

### **Obesity Day: il 10 ottobre porte aperte negli Ospedali per controlli gratuiti**

Il progetto Obesity Day coinvolge i centri ADI (Servizi di Dietetica e Nutrizione Clinica, Servizi Territoriali, Centri Obesità) nel campo specifico della prevenzione e della cura dell'obesità e del sovrappeso. Il 10 ottobre ci si potrà rivolgere ai Centri che aderiscono all'iniziativa ( gli indirizzi sono sul sito [www.obesityday.org](http://www.obesityday.org)) e, oltre a ricevere un controllo gratuito, da parte di un medico o di un dietista dopo un dettagliato questionario e la determinazione dell'Indice di Massa Corporea, si avranno una serie di indicazioni per compiere il primo passo verso il recupero della forma perduta.

### **Lo slogan di Obesity Day 2008: “Non rimbalzare da una taglia all'altra. Fai centro!”.**

«Abbiamo scelto questo messaggio – dice Giuseppe Fatati- perché molte persone, quasi la totalità, non sanno che uno dei segreti dello stare bene è il mantenimento del peso ideale, una volta raggiunto con una corretta dieta. Se non si mantiene il peso e lo si lascia oscillare non solo non si dimagrisce ma si ingrassa più di quanto era il peso iniziale. In campo medico c'è la 'weight cycling syndrome' cioè la 'sindrome del peso oscillante'. Si è visto che la fluttuazione del peso- dimagrire, poi ingrassare, poi dimagrire di nuovo e così via- interferisce sui livelli di dispendio energetico sia per quanto riguarda la composizione corporea, sia la distribuzione del tessuto corporeo, sia sul rischio di una patologia cardiovascolare. Ad ogni fluttuazione del peso la massa magra perduta dopo una dieta viene ricostituita solo parzialmente quando si sospende la dieta stessa. Il peso ripreso dopo una dieta è qualitativamente più ricco di massa grassa».

### **I Centri di Dietetica e Nutrizione Clinica. Un punto di riferimento sul Territorio**

Sono ancora troppo pochi gli italiani con problemi di sovrappeso o obesità che sanno che esistono sul Territorio delle Strutture di Dietetica e Nutrizione Clinica alle quali rivolgersi per trovare un aiuto altamente specializzato. E sono ancora troppi gli italiani che per veder calare l'ago della bilancia bussano alla porta di Centri estetici, specialisti improvvisati e venditori di illusioni. «La mission delle Strutture di Dietetica e Nutrizione Clinica- dice Daniela Domeniconi Già Direttore Struttura Complessa Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Azienda Ospedaliera “S.Croce e Carle” di Cuneo- è quella di garantire ad ogni paziente un intervento adeguato dal punto di vista nutrizionale fornendo attività specialistiche volte a prevenire e curare situazioni patologiche anche gravi, legate allo stato di nutrizione per le quali sia stata dimostrata un'efficacia dell'intervento nutrizionale. Inoltre, interventi riabilitativi in pazienti affetti da patologie croniche miranti alla ripresa dell'alimentazione orale e alla sua integrazione o sostituzione con nutrizione artificiale, in un'ottica di miglioramento dello stato nutrizionale e/o della qualità di vita. Ci sono poi interventi nell'area della malnutrizione ospedaliera e territoriale: sensibilizzazione alla sorveglianza nutrizionale degli operatori sanitari e assistenziali, programmi di screening e protocolli di trattamento. E, ancora, azione di health promotion mirate alla collettività e ai gruppi target».

### **Bisturi aiutami tu. Aumentano gli italiani che chiedono aiuto alla chirurgia dell'obesità**

Cresce il numero dei grandi obesi che, per motivi di salute ma anche per vincere un disagio psicologico, si sottopongono ad intervento chirurgico- la chirurgia bariatrica- per veder scendere drasticamente, una volta per tutte, l'ago della bilancia. «Gli interventi, documentati, in Italia sono stati 11.923 dal 1996 al 2005- dice Maria Antonia Fusco, Primario Emerito di Dietologia e Nutrizione dell'Azienda Ospedaliera “S.Camillo- Forlanini” di Roma- E' stato un crescendo continuo: si è passati dai 3000 del 2003 ai 5000 del 2005. Non abbiamo ancora dati ufficiali degli ultimi anni ma possiamo affermare che il numero è in aumento. In tutta Italia, per quanto si evince dal registro della Società Italiana Chirurgia dell'Obesità (SICOB), i centri sono 49. Nel Nord, esiste la maggior parte dei centri 29, al Centro 13, al Sud e Isole 8 centri. Quindi, ovviamente, la maggior parte degli interventi viene effettuata al Nord, anche se attualmente nel Centro-Sud vi è un gran fervore organizzativo». L'identikit del 'paziente tipo'. «Iniziamo dalla donna- aggiunge Fusco- è intorno alla quarantina, con problemi spesso di depressione legati anche al suo lungo passato di

obesa, perennemente in lotta con il peso, (sono l'80% dei pazienti che si rivolgono al chirurgo) , è di ceto sociale medio basso, con titolo di studio non elevato. E passiamo all' uomo: ha intorno ai 50 anni, con grandi difficoltà nel lavoro, tendenzialmente depresso, reduce da numerose diete, spesso affetto da problemi metabolici. Ha un titolo di studio medio alto. In ogni caso, uomini o donne, sono pazienti che ricorrono alla chirurgia ovviamente per motivi di salute, fisica ma anche psichica. Il disagio psicologico che hanno i grandi obesi è davvero molto profondo, incide tutte le pieghe della loro vita. Spesso è un disagio ancora più forte di quello fisico».

**L'Italia sulla bilancia. Tutte le cifre (Fonte: Progetto Cuore dell'Istituto Superiore di Sanità)**

In media, in Italia il 18% degli uomini e il 22% delle donne è obeso . La circonferenza della vita è in media pari a 95 cm per gli uomini e 85 cm per le donne; la circonferenza fianchi è di 101 cm per gli uomini e per le donne. Secondo le Linee guida europee la circonferenza vita non dovrebbe superare i 102 cm negli uomini e gli 88 cm nelle donne.

Nord Est: il 19% degli uomini e il 18% delle donne è obeso, il 52% degli uomini e il 35% delle donne è in sovrappeso.

Nord Ovest: il 15% degli uomini e il 16% delle donne è obeso, il 45% degli uomini e il 29% delle donne è in sovrappeso.

Centro: il 16% degli uomini e il 19% delle donne è obeso, il 50% degli uomini e il 37% delle donne è in sovrappeso.

Sud e Isole: il 19% degli uomini e il 31% delle donne è obeso, il 52% degli uomini e il 36% delle donne è in sovrappeso.