



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
SEDE LEGALE PROVVISORIA  
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
Tel. 011.40171

P.E.C: [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**S.C. COMUNICAZIONE e RELAZIONI ESTERNE**

## **COMUNICATO STAMPA**

### **“Prosegue il programma Attenti alla salute ASL TO3 - primavera 2013” “SOVRAPPESO e MALATTIE METABOLICHE”**

#### **SE NE PARLA MARTEDI' 28 MAGGIO 2013 A BRICHERASIO NELLA SEDE DELLA SOCIETÀ DEL MUTUO SOCCORSO IN VIA BRIGNONE N.11**

Nei paesi sviluppati il 50-60% del “carico di malattia” (espresso come anni di vita in buona salute PERSI) è legato a fattori di rischio quali il Tabagismo, l'ipertensione, il consumo di alcool, l'eccesso di colesterolo, il sovrappeso, lo scarso consumo di frutta e verdura e l'inattività fisica.

L'86% dei decessi, il 77% della perdita di anni di vita in buona salute e il 75% delle spese sanitarie in Europa e in Italia è legato a questi fattori

L'alimentazione influisce notevolmente sullo stato di salute delle persone ed in particolare per le malattie vascolari cardiache e cerebrali, per i tumori, per il diabete e l'obesità.

In particolare i problemi legati al sovrappeso e alle relative conseguenze riguardano sempre più anche i bambini per cui si stima che in Italia a 8-9 ANNI ben 3 bambini su 10 (33%) pesano troppo e di questi 1 (11%) è sicuramente obeso.

Oltre all'obesità, i bambini risentono delle conseguenze di stili di vita scorretti, della sedentarietà, dell'influenza dei mass media, di diffusi disturbi del comportamento alimentare che causa problemi nell'immediato: medici, fisici psicologici e soprattutto a lungo termine: nel 70- 80% il sovrappeso si trascina nell'età adulta con conseguenze gravi anche nella terza età.

Il sovrappeso causa una aspettativa di vita ridotta anche di 10 anni, ed una qualità di vita sicuramente peggiore.

Nella serata del programma attenti alla salute 2013 – Prima parte ( la seconda si terrà nelle aree Rivoli-Collegno) si parlerà di obesità e di sovrappeso nonché di malattie metaboliche. La serata si terrà alle ore 16,30 a Bricherasio nella sede della società del mutuo soccorso in via Brignone n.11

Sarà un'occasione per parlare altresì dei risultati dell'indagine *OKKIO alla salute* nell'ASL TO3 relativa alle cattive abitudini alimentari nella fascia scolastica che hanno evidenziato come:

1 bambino su 10 non fa colazione

1 su 3 consuma una colazione non adeguata



7 su 10 consumano nel corso della mattinata una merendina confezionata, prodotta dall'industria alimentare e troppo abbondante

1 su 4 non consuma frutta e verdura quotidianamente

1 su 2 beve abitualmente bevande zuccherate e gasate.

Argomenti sui quali il lavoro delle nutrizioniste dell'ASL TO3 appartenenti al servizio di Igiene Alimenti e nutrizione hanno lavorato molto ottenendo nelle scuole "trattate" risultati importanti come per esempio il cambio di abitudini nel consumo di merendine (dalla brioches alla frutta) nell'oltre 30% dei casi con un riconoscimento anche a livello nazionale.

Spesso i genitori stessi non hanno la percezione del problema, infatti 4 madri su 10 di bambini in sovrappeso NON ritengono che il proprio figlio abbia un peso eccessivo rispetto all'altezza e la maggior parte dei genitori tende a sottovalutare la quantità di cibo realmente assunta dai propri figli.

Inoltre la metà circa dei genitori di bambini sedentari ritiene che il proprio figlio pratichi sufficiente attività fisica.

Nella serata saranno forniti consigli sulla prevenzione del sovrappeso e sul trattamento delle forme lievi per cui le linee guida: **SCONSIGLIANO** il trattamento dietetico; **CONSIGLIANO** il frazionamento corretto dei pasti; **SUGGERISCONO** il consumo di frutta e verdura; **PROMUOVONO** l'attività fisica.

---

Prossimo appuntamento con il programma **Attenti alla salute: il 4 giugno 2013 – L'UOMO e il CANE: per una serena convivenza**, Salone polivalente Carena – Cumiana

Si ricorda inoltre il **LABORATORIO DEL GUSTO** per una sana alimentazione che si terrà il 23 MAGGIO a Frossasco, nonché la replica dell'incontro sull'alimentazione che si terrà al Museo del Mutuo Soccorso il 30 maggio a Pinerolo alle ore 17,00.

---

**INFO – S.C. Comunicazione e Relazioni esterne – Ufficio progetti Tel. 0121 235060**  
[mtcolla@asl10.piemonte.it](mailto:mtcolla@asl10.piemonte.it) [cargento@asl10.piemonte.it](mailto:cargento@asl10.piemonte.it)

21 maggio 2013