



ADI ONLUS

Associazione Italiana
di Dietetica e Nutrizione Clinica

ANALISI DELLE ATTIVITÀ DI CONSULENZA IN MEDIA RELATIONS & UFFICIO STAMPA 2016

Adnkronos Nord Est
Gruppo Adnkronos
GMC Communications



adnkronos
nord est

ELENCO ATTIVITA' ADNKRONOS NORDEST PER ADI

ANNO 2016 –
2017 (2 MESI)



adnkronos
nord est

ATTIVITA' 2016

❖ SPECIALE RIVISTA RESIDENZE SANITARIE

- Antonio Caretto – Anziani e Malnutrizione
- Lorenza Caregaro – Rapporto medico e paziente
- Filippo Valoriani – I rischi delle diete vegetariane
- Marco Buccianti – La settimana del sale

❖ XVI CORSO ADI

- individuazione e elaborazione dei contenuti
- comunicato annuncio
- presidio e raccolta informazioni
- cartella stampa
- rassegna stampa

❖ WORLD CANCER DAY

- proposta di intervento
- elaborazione regole di prevenzione
- comunicato stampa
- rassegna stampa

❖ LANCIO COCA COLA LIFE INTERVISTA GIUSEPPE FATATI – IL FATTO ALIMENTARE

- gestione contatto
- elaborazione risposte scritte

❖ DIETE VEGETARIANE - INTERVISTA ANTONIO CARETTO – DONNA AL TOP

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ SETTIMANA DEL SALE

- raccolta materiali
- comunicato stampa
- rassegna stampa

❖ GIORNATA DISTURBI ALIMENTARI

- raccolta materiali
- comunicato stampa
- intervista Massimo Vincenzi con La Stampa.it
- rassegna stampa

❖ **CELIACHIA - INTERVISTA BARBARA PAOLINI – DONNA AL TOP**

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **TIROIDE E ALIMENTAZIONE - INTERVISTA ANTONIO CARETTO – DONNA AL TOP su richiesta della giornalista**

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **GIORNATA NAZIONALE DELLA SALUTE DELLA DONNA - 22 aprile 2016**

- comunicato stampa
- rassegna stampa

❖ **MESE DELLE INTOLLERANZE AL GLUTINE – CAMPAGNA ADI/SCHÄR**

- comunicato stampa
- rassegna stampa
- elaborazione ricette per La Stampa.it da parte del dott. Marco Buccianti

❖ **VIVERSANI & BELLI INTERVISTA A LORENZA CAREGARO SU CIBI AMICI DEL FEGATO**

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **INTERVISTA A BARBARA PAOLINI SUI DISTURBI ALIMENTARI – DONNA AL TOP**

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **INTERVISTA SULLE DIETE ESTIVE A BARBARA PAOLINI – DONNA AL TOP su richiesta della giornalista**

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **INTERVISTA A MICHELANGELO GIAMPIETRO SU ALIMENTAZIONE E OLIMPIADI – LA STAMPA.IT**

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **LEGGE SPRECHI ALIMENTARI E MARCIA PER LA PACE ALIMENTARE – Gubbio, 3 settembre 2016**

- comunicato stampa
- rassegna stampa

❖ **OBSesity DAY 2016**

- attività di consulenza di comunicazione centri Obesity Day con Giancarla Bosotti
- pianificazione attività di ufficio stampa
- condivisione con Giuseppe Fatati
- individuazione e elaborazione dei contenuti
- elaborazione e lancio comunicati stampa a tema
- organizzazione e presidio conferenza stampa di presentazione a Roma
- creazione cartella stampa
- rassegna stampa e follow up giornalisti
- presidio interviste in Rai

❖ **INTOLLERANZE ALIMENTARI - XXII CONGRESSO VICENZA**

- individuazione e elaborazione dei contenuti
- comunicato annuncio
- presidio e raccolta informazioni
- comunicato stampa
- rassegna stampa

❖ **INTERVISTE BARBARA PAOLINI - SALE E IPERTENSIONE ARTERIOSA - LA STAMPA.IT su richiesta della giornalista**

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ **INTERVISTA BARBARA PAOLINI - TEST ALLERGIE ALIMENTARI - rivista PARAFARMACIE**

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

ATTIVITA' 2017

❖ DIETE IN TV E FENOMENO LEMME

- comunicato stampa
- rassegna stampa

❖ INTERVISTA ANTONIO CARETTO - DIETE IN TV E FENOMENO LEMME - LA STAMPA.IT su richiesta del giornalista

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ INTERVISTA ANTONIO CARETTO - DIETE IN TV E FENOMENO LEMME - LA REPUBBLICA.IT su richiesta del giornalista

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ INTERVISTA BARBARA PAOLINI - INTOLLERANZE ALIMENTARI - rivista BENESSERE (ed. Famiglia Cristiana)

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ INTERVISTA BARBARA PAOLINI - INTOLLERANZE AL LATTOSIO - LA STAMPA.IT su richiesta della giornalista

- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ INTERVISTA LORENZA CAREGARO - DIETA MIMADIGIUNO - CUCINA MODERNA aprile 2017

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

❖ SETTIMANA DEL SALE 2017 CUCINA MODERNA – marzo 2017

❖ INTERVISTA MARCO BUCCIANI - TIPOLOGIE DI FARINE - LA STAMPA.IT

- individuazione specialista da intervistare all'interno del gruppo di comunicazione
- gestione e organizzazione intervista
- presidio
- revisione bozza

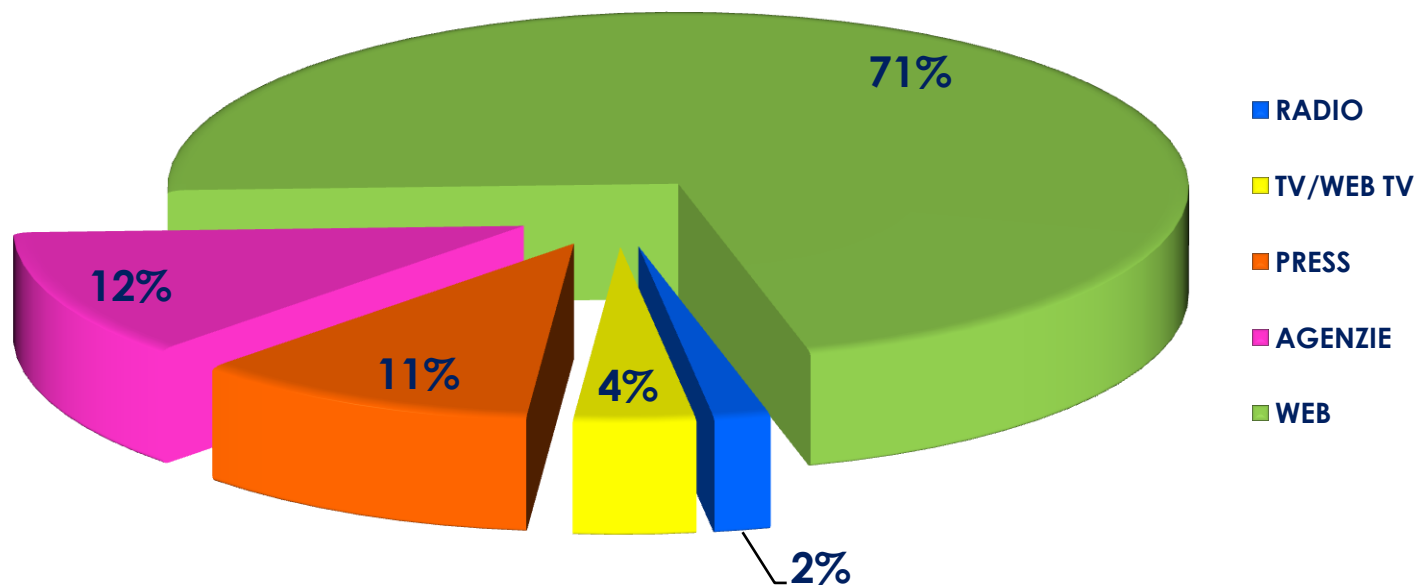
ANALISI VIBILITA' OTTENUTA DA ADI SUI MEDIA

**ANNO 2016/
2017 (2 mesi)**

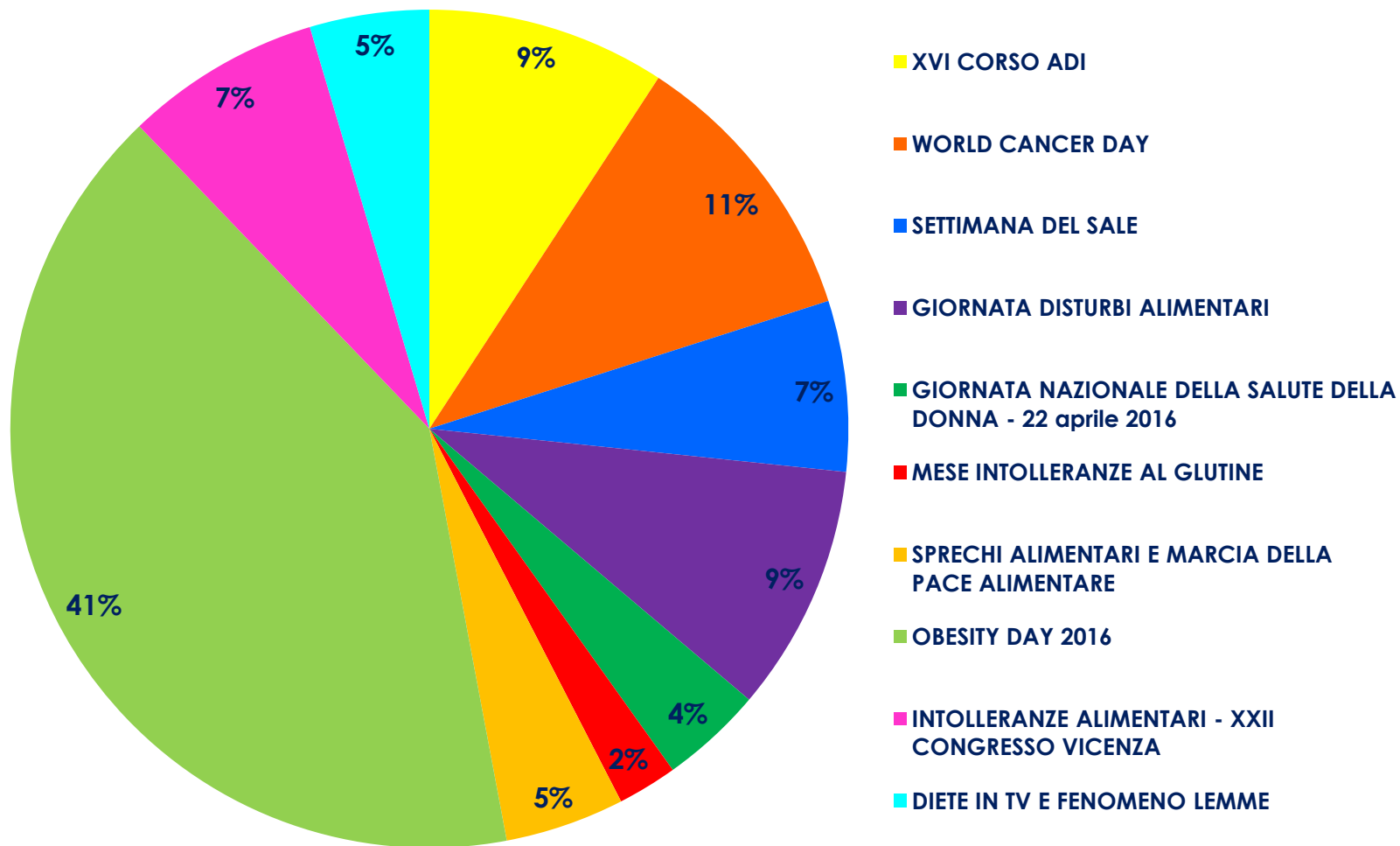


**adn kronos
nord est**

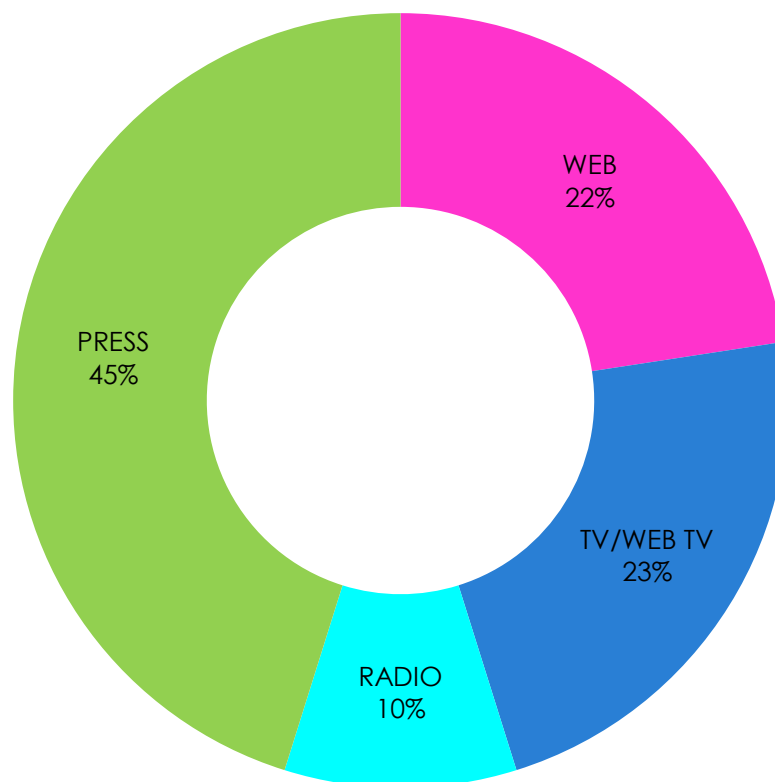
VISIBILITÀ SUDDIVISA PER MEDIA



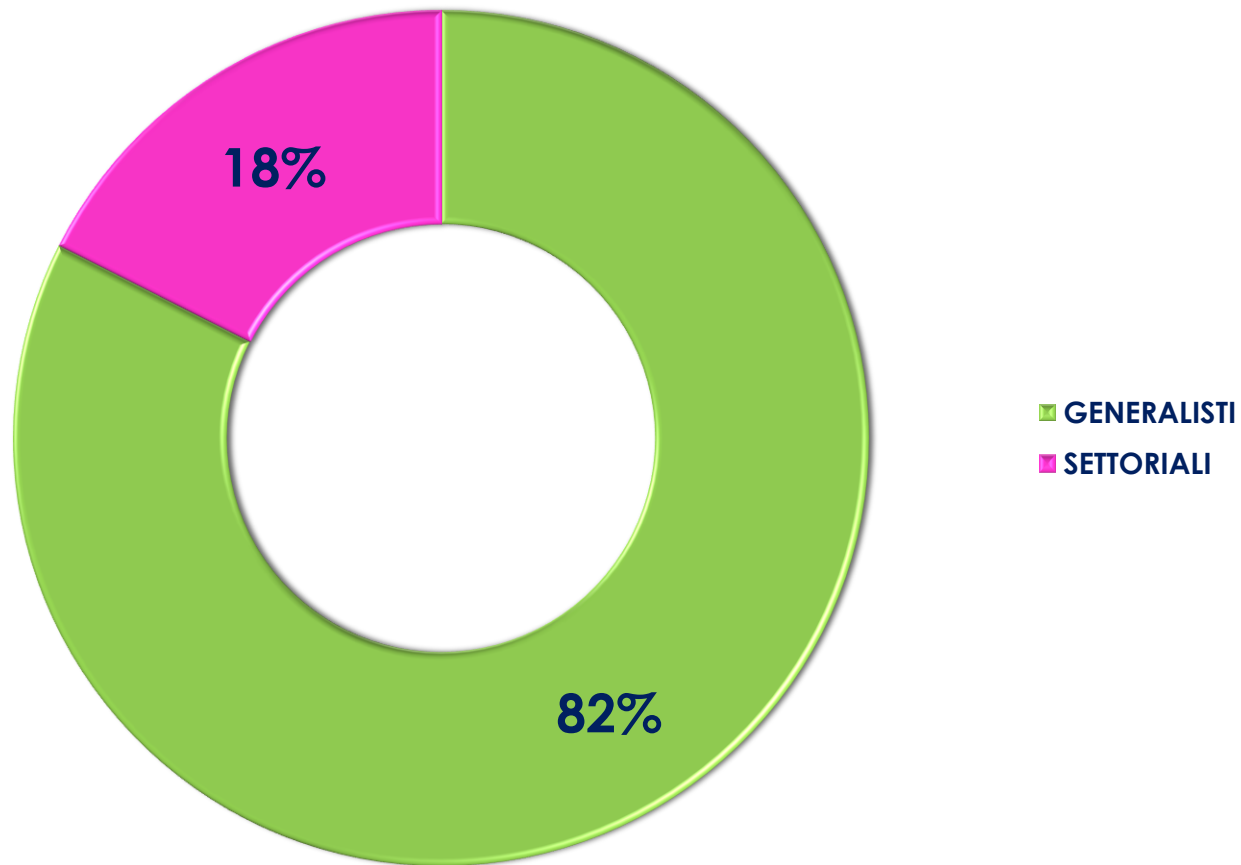
INTERESSE MEDIATICO SU SINGOLE ATTIVITÀ ADI



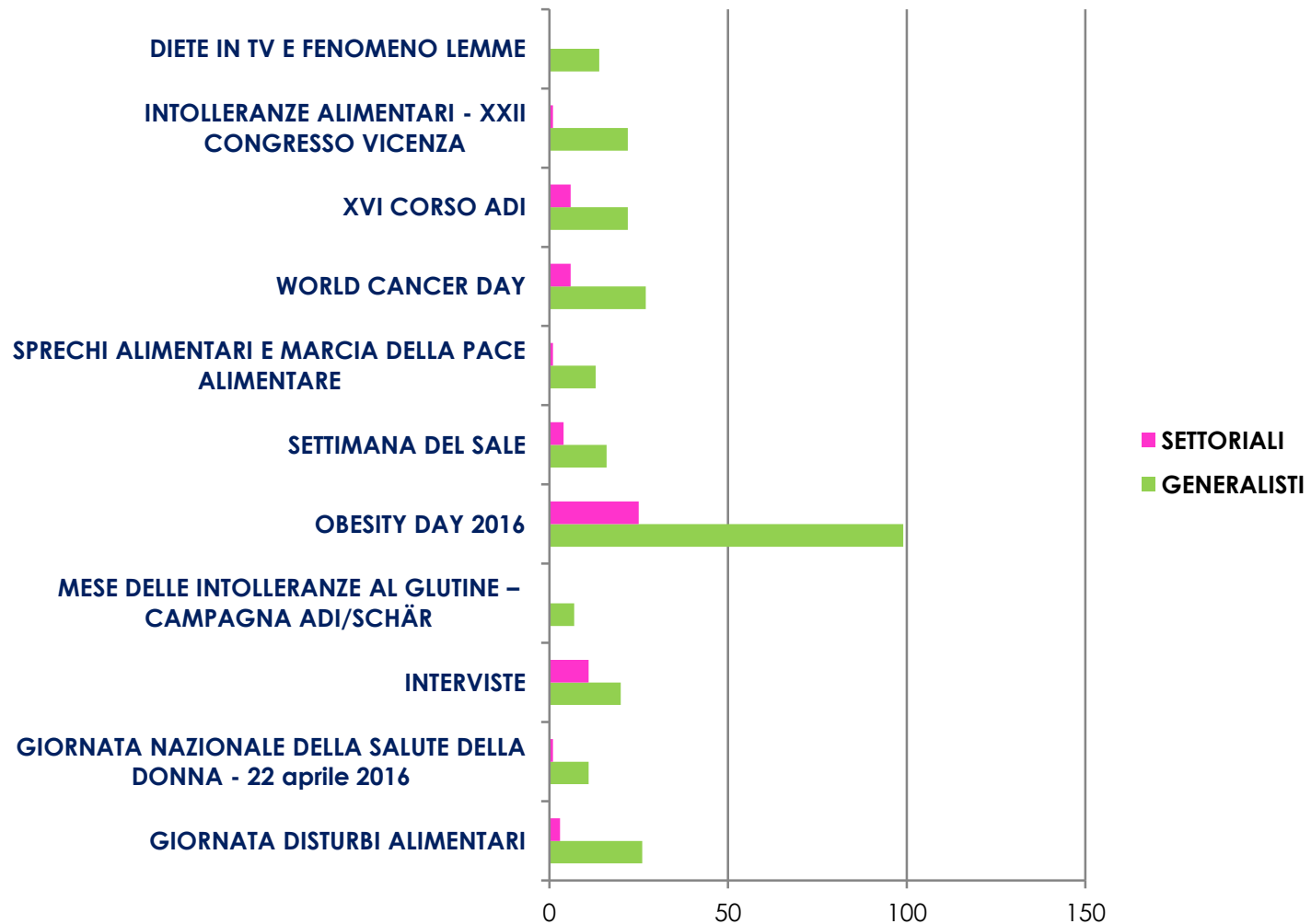
INTERVISTE REALIZZATE SUDDIVISE PER MEDIA



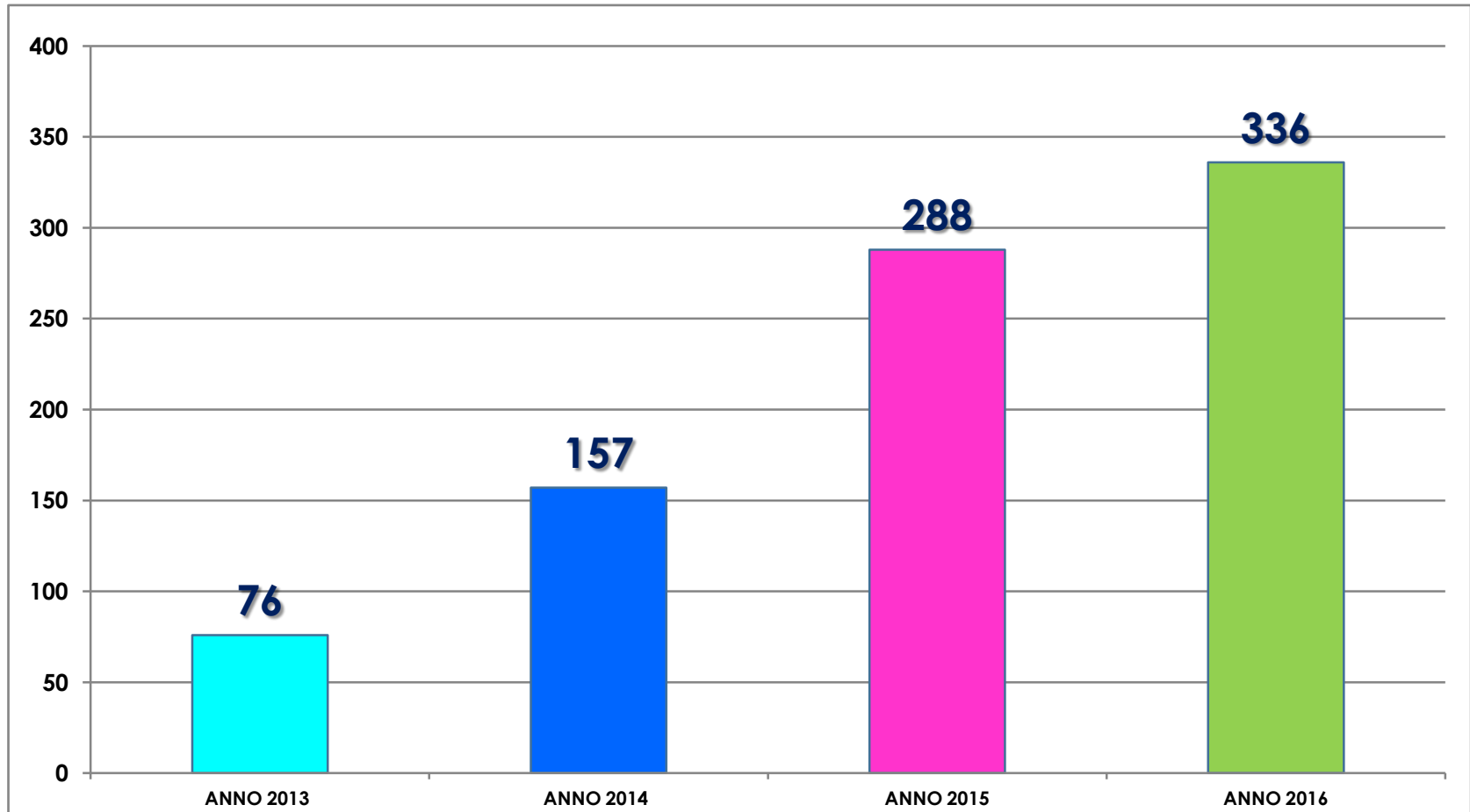
MEDIA TARGET RAGGIUNTO CON L'ATTIVITA' DI UFFICIO STAMPA



MEDIA TARGET RAGGIUNTI PER SINGOLE ATTIVITÀ ADI



CRESCITA VISIBILITÀ ADI NEGLI ANNI



L'Arena
venerdì 05 febbraio 2016
GIORNATA MONDIALE. Il rapporto annuale traccia un bilancio soddisfacente degli ultimi 20 anni
Cancro, mortalità in calo «Prevenzione e ricerca»



ROMADI cancro si muore meno. È questa la buona notizia alla luce dei nuovi dati dell' American Cancer Society contenuti nel consueto rapporto annuale e diffusi ieri in occasione della giornata mondiale contro il Cancro. Cala la mortalità su scala globale, dell' 1,8% annuo per i maschi e dell' 1,4% per le donne. Diminuisce complessivamente la mortalità per tumori del 23% rispetto all' anno nero 1991. Le campagne incentrate sulla prevenzione individuale e il

rimarcando l' importanza dell' impegno contro le nuove forme di rischio all' informazione alla diagnosi per trattamenti ancora più mirati ed efficaci. Sulla stessa linea il ministro della Salute Beatrice Lorenzin, che ha guidato la giornata mondiale della lotta al cancro, ha ringraziato costantemente su nuove strategie di cura per l' umanizzazione delle cure. Secondo il ministro della Salute «investire nella ricerca scientifica, nei risultati raggiunti nel campo dei tumori. Dunque, per alimentazione, le parole chiave sono quali puntare, a Dietetica e Nutrizione Clinica per vincere la battaglia, un terzo delle totali neoplasie attraverso una dieta sana e peso corporeo e una regolare attività fisica», ha spiegato.



Giorgia Meloni pronta a candidarsi a Roma

Via libera dal suo partito, ma deciderà solo dopo aver sentito gli alleati. Berlusconi contrario
ROMA. La speculazione sul comitato di candidatura a sindaco di Roma si fa più evidente di ora in ora. L'ufficio di presidenza di Forza Italia di viale Mazzini ha voluto il suo candidato, ma il segretario Meloni, che si è detto «non aver sentito gli alleati», ha deciso di non candidarsi. La sua decisione è stata definita «una scelta definitiva». La risposta all'entusiasmo «no» pronunciato da Berlusconi, arguisce dunque a breve, è la parola data dalla risposta politica come nella vita. «Non sarà mai il mio candidato», ha detto Meloni. «Non sarà mai il mio candidato», ha detto Meloni. «Non sarà mai il mio candidato», ha detto Meloni.



Comuni, solo 14% guidati da donne
ROMA. L'associazione Onepolitica ha fatto il punto sui numeri delle amministrazioni locali italiane guidate da donne. I numeri sono: 14% di comuni guidati da donne. I numeri sono: 14% di comuni guidati da donne. I numeri sono: 14% di comuni guidati da donne.

Cantone: un sindaco distorto nella

ROMA. Sistemistica e diffusa, la violazione delle norme e delle generalizzate e indiscriminate procedure, con un incremento di possibili fenomeni di corruzione, con un incremento di possibili fenomeni di corruzione, con un incremento di possibili fenomeni di corruzione.



Chirurgia Per i trapianti di cuore il nostro Paese all'avanguardia
Moda Sfilata cyber per Chanel il Grand Palais è un data center
Cinema Il regista Tati racconta il suo "Quando hai 17 anni"

«L'obesità si può vincere»

Marina Biglia, presidente dell'Associazione amici obesi, racconta la sua esperienza: «Vivevo giornate in cui, in due ore, mangiavo fino a cinquemila calorie. Lunedì la giornata dedicata alle malattie: undici milioni i pazienti in Italia, allarme per i bambini. Oltre 150 i servizi di dietologia aperti per valutare il sovrappeso e consigliare le cure. Un decalogo per affrontare il cambiamento»



LA NOSTRA SALUTE

OCCHIO ALLA BILANCIA

IL COMMENTO
di VIVIANA PONTICIA
IL VESTITO SBAGLIATO
UN GIORNO, quando era ministro, Renato Brunetta si rivolse ai poliziotti chiamandoli passardate e panzoni. Fu la seconda a fare male. Gli interessati reclamarono l'arresto dell'esponente di governo e tutto intorno si alzò la voce delle persone fuori peso forma: l'obesità non è un vestito

Italiani sovrappeso, popolo di pentiti

«Uno su due si è messo a dieta»

Indagine della Coldiretti. Ma gli obesi sono ancora sei milioni



Campagna Obesity Day

Ecco dove rivolgersi

Obesity Day è una campagna informativa sull'obesità promossa dall'Associazione italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (Adi). Info sul sito www.aditalia.net



REMYSTICK
Con il calore, combatte il dolore
L'unico collutorio a base di mentolo e eucalipto
Dolce e delicato
Dolce e delicato

REMYSTICK
Con il calore, combatte il dolore
L'unico collutorio a base di mentolo e eucalipto
Dolce e delicato
Dolce e delicato

alimentazione | *curarsi con i cibi*

fegato sano

alimentazione | *curarsi con i cibi*

La giornata

CIOCOLATO FONDENTE
Un alimento ricco di antiossidanti utili anche per il fegato è il cioccolato fondente, che contiene polifenoli, e in particolare epicatechine. Queste sono presenti soprattutto nelle fave di cacao e variano a seconda di quanto queste vengono lavorate. Il cioccolato fondente contiene la più alta percentuale di cacao e per questo è quello con più antiossidanti.

si

TE VERDE
È bene bere almeno un litro e mezzo di acqua al giorno. Come alternativa, si può sorseggiare il tè verde: è ricco di antiossidanti, soprattutto catechine, della famiglia dei polifenoli. Considerando che la nutrizione di un prodotto che contiene tèina, è bene non esagerare con il suo consumo e limitarsi a 3-4 tazze al giorno.

★ Sono indicate anche le tisane che contengono antiossidanti, come quelle a base di tè di bosco, curcuma o tarassaco.

CEREALI NON RAFFINATI
La pasta e i riso integrali, ma anche i cereali meno conosciuti come l'orzo, il farro, il kamut, la quinoa o il grano saraceno, sono ricchi di fibre e aiutano a controllare il peso, il colesterolo e la glicemia.

★ Lo stesso discorso si può applicare alle farine. Quelle integrali o poco raffinate sono più sane di quelle bianche.

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA
È l'unico a non subire modificazioni chimiche durante la sua produzione; gli altri, come quelli di semi, dopo i trattamenti perdono parte dei loro antiossidanti.

★ Tra le varie tipologie, quello spremuto a freddo contiene la quantità maggiore di nutrienti ed è preferibile usarlo a crudo. Chi, invece, preferisce l'olio di semi può optare per quello di lino, che contiene precursori degli omega 3 utili per il fegato.

UOVA
Le uova sono ricche di proteine ad alto valore biologico, vitamina A e selenio. Contrariamente a quanto si pensa, se ne possono mangiare fino a quattro alla settimana, usandole nelle insalate, come frittata, in condimento o strapazzate.

→ **EVITARE I FRITTI**

76 overconforti

Antonio Caretto
Presidente Associazione
Italiana di Dietetica e
Nutrizione Clinica AICI

12 CRONACHE ITALIANE

IL GRANDE MALE

L'APPELLO DEI MEDICI

70

LE ORGANIZZAZIONI EUROPEE ATTIVE CONTRO LO SPRECO ALIMENTARE NELLA PLATFORM ON FOOD LOSSES AND FOOD WASTE, CHE RACCOLLE INFO E BUONE PRATICHE PER RAGGIUNGERE, ENTRO IL 2030, GLI OBIETTIVI FISSATI DALL'UNICEF EUROPEO.

SOLO TEST SCIENTIFICI PER LE INTOLLERANZE ALIMENTARI
No al pomodoro, al grano, al latte? Gli "intolleranti immaginari", che seguono una dieta di esclusione, senza un reale disturbo da cibo, in Italia sono circa otto milioni e si sottopongono spesso a test come quello del capello o alla biopsia intestinale. Positivi non solo su dieci, i test di intolleranza e allergia alimentare pubblicati da fonti non scientifiche per risolvere non appena i sintomi sono privi di validità e portano a restrizioni inutili e rischiose. Dice Antonio Caretto dell'Associazione di dietetica e nutrizione clinica AICI: «Non bastano le diete fai da te per far tollerare. I test non scientifici possono indurre problemi di crescita».

PARLIAMO DI MENOPAUSA PERCHÉ NON SI SA PIÙ UN TABÙ
Per le italiane su dieci la menopausa è un periodo buio. Due su tre lamentano aumenti di peso, una su tre disturbi di umore. Ma otto su dieci vorrebbero maggiori informazioni. «Questa fase della vita è decisa da ancora visibilità come un tabù», commenta Giovanna Scambia, presidente della Sige, che ha avviato la campagna Menopausa, meno, male, «un'iniziativa con cui vogliamo fornire a tutte gli strumenti per mantenere uno stato di benessere psicofisico anche dopo i 50 anni».

184 10 DONNA 12 NOVEMBRE 2016

Come si nutrono i nostri anziani e quali sono le principali criticità legate alla loro alimentazione? Ad oggi sono 1,8 milioni gli anziani obesi in Italia, 1,9 milioni gli ultra-sessantenni a rischio malnutrizione, 1,8 milioni quelli affetti da sarcopenia, 19.500 sono i pazienti che ricorrono alla nutrizione artificiale a domicilio e 54 milioni quelli con carenza di vitamina D. Sono queste le cinque sfide da affrontare in nutrizione clinica per il benessere e la salute degli anziani individuate nel «Manifesto delle criticità in nutrizione clinica e preventiva», il documento che AICI - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica, ha promosso in occasione di EXPO2015, insieme ad un network di oltre 50 tra società scientifiche, università e associazioni di cittadini e di pazienti. In seguito è stato instaurato, tuttora attivo, un tavolo tecnico ministeriale grazie alla disponibilità, sensibilità e collaborazione del Ministero della Salute per cen-

12 CRONACHE ITALIANE

IL GRANDE MALE

L'APPELLO DEI MEDICI

70

LE ORGANIZZAZIONI EUROPEE ATTIVE CONTRO LO SPRECO ALIMENTARE NELLA PLATFORM ON FOOD LOSSES AND FOOD WASTE, CHE RACCOLLE INFO E BUONE PRATICHE PER RAGGIUNGERE, ENTRO IL 2030, GLI OBIETTIVI FISSATI DALL'UNICEF EUROPEO.

SOLO TEST SCIENTIFICI PER LE INTOLLERANZE ALIMENTARI
No al pomodoro, al grano, al latte? Gli "intolleranti immaginari", che seguono una dieta di esclusione, senza un reale disturbo da cibo, in Italia sono circa otto milioni e si sottopongono spesso a test come quello del capello o alla biopsia intestinale. Positivi non solo su dieci, i test di intolleranza e allergia alimentare pubblicati da fonti non scientifiche per risolvere non appena i sintomi sono privi di validità e portano a restrizioni inutili e rischiose. Dice Antonio Caretto dell'Associazione di dietetica e nutrizione clinica AICI: «Non bastano le diete fai da te per far tollerare. I test non scientifici possono indurre problemi di crescita».

PARLIAMO DI MENOPAUSA PERCHÉ NON SI SA PIÙ UN TABÙ
Per le italiane su dieci la menopausa è un periodo buio. Due su tre lamentano aumenti di peso, una su tre disturbi di umore. Ma otto su dieci vorrebbero maggiori informazioni. «Questa fase della vita è decisa da ancora visibilità come un tabù», commenta Giovanna Scambia, presidente della Sige, che ha avviato la campagna Menopausa, meno, male, «un'iniziativa con cui vogliamo fornire a tutte gli strumenti per mantenere uno stato di benessere psicofisico anche dopo i 50 anni».

184 10 DONNA 12 NOVEMBRE 2016

Come si nutrono i nostri anziani e quali sono le principali criticità legate alla loro alimentazione? Ad oggi sono 1,8 milioni gli anziani obesi in Italia, 1,9 milioni gli ultra-sessantenni a rischio malnutrizione, 1,8 milioni quelli affetti da sarcopenia, 19.500 sono i pazienti che ricorrono alla nutrizione artificiale a domicilio e 54 milioni quelli con carenza di vitamina D. Sono queste le cinque sfide da affrontare in nutrizione clinica per il benessere e la salute degli anziani individuate nel «Manifesto delle criticità in nutrizione clinica e preventiva», il documento che AICI - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica, ha promosso in occasione di EXPO2015, insieme ad un network di oltre 50 tra società scientifiche, università e associazioni di cittadini e di pazienti. In seguito è stato instaurato, tuttora attivo, un tavolo tecnico ministeriale grazie alla disponibilità, sensibilità e collaborazione del Ministero della Salute per cen-

ALLARME ANCHE PER I CONTI
I costi crescono in maniera esponenziale: per una terapia complessiva si è passati in 20 anni da 3.853 a 44.900 euro

Renzi

Il cancro»

365mila nuovi casi

La bilancia, incubo per 5 italiani su 10

ROMA. Colloqui e consulenze gratuite per sensibilizzare su sovrappeso e obesità, un problema che riguarda quasi cinque italiani su dieci e che non risparmia i più piccoli. Così, domani si celebrerà l'Obesity Day la giornata mondiale dedicata per puntare l'attenzione sui rischi per la salute derivati ai chili di troppo.

Secondo l'ultimo Rapporto Obesworldwide della British Association of Population Health, in Italia, il 36,7% della popolazione adulta è in sovrappeso, mentre una persona su 10 è obesa (10,2%), quindi complessivamente quasi la metà degli italiani (46,9%). Ad oggi, oltre 30 milioni di cittadini in continua crescita: i numeri di circa 10 milioni nel 2001, oggi sono 30 milioni. Il problema riguarda più gli uomini che le donne, soprattutto se in difficoltà economiche e con basso livello di istruzione. Come nota, si riscontrano più spesso nelle regioni del Sud rispetto a quelle del Nord: la percentuale di obesi in Molise è del 14,6%, in Abruzzo 13,1%, in Puglia 11,9%, mentre quanto al sovrappeso il registro punta del 41,5% in Campania (41,5%), 38,4% in Calabria e 38,4% in Puglia.

Mancano di attività fisica e alimentazione scorrette sono le cause principali di un'emergenza sanitaria che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, provoca 4 milioni di morti ogni anno nel mondo. E i dati rimangono invariati: del 44% dei casi di diabete, il 25% delle malattie ischemiche del cuore e il 17% e il 41% di alcune forme di cancro. Mentre in Senato è stata presentata una mozione che chiede di riconoscere l'obesità come patologia invalidante, la seconda edizione dell'Obesity Day quest'anno, sarà il convegno della mente «Comunicare e salvare». Nel corso della giornata, gli specialisti dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica (AICI) saranno a disposizione per consulenze gratuite in 100 punti in tutta Italia e sul sito www.obesityday.it è possibile richiedere il centro più vicino alla propria città. «L'attività fisica», spiega Giuseppe Fotari, presidente della Federazione AICI, «il principale fattore in grado di influenzare positivamente la nostra salute, ma non serve soltanto. Il problema, che non è una questione medica ma una malattia che si trasmette, coinvolge anche i giovani: tre su dieci hanno chili di troppo. Sempre secondo il Rapporto Obesworldwide, nel 2011 due bambini su dieci (20,5%) nella fascia di età 4-9 anni erano in sovrappeso».

Progetto sanitario e strategico contro il tumore. Un «Patto contro il cancro» capace di mobilitare risorse e di dare una risposta concreta alle richieste di 3 milioni di pazienti, sul modello di programmi già lanciati negli Stati Uniti. L'Aiam, presiede il presidente, vi partecipa da proposte strutturali a lungo termine e, nel breve periodo, con una proposta concreta: l'istituzione di un Fondo nazionale per l'Oncologia.

Nuove risorse più che mai necessarie per poter continuare a garantire l'accesso ai nuovi farmaci a tutti i pazienti, dal momento che, stando alle previsioni future - conclude Patti - nel 2016 il settore farmaceutico registrerà in Italia uno sbalzo del costo dei programmi, che sarà difficile ripianare ri-

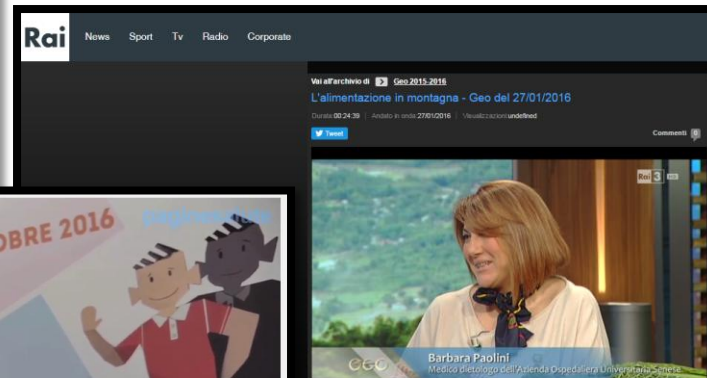
Starbene

La dieta Lemme aiuta davvero a dimagrire?

a risposta è sì, nel breve periodo. Chi segue un regime alimentare sostenuto, passo dopo passo, da un grande motivatore come Lemme riesce a raggiungere l'obiettivo di perdere peso. Giocare sul senso di colpa del paziente ("mangio troppo e male"), sul suo sentirsi brutto, grasso, inadeguato ("mi faccio schifo"), all'inizio può servire da pungolo. I metodi da caserma, gli insulti, il disprezzo per le donne, resi pop...

14 Febbraio 2017

ESEMPI DI USCITE TV/WEB TV





CORRIERE DELLA SERA

SALUTE | Pubblicato il 14 novembre 2016

L'obesità è una malattia... curabile Metà italiani sovrappeso o obesi

...20 milioni di italiani sono in sovrappeso e circa 6 milioni sono obesi, ovvero quasi la metà della popolazione. Nonostante sia in continua crescita, l'obesità nel nostro Paese ancora non è considerata una malattia, come risulta da un'indagine condotta...

SALUTE | Pubblicato il 10 novembre 2016

L'obesità è una malattia (curabile) Uccide una persona ogni dieci minuti

...milioni di italiani sono in sovrappeso e circa sei milioni sono obesi, ovvero quasi la metà della popolazione. Nonostante sia in continua crescita, l'obesità nel nostro Paese ancora non è considerata una malattia, come risulta da un'indagine condotta...

SALUTE | Pubblicato il 15 marzo 2016

Fiocchetti lilla contro i disturbi alimentari: è la V giornata nazionale

...dall'ossessione dell'immagine corporea, del peso e del cibo - precisa Massimo Vincenzi, consigliere della Fondazione **Adi** e coordinatore del gruppo sui Dca dell'**Adi** - Proprio perché legate alla sfera psichica, uno degli aspetti più preoccupanti dei disturbi...

SALUTE | Pubblicato il 1 febbraio 2016

I piatti cucinati da noi ci piacciono di più (e di solito sono anche sani)

...per realizzare un piatto) ce lo fa apprezzare di più. «Al di là di questo - commenta Giuseppe Fatati, presidente Fondazione **Adi** (Associazione Italiana di **Dietetica e Nutrizione Clinica**) -, quando prepariamo i piatti modifichiamo i dosaggi, talvolta prima...

SALUTE | Pubblicato il 29 gennaio 2016

Le strategie per evitare un tranquillo weekend di abbuffate

... «È importante avere la consapevolezza di quanto si mangia e si beve — risponde Giuseppe Fatati, presidente Fondazione **Adi** (Associazione Italiana di **Dietetica e Nutrizione Clinica**) —. Questo vale ancor più quando il pasto è costituito da assaggi. Infatti...

Corriere della Sera - Mercoledì 28 Dicembre 2016

CRONACHE | 27

Sette giorni di abbuffate

Gli errori
● La crasi del «diavolo della bilancia» durante le feste natalizie sono più di una. Come la continuità nell'assunzione

Sono settimane di eccessi e sbalzi. In media gli italiani usciranno dall'Inverno alimentare tipici delle festività con un chilo e mezzo in più. Tutto sommato è un prezzo accettabile da pagare in cambio della libertà che il congedo tra Natale e Epifania.

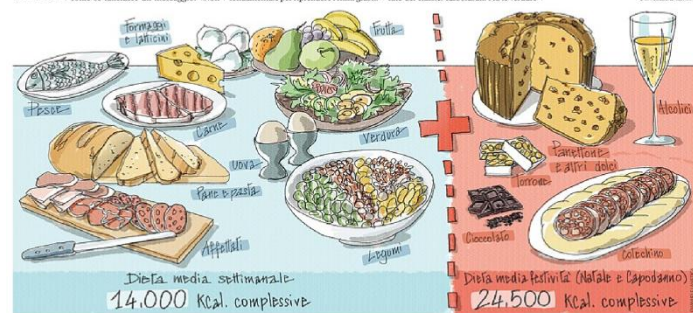
La sensazione di pesantezza e degli abiti che stringono in vita è in larga parte dovuta al gonfiore, alla ritenzione di liquidi, alla risposta indispettita dell'organismo che è come se lanciasse un messaggio: «Non

Tra Natale e Capodanno ingrasseremo in media di 1,5 chili. Ecco le strategie per aiutare l'organismo a recuperare (e cosa non fare)

I medici intervistati indicano alcuni stratagemmi secondo il principio della riduzione del danno. Andrea Ghiselli: «Scegliere alimenti più antichi e assaggiare tutto il resto». Barbara Padini, unità di diabetica e nutrizione dell'ospedale Le Scotte a Siena, sottolinea l'importanza di ridurre il sale.

di stagione, preceduta a finocchi e carciofi. Ottavio Rosello, della società per la cura dei disturbi del comportamento alimentare, è un sostenitore della frutta secca, presa in moderate porzioni, come alternativa ai dolci. «L'organismo in questi giorni subisce uno strappo extra che non lascia le scartate soltanto se la ripartizione non è tempestiva».

pagina a cura di **Margherita De Biasi** indietro@corriere.it



di calorie in eccesso, ovvero l'abitudine di «anticipare» le abbuffate natalizie, continuando anche nei giorni che non rappresentano nessuna ricorrenza

● In cima alla lunga lista di cibi che contengono molte calorie durante l'intero arco della giornata (80%).

● Molte assaggi più trascorrono ogni serata di una alimentazione e situazione (12%). A questo si aggiunge un netto aumento nel consumo di circa il 10% di cibi a più alto contenuto calorico.

1 L'esperto al ministero «Perdere subito quel peso in più»

La prevenzione è fondamentale per «superare indolenti queste settimane di buio». Il dicastero a fare tesoro della regola di base Andrea Ghiselli, dirigente del Cnr, il centro per la ricerca e nutrizione del ministero dell'Agricoltura. «Ci sono occasioni in cui non possiamo non mangiare



precedente l'abbuffata. E poi camminare, muoversi. Chi ha il cuore allenato aumenti il carico di allenamento». E dopo «il chili in più vanno eliminati subito. Più si aspetta più sarà difficile perderli. È stato dimostrato che il peso accumulato si mantiene per tutto l'inverno se non si prendono misure preventive. In genere è semplice, dunque non c'è l'organismo è programmato per opporsi a cambiamenti energetici, ammiccia la dura battaglia chissà».

2 Il primario «Mai tanti grassi in una sola volta»

Chi non ha particolari problemi di salute il rischio è non si impenna rimane che mortificare il piacere della convivialità. «Chi invece soffre di cuore, o ha il diabete non può assolutamente concedersi licenze. È imperioso non consumare troppi grassi tutti in una volta. Un esempio: insalata russa, tortellini con



olio crudo. Le fibre riempiono lo stomaco e permettono la riduzione dell'introito di calorie. «Sbentare un senso di sazietà. Un'altra manovra per autoindurre è scegliere le carni magre e i pesci. La digestione rallenta, si creano squilibri pericolosi. «La salute dei santi non viene compromessa da qualche giorno di eccessi. Gli stili di vita corretti a cominciare dal movimento andrebbero mantenuti tutto l'anno».

3 Il dietologo «Verdure prima del Cenone»

Non è il tempo delle diete. Certo da Antonio Carlucci, presidente dell'associazione dietologi (Adi) sempre un paradosso: «Non ha senso sacrificarsi, meglio lasciarsi andare con intelligenza e con una saggia gestione della giornata». Una strategia efficace per limitare le esagerazioni del cenone e delle feste che verranno consiste nel mangiare prima dei pasti.



«Non è il tempo delle diete. Certo da Antonio Carlucci, presidente dell'associazione dietologi (Adi) sempre un paradosso: «Non ha senso sacrificarsi, meglio lasciarsi andare con intelligenza e con una saggia gestione della giornata». Una strategia efficace per limitare le esagerazioni del cenone e delle feste che verranno consiste nel mangiare prima dei pasti.

4 Il medico dello Sport «No all'astinenza per dimagrire»

«Dignità prolungata? No. Abbiamo bisogno di essere riforniti giornalmente di energia e nutrienti e soprattutto di liquidi, acqua in particolare». Bocca di bronzo Michelangelo Giampietro, docente Scuola dello Sport del Cnr, medico di medicina dello Sport. «Se riduciamo l'apporto di energia, specialiste di carboidrati, richiamano di nutrienti in una situazione di stress che si manifesta con disturbi tipici come fame e inappetenza.



«Questo meccanismo avviene attraverso una via meno efficiente che porta alla produzione di sostanze dannose». E allora come perdere i chili in più? «Non arrivare affamati ai pasti. Moderare le porzioni, impossessarsi di non fare finta di. Diffidare delle diete che fanno dimagrire velocemente».

5 Il pediatra «A tavola i bimbi vanno educati»

F I bambini? «Per disturbi dal cibo intesi come l'obesità o l'anoressia, raccomandiamo al genitore Mauro Cinquetti, direttore della pediatria alla Ua di Ivrea e segretario regionale della Società di gastroenterologia e nutrizione pediatrica (Sigepp). «Al ristorante veda i genitori



avvertiti che trascorrono il tempo a tavola giocando con cellulari e tablet. Invernalano senza sapere cosa. Mangiano in modo frenetico e vino prima e cena come riempimento e non come occasione allegria. Ecco allora che di fronte all'attitudine multimediale il senso di appetito, sazietà, gusto spariscono. «L'introduzione passiva è deleteria. Nipoti e figli devono essere intrattenuti dagli adulti». Inoltre sull'aspetto educativo Cinquetti. «Il corpo non è fatto per ricevere alimenti in modo costante. In questo caso produce sostanze non favorevoli alla crescita».

la Repubblica

Diete in Tv, gli esperti: "Possono essere pericolose". Sotto accusa il metodo Lemme



... medici si è unita anche quella dell'**Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica (Adi)**, che ha appena ribadito l'importanza di non sottovalutare i rischi che si celano dietro...
di SANDRO IANNACCONE

Repubblica.it | 09 febbraio 2017 | sez. Salute

I 12 consigli per prendere nel verso giusto una dieta
..."Camminare è salute" è il motto della sedicesima edizione dell'Obesity Day, la campagna promossa dall'**Associazione italiana di Dietetica e Nutrizione clinica...**

di IRMA D'ARIA

Repubblica.it | 06 ottobre 2016 | sez. Alimentazione

Obesity day, la giornata per sconfiggere l'obesità. Visite e consulenze gratuite in tutta Italia



... **Dietetica e Nutrizione clinica** che promuove la giornata dell'Obesity day. Puntare a un cambio di prospettiva e, ancor prima, ad essere consapevoli del problema. Anche perché solo in Italia sono 6...

di PAOLA CORONA

Repubblica.it | 10 ottobre 2016 | sez. Alimentazione

Obesità, l'appello delle società scientifiche: "Una malattia da inserire nei Lea"



... chirurgia dell'obesità, l'**Associazione italiana dietetica e nutrizione clinica e l'Associazione Amici obesi onlus**. Gli esperti hanno realizzato il primo position paper...
di

Repubblica.it | 10 novembre 2016 | sez. Salute

Obesity Day, la battaglia contro la sedentarietà e per un'alimentazione sana



...L'**OBESITY DAY**, la giornata di sensibilizzazione per la prevenzione dell'eccedenza ponderale, nata da una felice intuizione dell'Adi, l'**associazione italiana di dietetica e...**

di ANDREA GHISELLI*

Repubblica.it | 06 ottobre 2016 | sez. Alimentazione

LA STAMPA

Dieta Lemme, ecco perché gli esperti la sconsigliano

Il parere di Antonio Carretto presidente dell'Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica: «Consumo eccessivo di carne e alimenti non ben distribuiti nella giornata» 13/02/2017

Latti vegetali: perché sempre più persone li preferiscono a quello di mucca

Bevande a base di riso, avena, orzo, soia, mandorle e cocco. Molte famiglie le scelgono in alternativa al cosiddetto «vaccino». Ma qualcuno sbaglia a rinunciare alla «normalità» 14/12/2016

Forma fisica per le Olimpiadi. Ecco come si alimentano gli atleti

I nostri 297 atleti seguiranno una dieta bilanciata a seconda della disciplina nella quale si devono cimentare. Carboidrati, proteine e idratazione. I segreti di benessere ed energia 05/08/2016

I 7 tipi di sale che possono migliorare la tua salute

L'ipertensione arteriosa è una patologia estremamente diffusa e in continua crescita nel mondo occidentale. Il consumo corretto di questo alimento può contribuire a contrastarla 05/07/2016

Celiachia e sensibilità al glutine: ecco le differenze

In Umbria quinta edizione del festival dedicato agli alimenti gluten-free. I consigli degli esperti: «Non eliminarlo dalla vostra alimentazione se non siete intolleranti» 17/05/2016

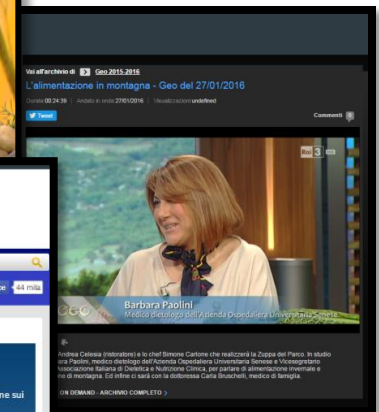
Anoressia, quel male del corpo e dello spirito dal quale si può uscire

La malattia raccontata in un libro. I consigli dello specialista: «L'ambiente familiare è alla base di questo disturbo. Chi ne è colpito è come se bloccasse la propria crescita» 22/03/2016

In Italia 100 mila obesi in più ogni anno

La fotografia dell'Italian Barometer Diabetes Observatory (IBDO) Foundation 26/01/2016

PRESENZA DI ADI SUI PRINCIPALI MEDIA ITALIANI





SOLO TEST SCIENTIFICI PER LE INTOLLERANZE ALIMENTARI

No al pomodoro, al grano, al latte: gli "intolleranti immaginari", che seguono una dieta di esclusione, senza un reale disturbo da cibo, in Italia sono circa otto milioni e si sottopongono spesso a test come quello del capello o alla biorisonanza. Positivi nove volte su dieci. «I test di intolleranza o allergia alimentare pubblicizzati da fonti non scientifiche per risolvere sovrappeso e obesità sono privi di validità e portano a restrizioni inutili e rischiose» dice Antonio Caretto dell'Associazione di dietetica e nutrizione (adiitalia.net). «Nei bambini le diete fai-da-te per false intolleranze possono indurre problemi di crescita». E.M.

184 IO DONNA | 12 NOVEMBRE 2016



10 OTTOBRE 2016 15:03

Obesity Day, quasi un italiano su due deve perdere peso

Questa giornata, organizzata dall'Associazione italiana Dietetica e Nutrizione clinica,
zzare e informare



Contro l'obesità 'Camminare è salute': il
messaggio dell'Obesity Day 2016