



con il patrocinio
Provincia di Novara
Comune di Novara

ASSOCIAZIONE RICERCATORI
ISTITUTO DONEGANI

Lunedì 29 settembre 2014
Ore 21

Presso la Sala Leonardo
Dell'EST SESIA
Via Negroni, 7 – Novara

si terrà la Conferenza:

**La corretta alimentazione, come
districarsi nel ginepraio delle diete**

Relatore

Dr Federico D'Andrea

Ospedale Maggiore della Carità di Novara

IL RELATORE

Dr Federico D'Andrea
Ospedale Maggiore della Carità di Novara

Nato a Novara il 4/11/1951 ed ivi residente in via XXIII Marzo 109, ha conseguito presso l'Università Statale di Milano la laurea in Medicina e Chirurgia nel 1976 e nel 1984 il Diploma di Specialità in Scienza dell'Alimentazione e Dietetica. E' stato dal 1977 al 1987 Assistente Medico e dal 1987 al 1993 Aiuto Medico presso la Divisione di Medicina Generale Ospedale di Novara. Nella stessa Azienda ha ricoperto dal 1993 al 1999 il ruolo di Dirigente Medico di Primo Livello Responsabile del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica, mentre dal 1999 a tutt'oggi è Direttore di Struttura Complessa Ospedaliera di Dietetica e Nutrizione Clinica. Nel 1989 ha conseguito l'Idoneità Nazionale a Primario di Dietetica e nel 1991 quella Nazionale a Primario di Medicina Interna. Dal 1981 al 1993 è stato Docente di Patologia Medica e dal 1994 al 2002 Docente di Scienza dell'Alimentazione presso la Scuola Infermieri Professionali e successivamente presso la scuola di Diploma Universitario di Infermiere della Università del Piemonte Orientale "A. Avogadro" Novara. Presso la stessa Università ha avuto l'incarico a Seminari e corsi d'aggiornamento in Nutrizione Clinica per varie Scuole di Specializzazione della Facoltà di Medicina e Chirurgia. Dal 2002 è professore a contratto di dietetica presso la Facoltà di Farmacia dell'Università del Piemonte Orientale e presso la Scuola di Specializzazione in Scienza dell'Alimentazione e Dietetica dell'Università di Pavia. E' socio delle principali Società Italiane e Europee di Nutrizione nonché organizzatore di numerosi Convegni e Corsi di aggiornamento a carattere regionale e nazionale sulla Nutrizione. E' autore o coautore di oltre 80 pubblicazioni su riviste scientifiche nazionali ed internazionali nel

campo della Nutrizione Clinica, Presidente Regionale ADI Piemonte-Valle d'Aosta dal 2007 al 2011 e dell'Ordine dei Medici-Chirurghi e Odontoiatri della provincia di Novara.

LA RELAZIONE

L'obesità e il sovrappeso sono due situazioni cliniche, come noto, estremamente diffuse nelle società affluenti ma che stanno diventando un vero problema sanitario anche in quelle in via di sviluppo. Nel mondo ci sono oltre 1 miliardo di persone in sovrappeso e 300 milioni di obesi secondo il rapporto OCSE del 2008, ma questi numeri sono già obsoleti data la crescita esponenziale del problema. L'obesità è stata infatti definita come una vera e propria epidemia dal WHO e riconosciuta come una reale emergenza sanitaria del XXI secolo per la sua correlazione stretta con le patologie più importanti della nostra società: il diabete mellito, l'ipertensione arteriosa, le malattie coronariche, le neoplasie e molte altre. Estremamente preoccupante è anche la prevalenza dell'obesità infantile situazione che purtroppo vede l'Italia ai primi posti in Europa.

La cura di questa patologia è sicuramente basata principalmente sulla dieta, sulla corretta alimentazione e la dieta mediterranea costituisce un punto di riferimento riconosciuto in tutto il mondo. Purtroppo i risultati nel lungo termine sono, come sappiamo, deludenti. Solo il 15-20% dei soggetti che hanno ottenuto un calo ponderale soddisfacente riescono a mantenerlo dopo 5 anni. Le recidive sono frequenti e il recupero del peso perso spesso supera il limite di partenza, innescando un meccanismo perverso di continuo aumento ponderale che in genere segue l'aumentare dell'età e viene definito come sindrome dello yo-yo o weight cycling syndrome. Le difficoltà nel calo ponderale sono conseguenti alla nostra genetica che è

sostanzialmente quella dei nostri antenati dell'età della pietra, per i quali la ricerca del cibo era difficile e quindi le poche calorie introdotte occasionalmente dovevano bastare il più a lungo possibile. Questa caratterizzazione genetica rivolta verso il risparmio e non la dissipazione, che ha salvato il genere umano dai tanti eventi funesti occorsi nei millenni, mal si adatta alle condizioni per fortuna molto più favorevoli della Società attuale, nella quale l'offerta di cibo, spesso ipercalorico, è continua e a prezzi accessibili. Ciò ha determinato peraltro anche innegabili effetti positivi come l'aumento dell'aspettativa di vita e il miglioramento della qualità di vita. La difficoltà della terapia ha stimolato pertanto varie "soluzioni alternative" alla dieta equilibrata che nel corso dei decenni hanno avuto alterne fortune.

La relazione prenderà pertanto in considerazione le principali "diete alternative" evidenziandone le caratteristiche, il meccanismo d'azione e gli immancabili limiti con i relativi danni per la salute. Un breve accenno verrà fatto anche alla chirurgia dell'obesità, terapia estrema ma sempre più diffusa in relazione alla sempre maggiore presenza, anche nella nostra realtà novarese, della cosiddetta obesità grave caratterizzata da un BMI > 40.

Un ultimo ma importante aspetto è quello relativo alla sempre maggiore diffusione in questo campo, di figure professionali non mediche, che sotto la dizione generica di nutrizionisti si offrono al mercato spesso con scarsa preparazione e ovviamente nulla esperienza clinica (non sono medici), aggravando il disorientamento e i rischi per gli utenti.

Dr Federico D'Andrea

Si ringraziano



Avvisi

Comunicare via e-mail è molto più rapido e non comporta spese.

Per abbassare i costi di spedizione vi preghiamo di fornire la vostra e-mail inviando un messaggio vuoto a

CLUBDONEGANI@ITIOMAR.IT

e mettendo in oggetto il vostro nome e cognome

Le informazioni sull'attività del Club sono presenti anche in web

WWW.CLUBDONEGANI.IT

Quote associative

Soci ordinari: euro 50

Soci sostenitori: euro 60

Società enti, etc : euro 300 almeno

Famigliari: euro 15

Giovani: euro 20

Versamenti intestati a CLUB DONEGANI
Con bonifico su:

IBAN

IT63 T056 0810 1000 0000 0005 207 (BPN)

IT98 T076 0110 1000 0001 1412285 (Poste)

Bollettino CC postale n. 11412285