

uClue tutte le notizie a colpo d'occhio

Dai Peso al Peso, una campagna per la lotta a sovrappeso e obesità

11.02.2009 - 14:32 Origine: Panorama Categoria: [Titoli](#)

Da febbraio parte l'iniziativa "Dai peso al Peso", progetto nazionale voluto dall'ISS che proseguirà fino a giugno e consentirà a tutti coloro che sono in sovrappeso od obesi di effettuare check-up gratuiti in oltre 50 centri IperCoop distribuiti in tutta Italia

Genova Anno VI - n°37 - 19.02.2009 Pagine Nazionali

Italiani a rischio per eccesso di peso: uno su tre supera i limiticlicMedicina - redazione@clicmedicina.it

Ogni giorno 156 italiani perdono la vita per le conseguenze dell'eccesso di peso. Secondo l'OMS, nel nostro paese le morti attribuibili a sovrappeso e obesità sono state circa 57.000 nel 2002, un decimo del totale.

Sono gli effetti di un'epidemia che ormai coinvolge milioni di persone: i più recenti dati Istat indicano che più di un italiano su tre (34,2%) è in sovrappeso, mentre quasi uno su 10 (9,8%) è obeso. Gli obesi adulti sono ormai un esercito di oltre 4 milioni di persone. E il loro numero è in crescita.

Sovrappeso e obesità stanno ormai diventando una vera e propria emergenza che coinvolge tutti i paesi e non solo quelli occidentali, con pesanti ricadute in termini sanitari e socio-economici. All'eccesso di peso sono associate condizioni cliniche – malattie cardiovascolari, respiratorie, osteoarticolari, aumento della pressione arteriosa, incremento di grassi e zuccheri nel sangue - che determinano una riduzione della qualità della vita e un aumento del rischio di mortalità.

Ma invertire la rotta si può: con un approccio integrato basato sulle tre "A" - alimentazione controllata, attività fisica, aiuto medico - si possono ottenere riduzioni di peso anche piccole che assicurano significativi benefici per la salute.

È il messaggio che viene lanciato attraverso **"DAI PESO AL PESO"** un grande progetto presentato a Roma, che coinvolge l'Istituto Superiore di Sanità, l'IRCCS San Raffaele Pisana, la Società Italiana dell'Obesità e Acaya Formazione & Salute, in partnership con Abbott ed in collaborazione con Coop: da febbraio a giugno, milioni di italiani che hanno superato i limiti di peso potranno fare una sosta alla Coop per un check-up gratuito dei principali parametri correlati a sovrappeso e obesità.

In oltre 50 centri IperCoop di tutta Italia, tutte le persone di età compresa tra i 18 anni e i 75 anni, in sovrappeso evidente o sospetto, potranno eseguire il controllo dei valori ematologici, misurazione della pressione arteriosa, misurazione della circonferenza addominale, indice di massa corporea, valutazione della distribuzione di grasso rispetto alla massa magra, e test sul comportamento psicologico nei confronti dell'alimentazione.

L'obiettivo del progetto è quello di valutare i principali fattori di rischio legati all'eccesso di peso creando un data base unico nel suo genere, nonché quello di aumentare nelle persone il grado di consapevolezza sulla propria condizione di rischio e incoraggiarle a modificare il proprio stile di vita.

*"Sovrappeso e obesità derivano essenzialmente da uno squilibrio tra assunzione di cibo ed attività fisica" – sottolinea **Giuseppe Rosano**, Direttore del Centro di Ricerca Clinica del San Raffaele di Roma. – "Le persone più a rischio sono quelle di età compresa tra i 55 e i 64 anni, generalmente sedentarie. Ma ci sono picchi di diffusione tra gli ansioso-depressivi ed i bambini che hanno un genitore obeso. Tra i bambini, viene considerato un fattore di rischio trascorrere davanti alla televisione più di 8 ore a settimana".*

L'obesità rappresenta uno dei principali problemi di salute pubblica con un costo sociale molto elevato. *"Fino al 6% delle spese sanitarie nella Regione europea dell'Oms è legato all'obesità tra gli adulti. In alcuni Paesi europei raggiunge l'1% del prodotto interno lordo e rappresenta il 6% della spesa sanitaria diretta" – aggiunge Rosano.*

Oltre a costi diretti ed indiretti, come per esempio la perdita di produttività, ci sono costi difficilmente quantificabili: il minor rendimento scolastico, la discriminazione lavorativa, i problemi psicosociali e la scarsa qualità della vita.

La modificazione dello stile di vita rappresenta l'arma migliore per vincere la battaglia contro sovrappeso e obesità. Nel segno delle tre "A": alimentazione controllata, attività fisica e aiuto medico.

*“Alla base dell’obesità c’è un vero e proprio organo (Organo Adiposo) che si ammala andando incontro ad una lieve infiammazione cronica che crea tutte le conseguenze negative di questa malattia – indica **Saverio Cinti** Professore di Anatomia Umana all’Università di Medicina e Chirurgia di Ancona e Presidente Nazionale della SIO.*

*“L’obesità è una vera, importante patologia. Lungi dall’essere un semplice problema estetico, è un’emergenza sanitaria di ordine metabolico che non si risolve purtroppo dando solo dei buoni consigli” – ammonisce **Giovanni Spera**, Dipartimento Fisiopatologia Medica, Sapienza Università di Roma e Presidente Sezione Regionale Lazio della SIO. – “Come prevenzione di base valgono i soliti semplici principi: scegliere la sana alimentazione mediterranea, più pasti nell’arco della giornata ma in quantità ridotte e qualità variata (anche se con pochi grassi e più frutta e verdura), non rinunciare ai carboidrati e fare sempre attività fisica, anche poca, se possibile ogni giorno ed a qualunque età. Ma se si è in forte sovrappeso o patologicamente obesi rivolgersi a strutture mediche accreditate nelle quali anche il trattamento farmacologico può essere inserito in un percorso diagnostico e terapeutico multidisciplinare che punti alla riabilitazione, al recupero di tutte le disabilità insite nell’obesità ed all’annullamento dei rischi per diabete, cardiopatie e tumori”.*

Indicazioni e consigli che tutti coloro che parteciperanno all’iniziativa troveranno in un manuale distribuito nelle Ipercoop al termine del check-up.

*“Il progetto ha una rilevanza scientifica” – dichiara **Stefano Vella** Direttore Dipartimento del Farmaco, Istituto Superiore di Sanità.*

“La rilevanza scientifica consiste nella possibilità di creare una coorte, rigorosamente anonima, di circa 10.000 persone che ci permetterà di monitorizzare nel tempo quanto e come il sovrappeso può influire sullo stato di salute” – prosegue Vella. – “Finora, molte osservazioni sul sovrappeso della popolazione sono state fatte come fotografie “statiche”: con questo progetto possiamo ottenere un quadro “dinamico” della situazione, seguendone l’evoluzione. Di diete e sovrappeso si parla quasi ogni giorno, ma “Dai Peso al Peso” è un progetto innovativo perché, per la prima volta, porta il problema del sovrappeso all’interno della popolazione generale che diventa attiva protagonista”

"L'impegno di tutti i partner, di elevata caratura scientifica ed istituzionale, che contribuiscono alla realizzazione del progetto, permette di essere certi del risultato e degli obiettivi che verranno raggiunti" - asserisce **Salvatore Puscio**, Presidente di Acaya Consulting SpA.

"Il Progetto "Dai Peso al Peso" coinvolgerà su tutto il territorio nazionale oltre 50 IperCoop, 220 Medici e 100 Infermieri. Verranno effettuate circa 10.000 visite e 25.000 analisi ematochimiche nonché, 20.000 misurazioni di: pressione arteriosa, peso e circonferenza addominale. Al cittadino verrà consegnato un esame obiettivo del suo stato di salute ed un manuale "Life Style" con i consigli utili per modificare e migliorare il proprio stile di vita".

ANSA ore 17.05

DATA 23 FEBBRAIO 2009

PAG. 1/1

SANITA': PUGLIA; CHECK UP SU OBESITA' DAL 27/2 ALLA COOP

20090223 00933

ZCZC0956/SXR

R CRO S44 QBKP

SANITA': PUGLIA; CHECK UP SU OBESITA' DAL 27/2 ALLA COOP

(ANSA) - BARI, 23 feb - Circa il 40% dei pugliesi supera il peso forma, il dieci per cento e' obeso. Il dato e' stato ribadito oggi durante la presentazione del Progetto nazionale sul sovrappeso e l'obesita' a cura dell'Istituto superiore della sanita' in collaborazione con Policlinico di Bari, Istituto San Raffaele Pisana e Societa' italiana dell'obesita'. L'iniziativa prevede in Puglia dal prossimo 27 febbraio fino al 18 aprile, nei fine settimana, check-up gratuiti di valutazione del proprio stato di salute nei centri commerciali Coop.

'Prevediamo di poter fare uno screening di circa diecimila pugliesi - ha spiegato il responsabile del progetto per la Puglia, Riccardo Giorgino - uomini e donne tra i 18 e i 75 anni potranno fare gratuitamente una visita medica, un controllo del peso corporeo, i test ematochimici, il controllo della pressione arteriosa, il calcolo dell'indice di massa corporea e la circonferenza addominale. Alla fine del check-up verra' consegnato loro un manuale con i consigli degli esperti per modificare il proprio stile di vita'. 'Ci vuole poco - ha aggiunto - si tratta di modificare il proprio stile di vita, non solo le proprie abitudini alimentari quanto arricchirle di attivita' fisica necessaria per attivare un metabolismo efficiente. L'obesita' negli ultimi anni tende a crescere soprattutto nei bambini ed e' necessario produrre una campagna di sensibilizzazione per una alimentazione corretta ed uno stile di vita piu' adeguato'.

'Si puo' invertire la rotta - ha spiegato l'ordinario di endocrinologia dell'Universita degli studi di Bari, Francesco Giorgino - con un approccio integrato basato sulle tre 'a': alimentazione controllata, attivita' fisica e aiuto medico. Tutto questo per sconfiggere il pericolo con l'obesita' di malattie cardiovascolari, malattie metaboliche, infarto, ictus, artrosi e problematiche sessuali come l'impotenza negli uomini e l'infertilita' nelle donne'.

'Questo progetto - ha concluso il direttore generale del Policlinico, Vitangelo Dattoli - rientra nei piani della Regione Puglia che punta per la sanita' ad azioni di prevenzione e non solo di cura, ottimizzando le competenze delle proprie strutture sanitarie pianificando interventi ampi sul territorio'.

(ANSA).

XIA

23-FEB-09 17:05 NNNN

Agenzia stampa

ANSA ore 14.30

DATA 25 FEBBRAIO 2009

PAG. 1/1

OBESITA': 1 MORTE SU 10 IN LOMBARDIA DOVUTA A ECCESSO PESO

20090225 01242

ZCZC0524/SXR

R CRO S42 QBXH

OBESITA': 1 MORTE SU 10 IN LOMBARDIA DOVUTA A ECCESSO PESO

(ANSA) - MILANO, 25 FEB - In Lombardia, su un totale di 85 mila decessi che si verificano ogni anno per le cause piu' disparate, ben uno su 10 puo' essere attribuito a cause legate all'obesita'. Tanto che ogni giorno 23 lombardi perdono la vita a causa di malattie correlate al loro eccesso di peso.

A ricordarlo sono gli esperti, che oggi a Milano hanno presentato cinque appuntamenti per il controllo gratuito dei principali fattori di rischio legati al sovrappeso. L'iniziativa rientra nel progetto nazionale 'Dai peso al tuo peso', che coinvolge tra gli altri l'Istituto superiore di sanita' e la Societa' italiana obesita'.

'Con un occhio alle differenze di genere spiega Michele Carruba, direttore del Centro studi e ricerche sull'obesita' dell'Universita' Statale di Milano sono piu' gli uomini che le donne ad accusare chili di troppo, e l'obesita' femminile e' maggiormente prevalente dopo la menopausa. I numeri sull'obesita' sono cifre allarmanti se si pensa che in Italia si spendono circa 22,8 miliardi ogni anno per le malattie associate all'obesita' e' un problema non solo individuale, ma sociale'.

Gli appuntamenti in Lombardia, che prevedono visite e test gratuite a tutti gli interessati tra i 18 e i 75 anni, si svolgeranno in ambulatori allestiti nei centri IperCoop di Cremona e Milano (27-28 febbraio), Mantova (20-21 marzo in piazza Commercio, 27-28 marzo in piazza Beccaria) e Crema (3-4 aprile).

(ANSA).

KXP

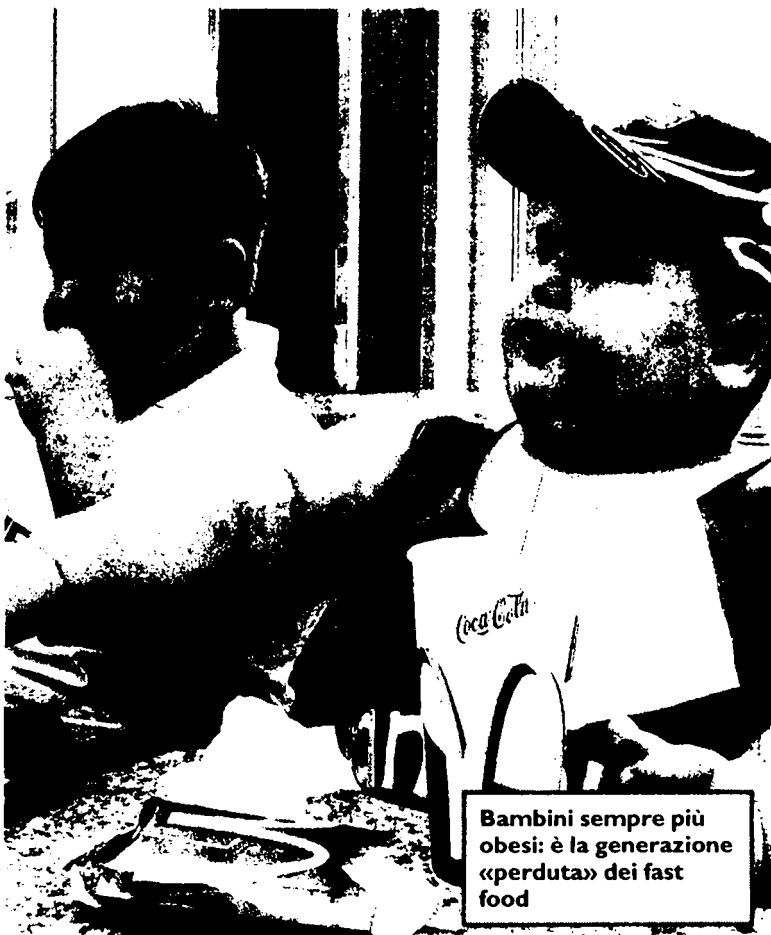
25-FEB-09 14:30 NNNN

Agenzia stampa

SCATTA L'ALLARME OBESITÀ

Buone forchette e ciccioni da morire

Ogni giorno 23 lombardi perdono la vita per le conseguenze dei chili in eccesso



Bambini sempre più obesi: è la generazione «perduta» dei fast food

CHECK UP
 Fino a giugno
 esami gratuiti
 per chi supera
 i limiti di peso

— MILANO —

Ogni giorno 23 lombardi perdono la vita per le conseguenze dell'eccesso di peso; si stima cioè che su un totale di 8.500 decessi annui, circa il 10 per cento sia attribuibile all'obesità.

Pur non essendo ai primi posti per numero di obesi, in Lombardia la percentuale di cittadini tra sovrappeso (30,1 per cento) e obesità (8,6 per cento) sfiora il 40 per cento. Più in generale, i più recenti dati Istat indicano che più di un italiano su tre (34,2 per

cento) è in sovrappeso, mentre quasi uno su dieci (9,8 per cento) è obeso. Con gravi ripercussioni sulla salute.

Più di tutto pare influire sul fenomeno la mancanza di informazione: secondo Michele Carruba, Direttore del centro studi e ricerche sull'obesità dell'Università di Milano «più le persone sono colte, più prestano attenzione all'alimentazione».

Si può tuttavia invertire la rotta facendo leva su una nutrizione controllata, sull'attività fisica e sull'aiuto medico. Un messaggio che viene lanciato attraverso il progetto «Dai peso al peso», presentato ieri mattina a Milano, che coinvolge l'Istituto superiore di Sanità, l'IRCCS San Raffaele Pisana, la Società italiana dell'Obesità e Acaya Formazione e Salute, in partnership con Abbott e in

collaborazione con Coop.

Da febbraio a giugno, milioni di italiani che hanno superato i limiti di peso potranno fare una sosta alla Coop per un check-up gratuito dei principali parametri correlati a sovrappeso e obesità. In particolare sarà possibile espletare una visita medica, il controllo del peso corporeo, test amatochimici, il control-



lo della pressione arteriosa, il calcolo dell'indice di massa corporea e della circonferenza addominale. In Lombardia sono previsti appuntamenti a Cremona, Novate Milanese, Mantova e Crema.

«L'obesità — ha detto Fabrizio Muratori, segretario nazionale della società italiana dell'obesità — è una grave malattia che si associa a una serie di patologie e fattori di rischio, come le malattie cardiovascolari. Il diabete di tipo 2 è la patologia concomitante più frequentemente associata all'obesità. Si suppone che il 90 per cento dei pazienti diabetici sia affetto da diabete di tipo 2 e che circa l'80 per cento dei pazienti con diabete di tipo 2 sia obeso».

«**BISOGNA PARTIRE** da chi è in una condizione di sovrappeso — ha precisato Michela Barichella, dirigente medico responsabile del servizio dietetico, Istituti clinici di perfezionamento di Milano —. Chi è in sovrappeso deve seguire un programma nutrizionale e di attività fisica. In caso di obesità bisogna rivolgersi a strutture specializzate dove seguire un trattamento integrato con diversi specialisti».

In ogni caso «non esiste il fai da te: la dieta è una prescrizione medica e quindi deve essere personalizzata».

ALLARME SALUTE

Obesità: 23 morti al giorno. Sovrappeso il 40% dei lombardi*Sempre più frequenti infarti, ictus e altri disturbi legati all'eccesso di peso. A scuola problemi per un bambino su quattro*

■ Allarme obesità. In Lombardia il 30% della popolazione è in sovrappeso e l'8,6% è obeso. Non solo, ogni giorno 23 lombardi perdono la vita per le conseguenze dell'eccesso di peso. Da un'indagine dell'assessorato alla Sanità del Comune emerge anche che su 1897 bambini che frequentano le scuole elementari quasi il 18% è sovrappeso, mentre il 6,6% è

Quest'anno per la prima volta negli Usa la nuova generazione ha un'aspettativa di vita inferiore rispetto alla generazione precedente proprio a causa dell'obesità. Ma quando si può parlare di obesità? Ce lo dicono gli esperti: se il peso eccede quello ideale del 30% il soggetto si considera sovrappeso, se lo supera del 60% si considera obeso, «obeso

severo» se si arriva al 100% di sfioramento.

Proprio per rendere la popolazione consapevole di un problema sempre più diffuso, soprattutto nelle nuove generazioni arriva anche a Milano l'iniziativa «Dai peso al peso», organizzata dall'Istituto superiore di Sanità, San Raffaele Pisana, Società italiana dell'obesità e Acaya forma-

RISPOSTA L'assessore alla Sanità: «Una trasmissione in tv con mamme e bambini alle prese con i fornelli»

addirittura obeso. Vediamo dunque di sfatare il primo luogo comune: l'obesità non è solo una patologia diffusa nei paesi più ricchi, tutt'altro. «L'obesità è una patologia dei paesi e delle classi emergenti», spiega Michele Carruba, direttore del Centro studi e ricerche sull'obesità dell'Università statale.



EMERGENZA L'obesità è un problema enorme per la salute dei cittadini

NUMERI

23

Le persone che ogni giorno muoiono in Lombardia per disturbi legati all'obesità. Risulta da un'indagine dell'assessorato comunale alla Sanità.

18%

La percentuale di bambini che è sovrappeso. A questi si aggiungono molti altri (pari al 6,6%) che sono obesi a tutti gli effetti. Un dato molto preoccupante.

30-60%

Per gli esperti è sovrappeso chi supera del 30% il suo peso ideale. È obeso invece chi supera la soglia del 60%.

zione e salute in collaborazione con Coop. Venerdì e sabato, dalle 9 alle 19 nell'Ipcoop di Novate Milanese sarà possibile sottoporsi a un check up completo gratuito (per informazioni 800.928892). «Con un occhio alle differenze di genere», spiega Michele Carruba, «sono più gli uomini che le donne ad accusare chili di troppo e l'obesità femminile è maggiormente prevalente dopo la menopausa, a testimonianza di una maggiore protezione del rischio obesità nell'età giovanile».

Anche l'assessorato alla Sanità scende in campo per diffondere ed educare: «Nel giro di un paio di mesi», spiega l'assessore alla Salute Gianpaolo Landi di Chiavenna, «farà una trasmissione in tv dove mamme e bambini saranno alle prese con i fornelli». «Guidati da uno chef», racconta l'assessore, «mamme e bambini impareranno a preparare i piatti in base all'apporto calorico e alla bontà dei cibi».

MBR