

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia

Il comportamento alimentare e la promozione dell'attività fisica nella prevenzione delle patologie croniche

dott.ssa Alessandra Fabbri
dott. Maurizio Rosi

af



Reggio Emilia 22 novembre 2011



Italia €214 (\$260)



Reggio Emilia 22 novembre 2011



Germania €375 (\$500)

Reggio Emilia 22 novembre 2011

af



Stati Uniti (\$341)

Reggio Emilia 22 novembre 2011





Messico 1.862 pesos (\$190)

Reggio Emilia 22 novembre 2011



Egitto 387 Egyptian Pounds (\$68)

Reggio Emilia 22 novembre 2011



Equador (\$31)

Reggio Emilia 22 novembre 2011

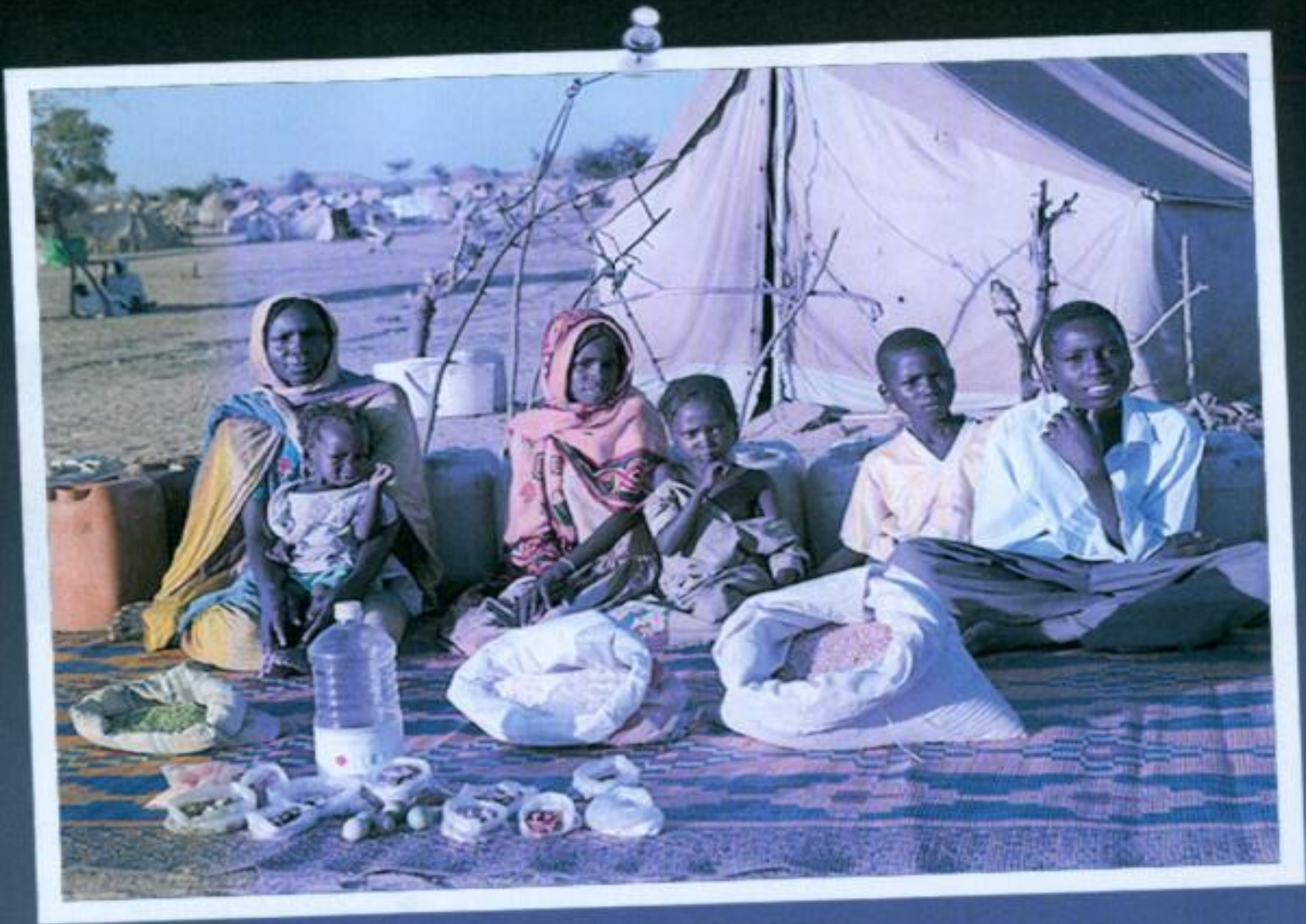




Buthan 225 ngultrum (\$5)



Reggio Emilia 22 novembre 2011



Chad 685 CFA(\$1,23)

Aumentata industrializzazione
Aumentata urbanizzazione
Aumentata meccanizzazione

Paesi a basso reddito

Obesità

Paesi a alto reddito

Donne di mezza età
alto livello socio-econ.

Bambini e giovani adulti
basso livello socio-econ.

Cambiamenti di dieta

+

Cambiamenti di stile di vita

Alimenti poveri di fibra
Alimenti ipercalorici
Alimenti ricchi di grassi

Aumentata sedentarietà

Obesità



- Aumentato rischio di diabete
- Aumentato rischio di malattie c.vascolari
- Aumentato rischio di ipertensione
- Aumentato rischio di tumore
(2007 WCRF/AICR Diet and Cancer Report)



endometrio
ovaio
colon
prostata
seno

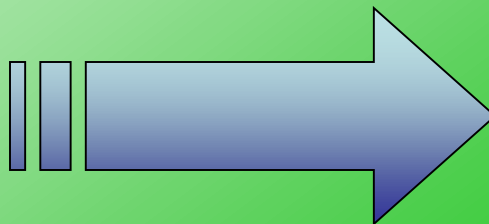
Tasso mortalità aumenta parallelamente a aumento del BMI

53% di tutti i decessi in individui con valore di BMI $>29\text{kg/m}^2$

(New Eng.Journ.1995,333:677-685)



Hunters at Lascaux in France 15,000 years ago - some 70,000 years before people disappeared from Britain. Illustration: Natural History Museum



Ritratto di sportivo italiano. XX secolo.



800.000 copie di quotidiani sportivi
600 ore RAI-TV di ipnosi sportiva
riducono così:
Sport e pratica attiva, movimento, crescita culturale,
gioia di stare insieme.
Afferma un tuo diritto

Unione Italiana Sport Popolare
Centri di formazione liscio-sportivo



Lifestyle Changes that Promote Sedentary Behavior



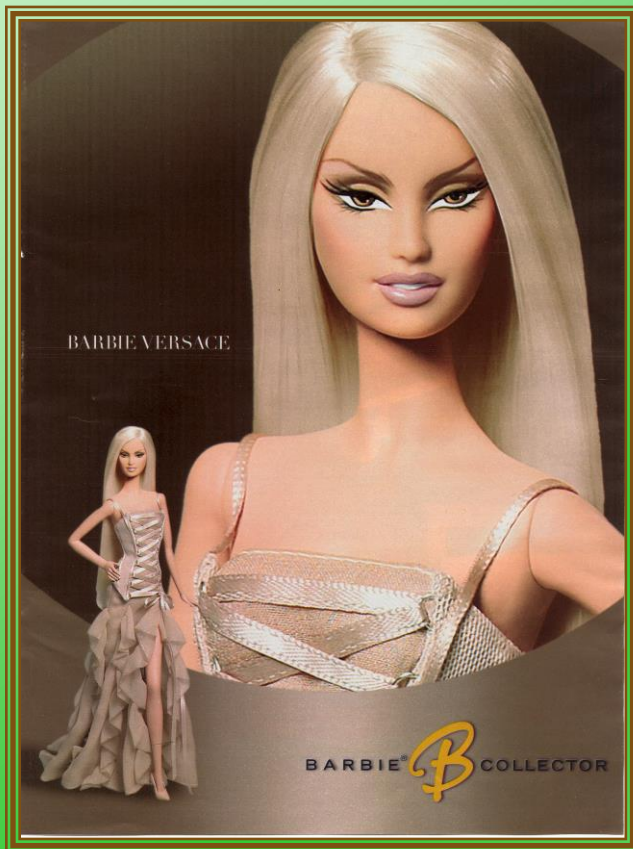
A little walk in the park keeps you fit. It's where fitness dogs go to get their daily exercise. The Canine Constitutional is the only dog that can keep up with you. It's the only dog that can keep up with you. It's the only dog that can keep up with you.

CDC

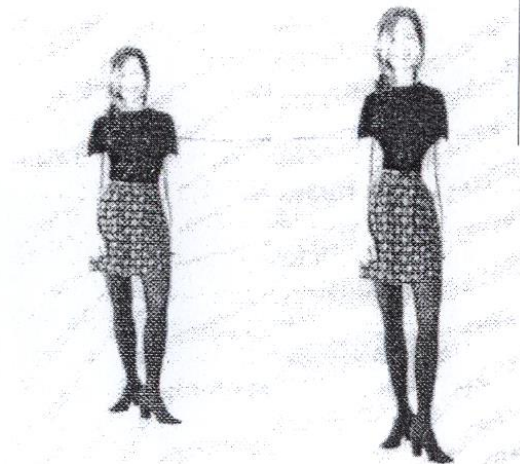




"UNA DONNA NON E' MAI TROPPO RICCA O TROPPO MAGRA"
attribuita a Wallis Simpson, moglie di Giorgio IV d'Inghilterra



LA BAMBOLA BARBIE



Ovvero:
CIRCONFERENZA SENO + 30CM.

CIRCONFERENZA VITA - 25 CM.

ALTEZZA > 2 METRI

PER ADEGUARSI A BARBIE UNA DONNA NORMALE (A SIN)
DOVREBBE TRASFORMARSI COME A DESTRA





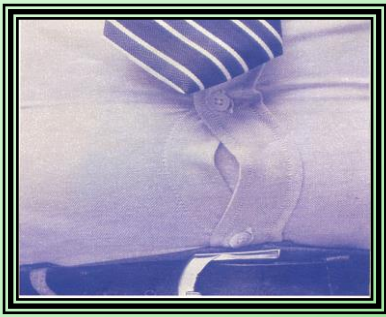
Fig. 4.6 - Si avvicina l'estate



L'era dell'extralarge

Sull'onda dei successi riscossi negli Stati Uniti, anche in Italia prende piede il business dell'obesità





BULIMIA

ANORESSIA

ORTORESSIA

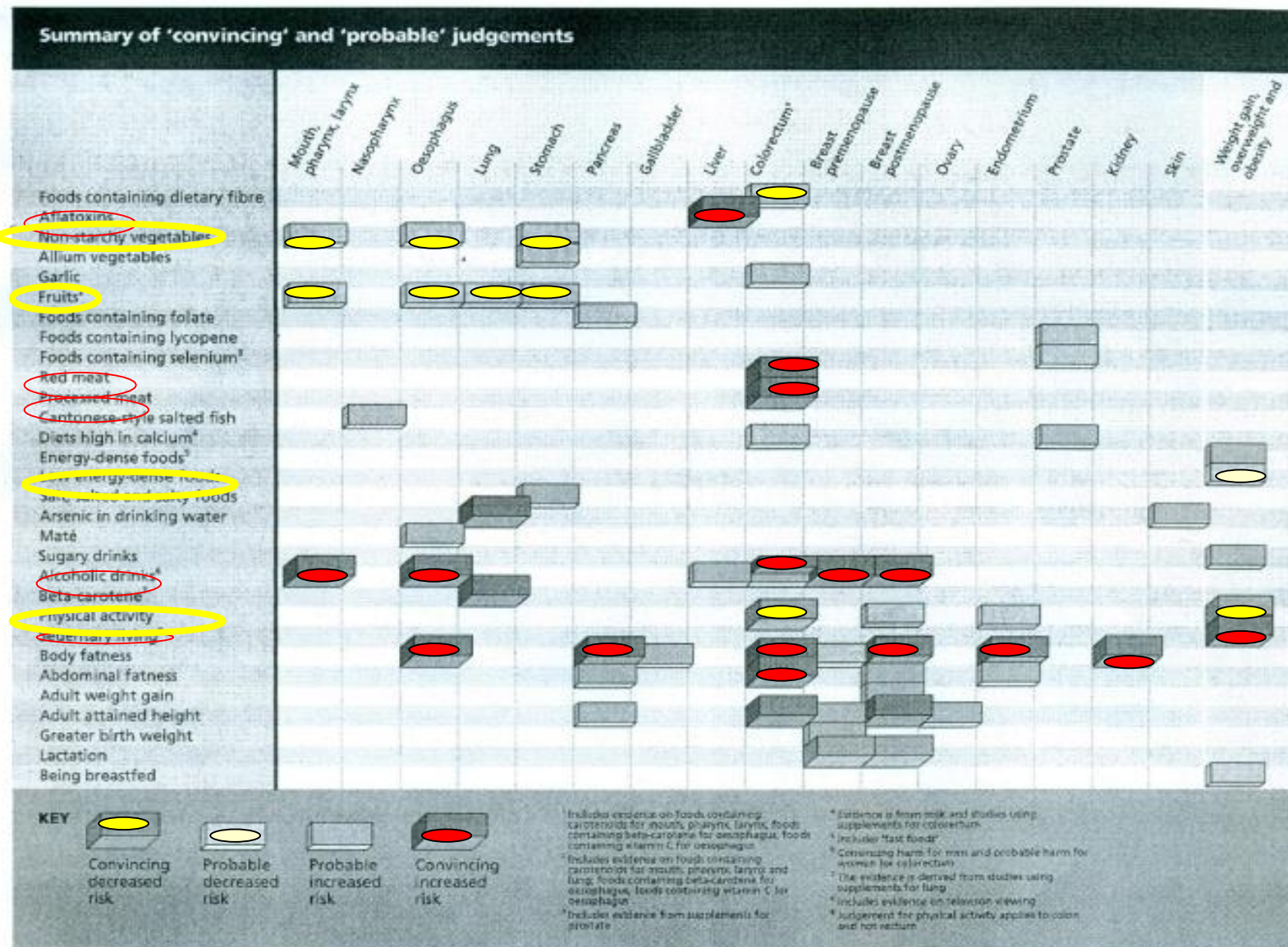


Tabella 7 Riassunto della forza delle evidenze scientifiche per i fattori che possono promuovere o proteggere nei confronti dell'incremento ponderale e dell'obesità^a

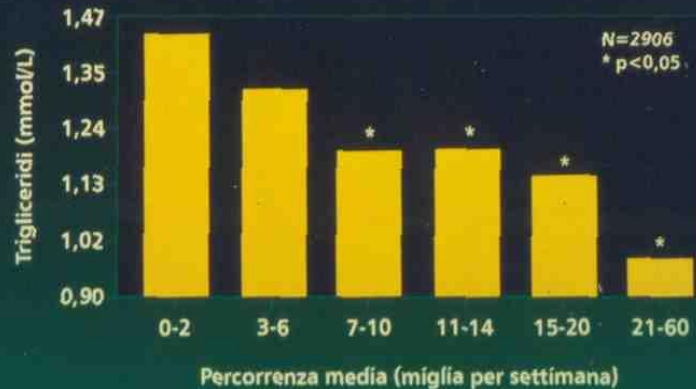
Evidenze	Rischio diminuito	Nessuna relazione	Rischio aumentato
Convincenti	Attività fisica regolare Elevata assunzione di fibre alimentari (NSP) con la dieta ^b		Stile di vita sedentario Elevata assunzione di alimenti ad alta densità energetica e poveri in micronutrienti ^c
Probabili	Ambiente domestico e scolastico che promuove la scelta di alimenti sani da parte dei bambini ^d Allattamento al seno		Elevata commercializzazione di alimenti ad alta densità energetica ^d e fast food ^d Elevata assunzione di bibite dolcificate con zucchero e di succhi di frutta Condizioni socioeconomiche sfavorevoli ^d (nei paesi sviluppati, specialmente per le donne)
Possibili	Alimenti con basso indice glicemico	Contenuto proteico della dieta	Porzioni abbondanti Elevata proporzione di cibi preparati fuori casa (nei paesi sviluppati) Modelli alimentari del tipo "restrizione rigida/disinibizione periodica"
Insufficienti	Aumentato numero di pasti		Alcool

WHO 2003 n°916
"Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases"

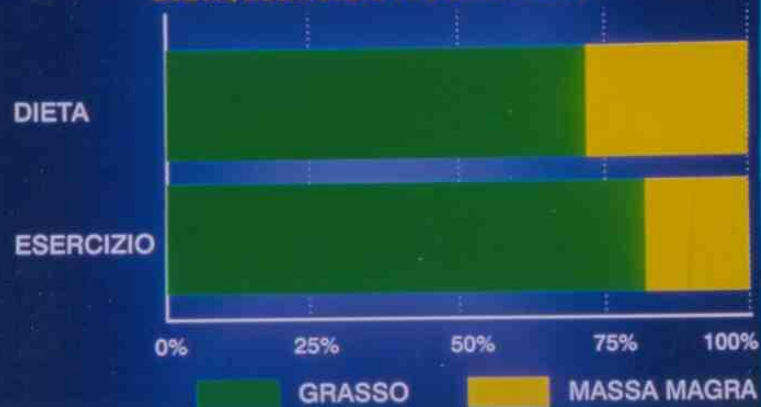
Figure 2.3 Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: overview of the Panel's key judgements



Attività fisica e trigliceridi plasmatici

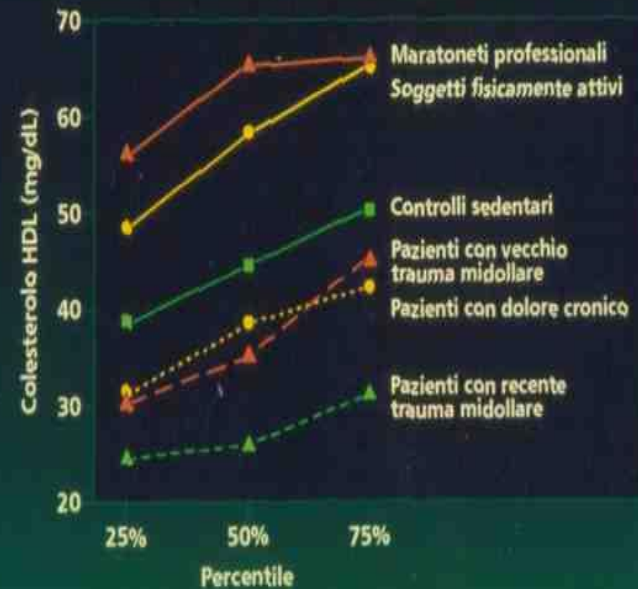


PERDITA % DI PESO CORPOREO DIETA/ESERCIZIO A CONFRONTO



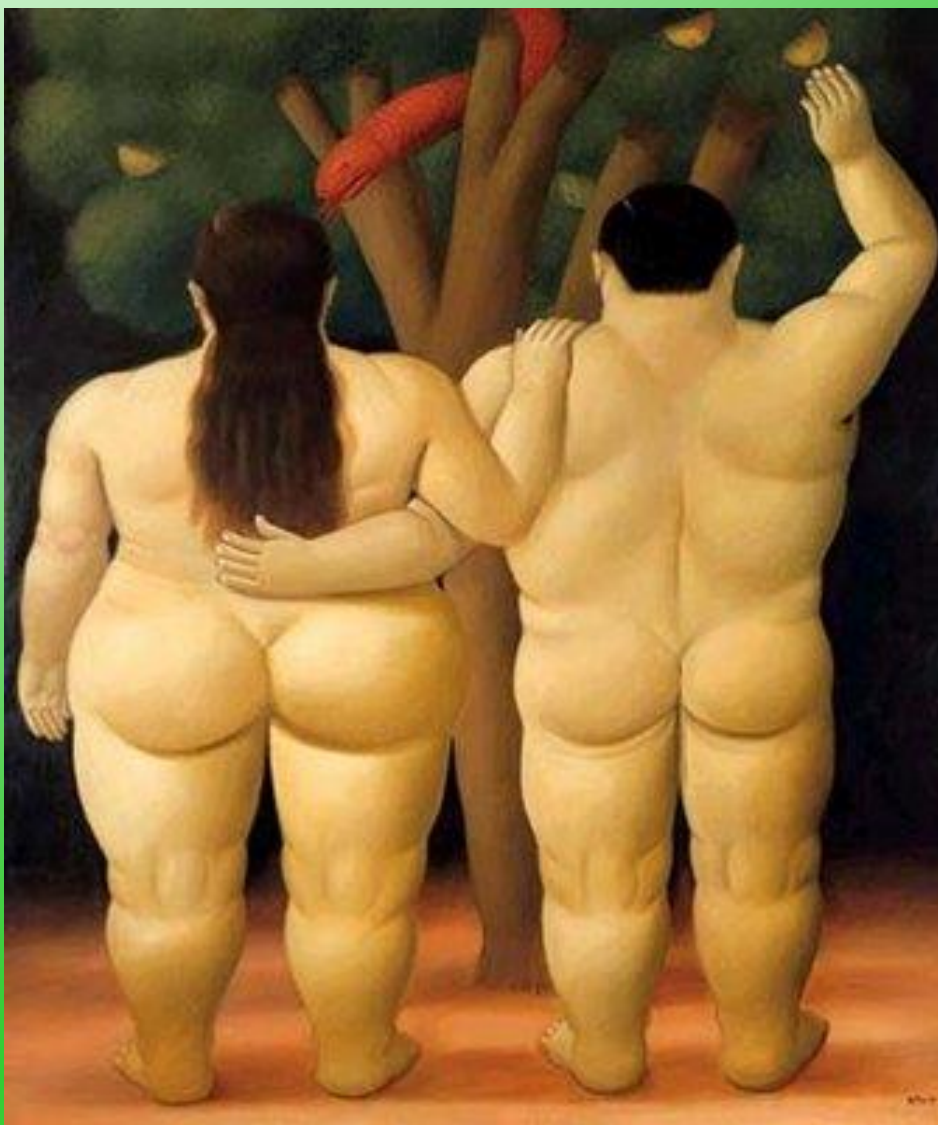
NEW ENGL. J. OF MED. 319:1173, 1988 (modificato)

Attività fisica e colesterolo HDL



Percentili di distribuzione del colesterolo HDL in gruppi di individui con vario grado di attività fisica





“VENTI SECONDI IN BOCCA, DUE ORE NELLO STOMACO, VENT’ANNI NELLE NATICHE” J. Vague, 1993





grazie!



Reggio Emilia 22 novembre 2011

af