# il caso

Buone abitudini irca 500 biellesi hanno partecipato, ieri, alla giornata nazionale de-Sono 300 i bambini ai dicata all'obesità che interesquali sono sa il 10,4% degli italiani: più di 300 bambini erano impegnastati dati consiali ti in giochi e attività all'aria aperta nei giardini della citsull'alimenta-zione e sultà, una sessantina di adulti ha aderito ai gruppi di cam-mino allo stadio, un centinaio l'importanza di studenti del liceo Avoga-dro e dell'istituto Quintino Sella ha dato consigli ai bammovimento In basso i medici Michelangelo Valenti bini sulle buone abitudini ali-mentari per rimanere in fore Luca Sala ma e in salute e altri dell'istituto alberghiero hanno divulgato ricette della dieta medi-

> «È il XIV anno che come Asl aderiamo all'Obesity day promosso dall'Associazione di dietetica e nutrizione clinica italiana (Adi) e abbiamo coinvolto le scuole, il Comu-ne e la Lilt tra momenti di informazione scientifica e di attività motoria - ha detto Michelangelo Valenti, diret-tore di Dietologia, alla pre-sentazione dei dati e delle iniziative -. Il tema della giorna ta era la prevenzione del dia-bete che dilaga in tutto il mondo e l'aumento della sua diffusione è dovuto all'invec chiamento della popolazione, agli errati stili di vita, alla se-dentarietà e alla cattiva alimentazione».

# Giochi e attività all'aria aperta

# La dieta mediterranea alleata dell'Obesity day

Alla campagna di prevenzione hanno aderito 500 biellesi



In Italia il 5,4% della popolazione ha il diabete, percentuale che nel Biellese sale al 6% con 10800 pazienti (su un bacino di 180 mila persone) seguiti dal servizio di Diabetologia dell'Asl diretto da Franco Trava-glino. «Quella biellese è una popolazione anziana e l'invec chiamento mette in evidenza la predisposizione genetica al diabete di tipo 2 caratteristico dell'età medio-avanzata - ha detto Travaglino che consiglia



una prima analisi del valore della glicemia a 40 anni (prima in caso di familiarità) -. Più del 50% dei nostri pazienti ha più di 75 anni e il 66% più di 65. Ci sono poi pazienti con il diabete di tipo 1 e in questo caso l'età spazia dai 20 anni ai 75. Le persone che vengono in ambulato-rio sono per metà cardiopatici ischemici, molti sono obesi e il 72% è in sovrappeso». Dati che rivelano la relazio-

ne che esiste tra il sovrappeso e il diabete. Quest'ultimo au-menta il rischio di morte dal 35 al 44%, è la prima causa di cecità in età lavorativa e di amputazione non traumatica. An-che l'obesità può causare la morte, ma anche malattie cardiache, respiratorie, cardiovascolari. La dieta mediterranea e l'at-

tività fisica servono a ridurre il rischio di patologie. «Un diabetico che pratica attività fisi-ca costa dai 1.300 ai 1.500 euro in meno in ricoveri e cure - ha ricordato Giuseppe Graziola, direttore della Medicina dello sport -. Il movimento aumenta la sensibilità all'insulina e migliora i parametri».

@ DVNC

## Iniziativa Iapb e Unione ciechi

# Nell'unità mobile in centro controlli gratuiti alla vista

Domani, giovedì, si celebrerà la Giornata mondiale della vista: anche a Biella, come in un centinaio di città italiane ci saranno check-up gratuiti e punti di informazione promossi da Iapb Italia e dal-l'Unione italiana ciechi e ipo-vedenti (Uici). Lo scopo di questa giornata, il cui slogan quest'anno è: «Fa' che la vista conti», è ricordare alle istituzioni e alla popolazione che la vista è un bene prezioso da tutelare. Dalle 9 alle 17 all'esterno della sede biellese dell'Uici, in via La Marmora (angolo via Bona), sarà pre-

sente l'unità mobile oftalmica per offrire visite di prevenzio-ne accessibili a tutti. Mentre in via Italia dalle 9 alle 13 sarà distribuito materiale informati-vo. «La vista è il senso più importante perché permette di raccogliere oltre l'80% delle informazioni che ci giungono dall'ambiente - dice Adriano Gilberti presidente di Uici Piemonte ed ex presidente della sede biellese oggi guidata da Elisabetta Brunazzo -. Gli ultimi dati dell'Oms sono allarmanti: nel mondo ci sono 227 milioni di persone con una ipovisione grave e 25 milioni di



Adriano Gilberti presidente Uici

ciechi. Ben 3 miliardi di persone soffrono di patologie oculari e necessitano cure di qualità. In Italia si stimano circa 362 mila ciechi e un milione e mezzo di ipovedenti»

# Previsto anche un concerto benefico Il dentista entra in classe con il progetto Asl e Rotary

Il dentista a scuola: «La salute orale in età evolutiva», il progetto che l'Asl ha attivato con i medici odontoiatri convenzionati, prosegue nell'anno scolastico 2017-2018 anche grazie al suppor-to economico del Rotary Club di Biella.

Ciuto di Biella.

Il ricavato del concerto
organizzato dal club con
l'Accademia Perosi per l'11
novembre, infatti, servirà a
sostenere i costi del progetto dedicato alla prevenzione della salute orale e alla pre-venzione delle patologie tra i bambini e i ragazzi.

In particolare, sarà distribuito agli alunni di III elemen-tare un volantino sulle buone pratiche per l'igiene della boc ca; si organizzeranno incontri con insegnanti e famiglie, interventi mirati per i figli di ge-nitori in difficoltà economica per i quali spesso la salute orale viene trascurata e visite preventive in alcune scuole. Saranno coinvolti anche gli studenti della sede biellese del corso di laurea in Infermieristica dell'Università di Nova ra. Alcuni consigli sul sito Web: i-denti-kit-prevenzionebiella.education

# In breve

### Sos passaggi pedonali «Meglio quelli colorati»

A Ponzone e a Croce-mosso usura e maltempo hanno cancellato gli attra-versamenti. La questione è stata portata in consiglio comunale a Trivero dal consi-gliere Fulvio Chilò. Ma non è l'unico caso in valle, anche a Valle Mosso nei pressi della rotonda di Falcero c'è chi lamenta attraversamenti pe-donali ormai spariti. «Uscendo da Ponzone verso Crocemosso - fa notare Chilò -, la segnaletica è completamente assente. Ci sono almeno quattro attraversamenti pe-donali che non si vedono più, per non parlare delle fermate dell'autobus che sono com-pletamente abbandonate a se stesse». Per questo il con-sigliere ha presentato una interpellanza. La strada è di competenza della Provincia di Biella. «Si potrebbero utilizzare anche le strisce colorate come a Borgosesia - fa presente -. In questo modo sono più visibili e istintiva-mente portano l'automobilista a prestare maggiore at-

## Ladri in casa nella pausa pranzo

Ladri in azione a Dorzano durante la pausa pranzo. È proprio tra le 12 e le 14 che i malviventi, in assenza dei proprietari, hanno cercato di introdursi in una casa tagliando la recinzione e poi forzando la portafinestra. Forse qualcosa o qualcuno però li ĥa distratti e non hanno potuto portare a termine il colpo. La chiave delle cantine è invece l'unico oggetto rubato in un alloggio di via Perotti a Biella, I ladri hanno messo a soqquadro le stanze e poi per fuggire, forse perproprietari, hanno scavalca-to il balcone passando il ché hanno sentito rientrare i quello dell'alloggio vicino. In-dagano i carabinieri. [A. FO.]

Mottalciata

### Ubriaca alla guida Addio patente

Positiva all'alcoltest con un valore di oltre 2 milli-grammi di alcol per litro Fiorella B., 46 anni, di Strona, è stata denunciata per guida in stato d'ebbrezza e le è stata sequestrata la patente. A fer-mala per un controllo sono stati i carabinieri a Mottal-



ASSOCIATION RÉGIONALE MIS des Batailles de Reines amisdesreines,it

> AOSTA - Arena Croix Noire 1° CONFRONTO INTERREGIONALE Valle d'Aosta-Canavese Valli di Lanzo

domenica 22 ottobre 60° FINALE REGIONALE

6º FIERA-MERCATO



SEGUICI SUI SOCIAL @amisdesreines CHALLENGE INSTAGRAM SCATTA LE TUE "BATAILLES DE REINES 2017 usa gli hashtag dereines - #igersvalledaosta









per notizie e risultati

sui Combats Invia un sms al numero 366 16 75 156



Media partner

T.A STAMPA GMATIN Invda

APPUNTAMENTI SETTEMBRE sabato 23 COGNE domenica 24 CHAMONIX COMBAT DE L'ESPACE MONT-BLANC





biglietti € 2,00

Loterie des Reines

montepremi 38,000 euro









