



STATO ATTUALE



Bari,
7-10 novembre 2013

La Prevalenza di obesità e sovrappeso
tra i bambini italiani nella fascia tra 6-9 aa
è del 46 %





ALIMENTAZIONE



Bari,
7-10 novembre 2013

Allattamento materno +



Distributori automatici nelle scuole + -

Pasti buoni da mangiare ,
e belli da vedere +





MISURE LEGISLATIVE



Bari,
7-10 novembre 2013

Rafforzare l'informazione in età scolare
coinvolgendo docenti e genitori

Etichettatura chiara e non ingannevole e che
magari indichi i rischi da eccessivo consumo

Quindi marketing sorvegliato dal legislatore
e non lasciato all'industria



AMBIENTI URBANI



Bari,
7-10 novembre 2013



Qualcuno, già da tempo,
si chiedeva perché ...

... continuano
a costruire le case



e non lasciano l'erba ...





MALATTIA MULTIFATTORIALE



Bari,
7-10 novembre 2013

Adeguate legislazione



Istruzione scolastica
e della famiglia



CONVINCIMENTO DEL BB
NEL CORREGGERE CATTIVE ABITUDINI ALIMENTARI
ED A SVOLGERE ATTIVITA' SPORTIVA E
DI SOCIALIZZAZIONE



Centri ricreativi e
di socializzazione



Aree per giochi e
attività sportive

PREVENZIONE ALIMENTARE



Bari,
7-10 novembre 2013

ATTENZIONE a :



Cibi ricchi in ac. grassi Trans (↑ peso aggiuntivo)

Bevande zuccherate (Insulina - GLP1 e minor ↓ Ghrel)

Consumo di carne

Over responders alla Palatabilità



INCREMENTARE :



- Alimenti grezzi ed a basso indice glicemico
(↓ insulinemia)



- Fibre (↑ sazietà ↓ indice glicemico alimenti e ↓ col)



- Slow Food



Bari,
7-10 novembre 2013

STILE DI VITA



Alcool (effetto su assunz cibo a breve termine
e  circonferenza add)

Privazione di sonno ...



TV (percezione inconsapevole del cibo assunto)

Timing dell'alimentazione
( rischio obesità)



Attività fisica



CONSIDERAZIONI



Bari,
7-10 novembre 2013

Combattere l' **OBESITA'** , non la persona obesa

Non considerare l' obeso solo sulla base del **BMI**



34,5

ma nella sua globalità

CONSIDERAZIONI



Bari,
7-10 novembre 2013

Adottare un *Approccio clinico* sulla complessità del paziente



Misure educative e *cambiamenti di stile di vita* a volte possono avere più efficacia di interventi farmacologici, specie se non individualizzati





CONCLUDENDO



Bari,
7-10 novembre 2013

Il cammino è lungo e faticoso ...



... ma il movimento fa bene !