



ADI ONLUS
Associazione Italiana
di Dietetica e Nutrizione Clinica



Obesity Day
IO • net
Italian Obesity Network

10 OTTOBRE - OBESITY DAY 2016 "CAMMINARE È SALUTE"

OBESITA': PRESENTATA AL MINISTERO DELLA SALUTE LA 16MA EDIZIONE DELL'OBESITY DAY

ADI: "Ci auguriamo che nelle prossime settimane passi in Senato la mozione che chiede di riconoscere l'obesità come patologia invalidante".

Gli esperti intervengono, inoltre, sul dibattito "**panino in classe**": «L'alimentazione preventiva fatta attraverso i menù delle mense scolastiche aiuta i bambini a tenere un comportamento alimentare corretto, contrasta l'insorgere di patologie come l'obesità e facilita la convivialità».

Roma, 06 ottobre - **Scorretta alimentazione** e **inattività fisica** sono, insieme al fumo e all'abuso di alcol, i principali **fattori di rischio responsabili** dell'**86%** delle morti in Europa e in Italia, che influiscono sul **75%** della spesa sanitaria. Questi i numeri dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, da cui è partita la **16ma edizione dell'Obesity Day**, la campagna nazionale di informazione e sensibilizzazione sull'obesità, promossa ogni anno il **10 ottobre** dall'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica - ADI, per tramite della sua Fondazione.

Stile di vita mediterraneo e **attività fisica**, infatti, sono i messaggi principali della campagna 2016, presentata questa mattina a Roma nell'auditorium del **Ministero della Salute** dove gli esperti ADI hanno espresso l'augurio che venga accolta la mozione in discussione nelle prossime settimane in Senato che chiede di riconoscere l'obesità come patologia cronica invalidante.

"Riconoscere l'obesità come patologia cronica riconosce di conseguenza i diritti del paziente obeso - hanno dichiarato gli **esperti ADI** - Serve inoltre potenziare il numero di centri specializzati nella cura e nella prevenzione su tutto il territorio italiano anche se questo richiede un aumento nel breve periodo della spesa nazionale sanitaria ma nel lungo periodo si tradurrebbe in un risparmio notevole visto che i costi diretti legati all'obesità oggi in Italia si stima siano pari a 22.8 miliardi.

Lunedì 10 ottobre, i **150 centri di dietologia ADI** offriranno in tutta Italia incontri gratuiti, per promuovere negli adulti e di conseguenza nei bambini consigli su come modificare il proprio stile di vita, prendere per il verso giusto una dieta e fare propri i principi che stanno alla base **della nuova piramide alimentare mediterranea**.

«La nuova piramide alimentare mediterranea dovrebbe essere studiata in tutte le scuole e fatta propria in tutte le famiglie - ha dichiarato **Antonio Caretto**, presidente ADI che nel corso della presentazione della campagna è intervenuto sulla questione "**panino in classe**" - **L'alimentazione preventiva**, fatta attraverso il lavoro e i menù delle mense scolastiche elaborati dalle Asl e dagli operatori sanitari qualificati, aiuta i bambini a tenere un comportamento alimentare corretto nel rispetto delle porzioni, della biodiversità e stagionalità dei prodotti e allo stesso tempo contribuisce alla **convivialità** e alla socializzazione. Elementi che aiutano a prevenire e a contrastare l'insorgere di patologie come l'**obesità** che in Italia coinvolge il **9,8%** dei **bambini** e il **sovrappeso (20,9%)**». (Dati Okkio alla Salute 2014)

Gli esperti ADI hanno, inoltre, impostato la campagna ponendo grande attenzione sull'importanza di fare movimento con regolarità. È fondamentale scegliere attività fattibili in qualsiasi momento della giornata come **camminare a passo spedito per 3 volte alla settimana**, per almeno 45 min oppure salire e **scendere un solo piano di scale di seguito per 15 min**, un paio di volte al giorno.

Ufficio stampa ADI Onlus

Adnkronos Comunicazione Nord Est

Roberta Stumpo mob. 3291134706; T. 049 8762146 roberta.stumpo@adnkronos.com;



ADI ONLUS
Associazione Italiana
di Dietetica e Nutrizione Clinica



**Obesity
Day** IO • net
Italian Obesity Network

«Uno stile di vita salutare e attivo è in grado di modificare in senso positivo sia la qualità e sia la durata della vita di ciascuno di noi - ha dichiarato Giuseppe **Fatati, presidente della Fondazione ADI** - L'attività fisica è il principale fattore in grado di influenzare positivamente la nostra salute. **Non serve strafare o sudare copiosamente.** La chiave di lettura di un buon uso dei proprio muscoli è costituita, durante l'attività fisica, da un ritmo cardiaco accettabile e dalla sensazione di piacere, con respirazione appena più frequente e profonda».