

Ma nel mondo ci sono anche 600mila obesi

Il Festival ospiterà a Trieste un dibattito sulla buona alimentazione e i rischi dell'eccesso di calorie

Ma siamo davvero ciò che mangiamo? Ovvero, prestando attenzione al cibo possiamo sul serio prevenire le malattie? Siamo coscienti dell'impatto che gli alimenti hanno sul nostro fegato?

Per rispondere a questa e altre domande sabato 26 settembre alle 10.30 nella tensostruttura di Piazza Unità d'Italia a Trieste Next si parlerà dell'impatto dell'alimentazione e soprattutto della buona alimentazione. A introdurre l'incontro ci sarà Claudio Tiribelli, docente dell'Università di Trieste e direttore della Fondazione Italiana Fegato. Insieme a lui Luca Miele, gastroenterologo, del Policlinico Gemelli, Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma e Natalia Rosso, Senior Scientist, Fondazione Italiana Fegato Trieste.

L'obesità e le sue complicanze costituiscono oggi una vera minaccia per la sanità. Gli ultimi dati della World Health Organization (Organizzazione Mondiale della Sanità) riporta-

no che questa malattia colpisce già 42 milioni di bambini di età inferiore a 5 anni, compromettendo seriamente la loro vita adulta. Dal 1980 l'obesità nel mondo si è raddoppiata e nel 2014 al mondo c'erano 1 miliardo e 900 mila adulti in serio sovrappeso, di cui 600 mila obesi.

I dati dicono inoltre che la gran parte della popolazione mondiale vive in paesi dove il sovrappeso uccide di più della malnutrizione. A cosa è dovuto? Banalmente al fatto che l'individuo introita più calorie di quante ne spende attraverso cibi con alto contenuto di grassi e svolge scarsa attività fisica. Cose talmente banali da essere dei killer del tutto sottovalutati. I dati ci dicono infatti che tra le conseguenze dirette di questi due fattori ci sono malattie cardiovascolari (principale causa di morte al mondo nel 2012), diabete, disturbi muscolo-scheletrici come le osteoartriti e alcune forme di cancro.

E nella maggioranza dei casi

tali malattie sono largamente prevenibili con l'attenzione alla dieta. Nell'incontro, a cura di Università di Trieste e Fondazione Italiana Fegato - Onlus, si discuterà quindi sull'impatto che hanno le nostre abitudini alimentari sul nostro fegato e sulla nostra salute per poter rispondere infine alla domanda "siamo ciò che mangiamo?". Prima in Italia, la Fondazione Italiana Fegato venne costituita nel 2008 e tale costituzione ha rappresentato l'atto finale di una serie di accordi con la Regione Friuli Venezia Giulia ed altri enti privati ed istituzionali per la costituzione di un soggetto capace di coordinare ricerca di base e attività clinica nell'ambito della regione. La fondazione ha infatti tre scopi essenziali. Il primo è di natura clinica e mira a dare servizi d'eccellenza nella gestione delle patologie del fegato. Il secondo scopo riguarda direttamente la ricerca, che viene fatta sia a livello clinico che di base. Il terzo scopo

dell'iniziativa è educazionale e formativo e intende fare della fondazione un polo di riferimento per quanti intendono approfondire, provenendo dall'Italia e da altri Paesi, le loro conoscenze in questo particolare campo della medicina. The Future Of Life - il futuro della vita, a riprendere il titolo 2015 di Trieste Next, è importante che sia anche nel piatto e questo approfondimento spiegherà come. A moderare l'incontro ci sarà la giornalista scientifica Cristina Serra.

Federica Marchesich



Dal 1980 ad oggi l'obesità nel mondo è raddoppiata



Peso: 27%