

Alimentazione errata e vita sedentaria causano l'obesità

Pubblicato: Mercoledì 9 Ottobre 2019



La 19esima edizione dell'**Obesity Day 2019**, che ricorre giovedì 10 ottobre, propone un focus su **“Peso e Benessere”**.

È una **campagna nazionale di sensibilizzazione su prevenzione trattamento di sovrappeso ed obesità**, alla quale aderiscono vari Centri presenti su tutto il territorio nazionale, promossa dall'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (ADI).

ATS insubria aderisce anche quest'anno alla giornata nazionale **“OBESITY DAY” 2019** con gli **operatori dell'Unità Operativa “Qualità della nutrizione e stili alimentari”**, da diversi anni riconosciuta dall'ADI come Centro Obesity Day e diretta dalla **dott.ssa Maria Antonietta Bianchi**.

L'obesità è una condizione causata nella maggior parte dei casi da **stili di vita scorretti**: da una parte, un'alimentazione ipercalorica con scarso consumo di frutta e verdura e dall'altra un ridotto dispendio energetico per inattività fisica. Rappresenta uno dei principali problemi di salute pubblica a livello mondiale sia perché la sua prevalenza è in costante e preoccupante aumento non solo nei Paesi occidentali ma anche in quelli a basso-medio reddito, sia perché è un importante fattore di rischio per varie malattie croniche, quali diabete mellito di tipo 2, malattie cardiovascolari e tumori.

L'obesità rientra tra le condizioni che **è possibile prevenire e deve essere affrontata in maniera multidisciplinare e integrata**.

In Italia è **in sovrappeso oltre 1 persona su 3** (36%, con preponderanza maschile: 45,5% rispetto al 26,8% nelle donne), è **obesa 1 persona su 10** (10%), **diabetica più di 1 su 20** (5,5%) e oltre il 66,4%

delle persone con diabete di tipo 2 è anche in sovrappeso o obeso.

In totale, **sovrappeso e obesità rappresentano il quinto più importante fattore di rischio per mortalità globale** e i morti causati dall'obesità sono almeno 2,8 milioni/anno nel mondo.

Sembrerebbe che i costi diretti legati all'obesità in Italia siano pari a 22,8 miliardi di Euro ogni anno e che il 64% di tale cifra venga speso per l'ospedalizzazione.

Le iniziative previste:

10 ottobre 2019 – adesione alla Giornata Nazionale “OBESITY DAY”: **front office telefonico per i cittadini al numero 0332 277 576** dalle ore 9 alle ore 11. Personale qualificato risponderà in merito alle tematiche della giornata di sensibilizzazione.

13 ottobre 2019 – proseguimento della Giornata Nazionale “OBESITY DAY” presso **Agrivarese** con laboratori per i bambini.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it