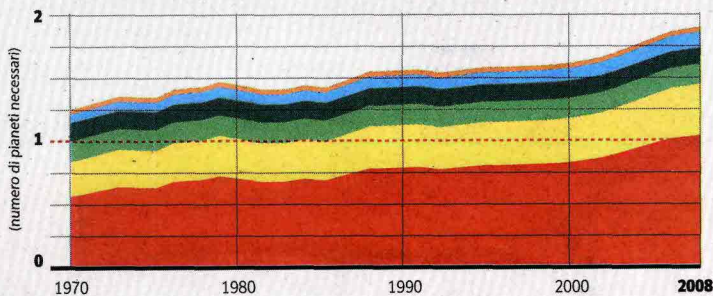
**L'evoluzione negli anni**

**INDICE DEL PIANETA VIVENTE**

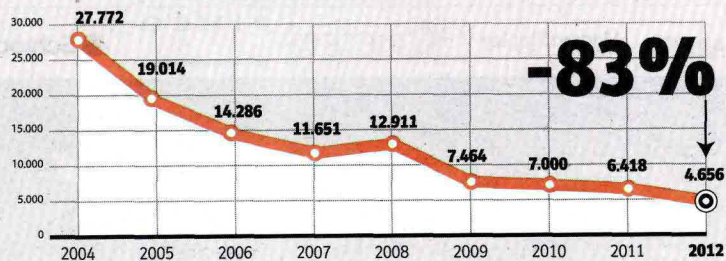


**L'IMPRONTA ECOLOGICA**

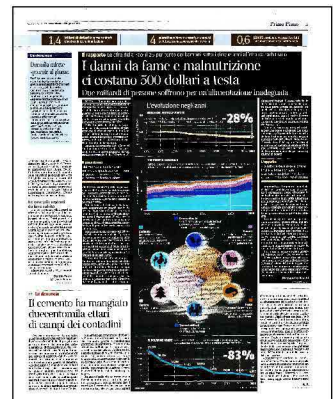
Calcola l'uso umano delle risorse terrestri in sei ambiti particolari: l'impatto dei diversi stili di vita viene misurato in ettari di pianeta che sarebbero necessari a rigenerare quanto viene consumato



**IL POLMONE VERDE** La riduzione della foresta amazzonica negli ultimi 8 anni, rilevata via satellite dall'Istituto Brasiliano di Ricerche Spaziali (dati in Km quadrati)



FRONTE: Wwf CORRIERE DELLA SERA



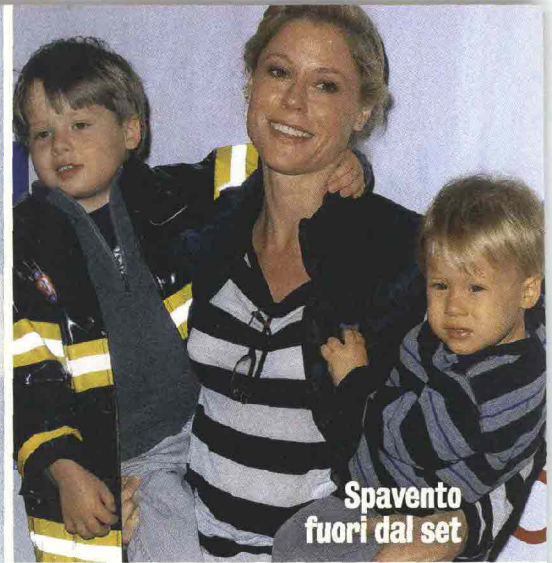


Un occhio alla salute ]

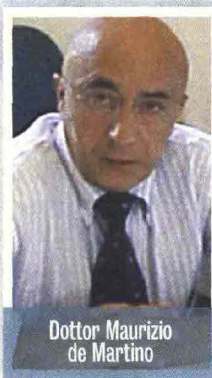
## Allergie alimentari: attenzione ai bambini

Latte, uova, noccioline sono i maggiori responsabili delle allergie alimentari tra i bimbi, in costante crescita. Il dottor **Maurizio de Martino, pediatra**, spiega a cosa fare attenzione e come abbassare le probabilità di una reazione

di Adelaide Barigozzi



**S**empre più bambini devono fare attenzione a cosa mangiano, a causa delle allergie alimentari. Secondo dati Usa, **negli ultimi 15 anni i disturbi legati alle allergie alimentari sono aumentati del 50%**. Una tendenza in crescita anche in Italia. «Il motivo principale, però, è che oggi si presta più attenzione ricorrendo a indagini approfondite», dice il professor Maurizio de Martino, docente di Pediatria all'Università di Firenze e direttore del Dipartimento di Pediatria Internistica all'Ospedale Pediatrico Meyer di Firenze.



Dottor Maurizio de Martino

### No alle diagnosi fai da te

La reazione a un alimento si fa subito sentire con orticaria, dermatite, congiuntivite, crisi d'asma, vomito e, nei casi più gravi, choc anafilattico. «I maggiori "responsabili" sono latte, uova e frutta secca, più raro il pesce», dice l'esperto. Questi cibi scatenano la reazione allergica, che è tutt'altro rispetto alle intolleranze alimentari, per esempio al lattosio o al glutine, che dipendono da difetti enzimatici o da altri meccanismi non allergici». Per abbassare le probabilità di una reazione è bene iniziare a inserire gli alimenti "critici" dai 4-5 mesi. **A rischiare di più sono i bimbi che hanno entrambi i genitori allergici** o un genitore e un fratello. «In questi casi è importante seguire i consigli del pediatra», spiega de Martino. «I test allergologici preferibili sono quelli cutanei, potrebbe infatti succedere che l'esame dia esito positivo, ma il bambino non abbia alcun sintomo. Imporgli restrizioni alimentari, allora, non ha alcun senso. Occorre curare l'allergia e non il test!».

### Test sotto controllo medico

Che cosa deve fare una mamma se pensa che il figlio sia allergico? «No a diagnosi e diete fai da te, ma rivolgerti al pediatra allergologo», dice lo specialista. «Nel nostro centro arrivano molti bimbi considerati allergici, ma non lo sono e per regimi dietetici sbagliati vanno incontro a malnutrizione. Se non c'è familiarità e il piccolo sta bene basta farsi guidare dal pediatra». **Nell'80% dei casi l'allergia alimentare**

**scompare o si attenua dopo i 6 anni** e, casomai, viene sostituita da quella respiratoria, cui è spesso associata. Un piccolo allergico a un alimento, da grande quasi certamente lo sarà a pollini o polvere. In caso di persistenza di test positivo, è bene rivolgersi a un centro allergologico per effettuare in ambiente protetto un test di tolleranza sotto controllo medico. In pratica, il bimbo assume un certo alimento, per esempio latte o uovo, in dosi graduali, iniziando da gocce sublinguali per finire con una frittata, in modo da stabilire se può assumerne senza problemi in quantità non eccessive».

**MAMMA MODERNA** Sopra, Julie Bowen, 43 anni, la Claire della serie "Modern Family" il martedì sera su Fox, con i figli Gus, 5 (a sin.), e Oliver, 6. Ha raccontato l'attrice: «Oliver a due anni ha rischiato di morire per una reazione allergica al burro d'arachidi. In un attimo si è gonfiato tutto il volto, abbiamo dovuto correre al pronto soccorso».

### Per difenderli



L'ADOZIONE A DISTANZA È UN BEL CAMMINO...

**P**ensate all'adozione a distanza ma non sapete come fare? **\*Sul sito [www.actionaid.it](http://www.actionaid.it)**, onlus tra le più attive per i più sfortunati del mondo, tutte le indicazioni per garantire a un piccolo un nuovo futuro.

**CORATO** IL PROGETTO «MEDIA». DONATO UN ECOGRAFO ALL'OSPEDALE

# Pochi i bambini sovrappeso grazie alla cucina «povera»

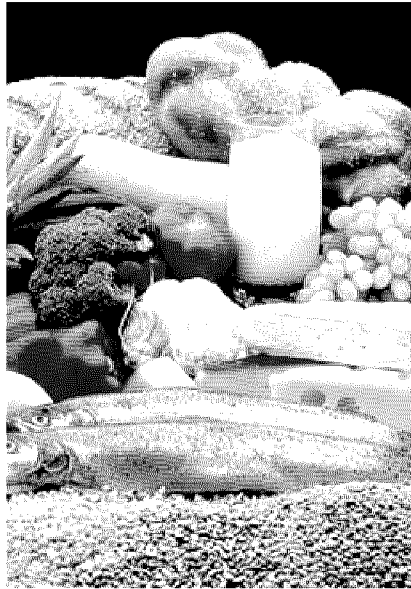
GIUSEPPE CANTATORE

● **CORATO.** I ragazzi stanno bene. Lo dicono i dati raccolti dal progetto «Media», iniziativa rivolta agli studenti delle quattro scuole medie della città e finalizzata alla prevenzione delle malattie e alla conoscenza di un corretto stile di vita.

Il percorso - pensato dalla onlus «Salute e sicurezza» e dal Rotary Club di Corato, con il patrocinio del Comune e il sostegno del Pastificio Granoro - ha puntato a prevenire obesità, fumo, consumo di droghe, abuso di alcol e guida pericolosa. I medici dei reparti di cardiologia e di pediatria dell'ospedale «Umberto I» hanno compiuto screening gratuiti, permettendo ai giovanissimi di conoscere in tempo eventuali cattive abitudini legate all'alimentazione e la possibile predisposizione a patologie cardiache.

I risultati sono stati diffusi in Comune in un incontro con i genitori. «Possiamo definirci una città virtuosa - ha affermato Vincenzo Tota, dirigente di pediatria -, visto che abbiamo rilevato il 16,98% di ragazzi in sovrappeso e il 5,8% di obesi. Un dato inferiore rispetto alla media nazionale. Forse ciò che ancora ci salva è il fatto che genitori e nonni si prendono ancora cura dell'alimentazione dei nostri ragazzi e non hanno dimenticato la sana tradizione contadina». Ben 416 gli studenti visitati, tra i quali sono stati riscontrati 25 casi di obesità, 72 di sovrappeso e 19 di sottopeso.

«In alcuni casi - ha precisato Paolo Loizzo, uno dei medici dello staff insieme con Claudio Paolillo, Maria Ceglia e appunto Tota - è stato necessario realizzare anche una ecografia cardiaca per una migliore diagnosi di eventuali vizi valvolari e insufficienza aortica». Proprio da una delle visite effettuate



ARMA VINCENTE La dieta mediterranea

lo scorso anno, alla prima edizione del progetto, a un ragazzo fu diagnosticata una malattia cardiaca della quale i genitori ignoravano l'esistenza. Il giovane paziente ha affrontato l'intervento chirurgico e ora è sotto costante controllo medico.

La famiglia Mastromauro e il Pastificio Granoro hanno donato un ecografo cardiaco portatile al reparto dell'«Umberto I». «L'apparecchio - ha detto il dottor Paolillo, dirigente della unità operativa di cardiologia - rende più efficiente il nostro reparto e consente una migliore collaborazione tra le varie unità». All'incontro è intervenuto Vincenzo Lionetti, docente di Fisiologia della scuola superiore Sant'Anna di Pisa.





## Con troppi carboidrati il rischio ictus sale

Una dieta ad alto carico glicemico aumenta non solo il rischio cancro, ma anche quello di altre malattie cronic-degenerative: è questo il risultato di uno studio condotto dai ricercatori dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano guidati da Vittorio Krogh, responsabile della Struttura complessa di epidemiologia e prevenzione, che ha messo in luce il rapporto tra il consumo di carboidrati ad alto indice glicemico e l'insorgenza di ictus. Il lavoro, pubblicato su «Plos One», fa parte del progetto «Epicor», uno studio sull'associazione tra dieta e incidenza delle malattie cardiovascolari in Italia che nasce come satellite del grande studio oncologico «Epic» («European investi-

gation into cancer and nutrition), svolto in Italia su oltre 47 mila volontari e a cui l'istituto partecipa con altri 22 centri in 10 Paesi europei. «Con questo lavoro - precisa la biologa e nutrizionista Sabina Sieri - si raccolgono fattori importanti nella definizione di una dieta sana»: la «risposta glicemica» a ciascun pasto, infatti, è influenzata non solo dall'indice glicemico dei singoli alimenti, ma anche dal «carico glicemico», vale a dire dalla quantità di carboidrati in esso contenuto. Cibi ad alto contenuto di carboidrati ad alto indice glicemico sono il pane, lo zucchero, la pizza, ma anche il riso. Al contrario hanno un alto contenuto di carboidrati a basso indice glicemico gli alimenti integrali, la pasta, i legumi e la frutta: questi si digeriscono lentamente e quindi determinano un limitato picco della glicemia e una bassa risposta insulinica. E il rischio di ictus cala.

