

SALUTE Più del 40 per cento della popolazione mondiale è in sovrappeso. Nella nostra città esiste un Centro di studio dei disturbi alimentari

Due giorni per combattere l'obesità A Villa Tirrena terapie e informazioni

di Elena Cappelletti

Il benessere della società moderna ha portato, insieme alle più disparate comodità, anche malattie sociali nuove: una delle più preoccupanti in termini di sviluppo è sicuramente l'obesità.

E' stata infatti dichiarata tale dall'Organizzazione Mondiale della Sanità già dal 1997, che, dopo aver eseguito alcune indagini epidemiologiche, ha lanciato l'allarme con dati incredibili: più del 40% della popolazione dei paesi industrializzati è obesa.

Si può considerare obeso chi ha un eccesso di peso superiore al 20% rispetto al suo peso ideale, ma il fatto più preoccupante è che questo stesso 20% spesso sottovalutato, può causare disordini di trigliceridi e di colesterolo, patologie cardio-circolatorie, e malattie come il diabete mellito. E' stata inoltre dimostrata l'importanza della distribuzione del tessuto adiposo: l'eccesso di grasso addominale (rilevabile da un aumento della circonferenza vita) favorisce infatti le malattie cardiovascolari.

Milioni di persone quindi sono chiamati in causa; è una cifra inquietante, una vera e propria "epidemia sociale". Diventa allora fondamentale un'educazione alla prevenzione e alla cura, dal momento in cui entrano in gioco elementi importanti quali rischi per malattie cardiovascolari, diabete, ipertensione, alcuni tipi di tumore e altre patologie più o meno gravi.

Senza cascare in un inutile allarmismo, è bene prendere atto del rilevante numero di persone affette da sovrappeso e obesità e sottolineare che una prevenzione iniziata fin dall'età infantile, costituita da una buona informazione di base, evita problematiche nutrizionali nell'adulto che sono molto rischiose per la salute. Ecco perché il Ministero della Salute ha predisposto già dal 2003 un piano di cura e prevenzione.

L'obesità nasce non solo da problematiche nutrizionali e dalla scarsa informazione sull'alimentazione, ma può sorgere anche in seguito a dinamiche psicologiche non risolte che conducono spesso a Disturbi del Comportamento Alimentare.

Questi Disturbi del Comportamento, sono chiamati Dca e si riferiscono direttamente a condizioni come la bulimia nervosa, l'anoressia nervosa e il disturbo da alimentazione incontrollata di cui ormai sono affetti quasi il 10% delle ragazze (e ragazzi) dai 15 ai 25 anni; sono disturbi che si "nutrono" di isolamento sociale, portano le persone che ne soffrono a sentirsi inadeguati e giudicati per cui non riescono a esprimere il proprio disagio e la propria sofferenza.

La diagnosi dei Dca, il loro trattamento terapeutico e la prevenzione, richiedono un coinvolgimento di specialisti dell'area endocrino-metabolica, internistica e psicologica, secondo un modello di intervento interdisciplinare integrato, nel quale tutti i fattori coinvolti (organico, psicologico, nutrizionale, sociale) sono valutati e trattati in un percorso unico.

Niente però è efficace se non si prevede un cambiamento profondo nello stile di vita e nel comportamento alimentare del paziente. In una società come la nostra in cui si viene bombardati da messaggi mediatici di perfezione fisica e in cui viene attribuito un valore eccessivo all'estetica, è importantissimo sensibilizzare l'opinione pub-



■ L'obesità nasce da problematiche nutrizionali



■ Jhon Travolta nei panni di una donna obesa nel film "Hairspray"

Oggi e domani
l'Obesity day.
Informazioni
e consulti gratuiti
per tutto il mese
di ottobre



■ Spesso il sovrappeso può provocare ulteriori disturbi clinici



■ Non tutti gli obesi riescono ad accettarsi

blica che una sana alimentazione non è sinonimo di dieta restrittiva, che l'isolamento sociale in cui si casca, è una conseguenza diretta del Disturbo Alimentare stesso e che esiste un indirizzo terapeutico corretto per ogni persona affetta da questa patologia che ancora oggi purtroppo, è sentita solo come problema estetico. Sapere quindi che non si è soli, che si può

guarire senza essere giudicati, che esistono centri appositi che curano l'obesità, che si può disporre di questi stessi centri per avere un concreto riferimento medico nella cura di queste malattie è fondamentale per una risoluzione radicale del problema. Per uscirne, quindi, è necessario

essere informati. La giornata di oggi è dedicata alla campagna di sensibilizzazione sull'obesità e il sovrappeso. Tale campagna è organizzata dall'Adi (Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica) che coinvolge 160 Centri in tutta Italia. A Livorno è presente il Centro di Studio e Terapia dell'Obesità e dei Disturbi Alimentari, presso la Casa di Cura "Villa Tirrena", costituita da medici e psicologi specializzati nel trattamento dei Disturbi Alimentari. Questi stessi medici hanno creato il "Progetto Libra" (www.disturbi-alimentari.it), che consente di ricevere prestazioni convenzionate in relazione a problemi metabolici

**PRESTAZIONI
CONVENZIONATE
CON IL PROGETTO
LIBRA**

correlati all'obesità e che oggi, in occasione dell'Obesity day, permetterà a molti di usufruire di visite gratuite e ricevere informazioni utili per intraprendere un'adeguata terapia di guarigione. Appuntamento quindi oggi e domani a "Villa Tirrena" dove si potrà usufruire gratuitamente di un esame del peso e dei valori di pressione arteriosa oltre a una valutazione di

eventuali problemi emotivi che possono influire sul comportamento alimentare. Il Centro inoltre, continuerà a offrire consulenze gratuite per tutto il mese di ottobre. Per poter usufruire a partire da oggi di queste consulenze è necessario prenotare al numero: 329/6234689.

Le statistiche regionali

• Il 15% degli uomini in Toscana soffrono di obesità

• Sono il 19% invece le donne che hanno lo stesso problema

• Il 23% dei bambini toscani è sovrappeso e il restante 9% obeso

• Fino a 8 o 9 anni non ci sono differenze di distribuzione tra i due sessi statisticamente significative.