

Obesità, il 10 ottobre al Gaetano Pini-CTO checkup gratuito e consigli

Se il girovita è maggiore di 88 cm nelle donne e di 102 cm negli uomini dovrebbe scattare un campanello d'allarme: il fisico non gode di buona salute e il primo passo da fare per invertire la rotta è ripensare alla propria alimentazione. I cittadini milanesi interessati al problema, martedì 10 ottobre, dalle 9:30 alle 13:00, potranno recarsi presso entrambi i presidi del Gaetano Pini - CTO (piazza Cardinal Ferrari - nella foto - e via Bignami), sottoporsi a una rilevazione di peso, altezza, circonferenza vita e indice di massa corporea, ricevere consigli su come impostare una dieta più corretta ed equilibrata e, nei casi che lo richiedono, essere indirizzati verso percorsi di cura più personalizzati. Infatti, in occasione dell' Obesity Day 2017, promosso anche quest' anno dall' Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI), le Dietiste del Centro Specialistico Ortopedico Traumatologico Gaetano Pini - CTO, insieme ai volontari dell' Associazione Brain & Malnutrition, saranno a disposizione di cittadini e pazienti per rispondere alle loro domande e distribuire materiale informativo in tema di obesità e sovrappeso. "A Milano e in Lombardia le percentuali di prevalenza di obesità e sovrappeso sono leggermente inferiori alla media nazionale rispettivamente del 10% e del 30%, ma si tratta comunque di problematiche dall' impatto elevatissimo", sottolinea Michela Barichella, Responsabile UOS Dietetica e Nutrizione Clinica dell' ASST Pini - CTO: "Oltre alle evidenti conseguenze a carico del sistema cardiovascolare, obesità e sovrappeso hanno, tra le altre, anche importanti complicanze di tipo osteoarticolare: sottoporre a intervento chirurgico persone che non hanno un peso adeguato è più rischioso, l' esito dell' operazione può essere più facilmente compromesso. Una dieta adeguata, attività fisica e controlli periodici sono quindi fondamentali per il mantenimento del giusto peso e del benessere psicofisico. È ormai assodato come seguire la dieta mediterranea sia un fattore protettivo anche rispetto all' insorgenza di malattie neurodegenerative come Parkinson e Alzheimer". L' Obesity Day vedrà anche il coinvolgimento dei dipendenti del Gaetano Pini - CTO che saranno sensibilizzati sull' importanza di un corretto regime alimentare. Presso la mensa aziendale, potranno pranzare secondo un esempio di menù equilibrato e troveranno una tavola allestita con frutta, verdura e alimenti integrali, presentati nelle giuste quantità e proporzioni con cui dovrebbero essere consumati. Attendere un istante: stiamo caricando la mappa del posto... Caricamento in corso... Auto A piedi Mezzi Pubblici Bici.



The screenshot shows a webpage from Milan Today. At the top, there are navigation links for 'Sezioni', 'Eventi', and 'Segnala Evento'. Below this is a banner for 'CASA' with a logo of a person with arms raised. The main heading of the event is 'Obesità, il 10 ottobre al Gaetano Pini-CTO checkup gratuito e consigli'. The event details include the location 'Gaetano Pini - Cto' at 'Piazza Cardinal Ferrari', the date 'dal 10/10/2017 al 10/10/2017', and the time '9:30 - 13'. The price is listed as 'GRATIS'. There is a small image of the building. At the bottom, there is a text block that repeats the event details and a blue box with the text 'Questa pubblicità è dedicata ai clienti Enel Energia Luce'.