

Meno tv e più sport per combattere l'obesità

Pubblicato: Martedì 17 Giugno 2008

È stata notevole l'affluenza degli operatori del settore al Convegno sull'Obesità infantile organizzato dall'ASL di Varese e patrocinato dalle Società Scientifiche SIO (Società Italiana dell'Obesità) ADI (Associazione Dietetica e Nutrizione Clinica) e FIMP (Federazione Italiana Medici Pediatri).

Presente il Direttore Generale dell'ASL Pierluigi Zeli ed il Direttore Sanitario Marmondi che hanno dato il via ai lavori. Sono intervenuti Fabrizio Muratori (segretario nazionale della SIO), Michela Barichella (presidentessa ADI per la Lombardia-Svizzera) e Montalbetti (segretario provinciale della FINP).

Grande interesse ha suscitato la lettura magistrale del **Prof. Nisoli dell'Università di Milano** che ha affrontato il tema delle **cause dell'obesità**. Gli studi più recenti individuano le cause in un'alterazione della produzione di mitocondri (organelli presenti all'interno delle nostre cellule), con conseguente deficit di energia necessaria per dissipare l'eccesso di grasso.

Come aumentare la produzione di mitocondri? Sicuramente con una maggiore attività fisica, ma sono in fase di studio anche alcuni farmaci. La prevenzione rimane l'arma migliore contro questa importante malattia. **Muratori dell'Ospedale Niguarda di Milano**, ha illustrato le possibilità terapeutiche oltre la dieta dell'obesità infantile. Uno studio internazionale documenta come un'ora di televisione di più al giorno incrementi il peso del 2% nell'arco di un anno solare e al contrario come la diminuzione delle ore passate davanti ai video giochi o alla TV (sempre 1 ora al dì) possa ridurre del 2% il peso in sei mesi. È stato anche osservato che la **riduzione del peso corporeo si ottiene maggiormente riducendo le ore davanti alla TV** piuttosto che **programmando qualche ora di sport alla settimana**.

Di interventi educativi in ambito scolastico hanno parlato **Franca Sambo e Francesca Franz** che hanno illustrato il progetto "stili di vita nelle scuole" nato da un'intesa tra ASL di Varese ed Ufficio Scolastico Provinciale. Per contrastare la diffusione dell'obesità infantile in Provincia di Varese si è costituita una "alleanza" tra ASL e Pediatri di famiglia che ha dato importanti risultati, secondo quanto riferito da **Maria Antonietta Bianchi del Servizio Igiene e Nutrizione dell'ASL**.

Alessandro Salvatoni dell'Università dell'Insubria ha trattato la diagnosi di tutte le obesità infantili soffermandosi in particolare sulla più famosa sindrome genetica che determina grave obesità infantile: la sindrome di Prader-Willi che oggi è possibile contrastare con una diagnosi precoce.

Alla chiusura dei lavori il Direttore Generale dell'ASL Pierluigi Zeli ha auspicato in un

prossimo futuro un nuovo approfondimento scientifico anche sull'obesità in età adulta. Il responsabile del Dipartimento Cure Primarie dell'ASL, si è cercato di mettere a fuoco gli aspetti metodologici pratici per il trattamento dell'obesità.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it