

Questo sito web utilizza i cookie per migliorare la vostra esperienza. Se prosegui la navigazione accetti il loro uso. [Accetto](#)

UNICO & BELLO

MAGAZINE

LA VOCE DI BOLZANO.IT

QUOTIDIANO
ONLINE
INDIPENDENTE

- HOME
- POLITICA
- ITALIA-ESTERO
- SOCIETÀ
- BOLZANO
- ALTO ADIGE
- RUBRICHE
- ARTE E CULTURA
- SPORT
- BLOG

ALTO ADIGE

Ripensare gli spazi di vita: il 26 novembre incontro online con Claudio e Lucio Lucchin sul canale YouTube di Upad



Publicato 35 secondi fa · 25 Novembre 2020
By **Redazione**



NEWSLETTER



iscriviti alla nostra newsletter e ricevi notizie in tempo reale

CERCA IN QUESTO SITO

SEARCH



Mi piace 5 Cond

Giovedì 26 novembre, alle ore 19, sul canale YouTube di UPAD verrà trasmessa in diretta streaming la conferenza/dialogo "Ripensare gli spazi di vita" organizzata da Upad con ospiti l'architetto Claudio Lucchin ed il prof. Lucio Lucchin, Presidente della Federazione Culturale "Gaetano Gambara" Upad e Direttore del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell'Ospedale di Bolzano.

Ripensare gli spazi di vita: il 26 novembre incontro online con Claudio e Lucio Lucchin sul canale YouTube di Upad

Giovedì 26 novembre, alle ore 19, sul canale YouTube di UPAD verrà trasmessa in diretta streaming la conferenza/dialogo 'Ripensare gli spazi di vita' organizzata da Upad con ospiti l' architetto Claudio Lucchin ed il prof. Lucio Lucchin, Presidente della Federazione Culturale 'Gaetano Gambara' Upad e Direttore del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell' Ospedale di Bolzano. []

Giovedì 26 novembre, alle ore 19, sul canale YouTube di UPAD verrà trasmessa in diretta streaming la conferenza/dialogo 'Ripensare gli spazi di vita' organizzata da Upad con ospiti l' architetto Claudio Lucchin ed il prof. Lucio Lucchin, Presidente della Federazione Culturale 'Gaetano Gambara' Upad e Direttore del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica dell' Ospedale di Bolzano. Si tratta del terzo di una serie di incontri online organizzati da Upad con il titolo ' L' altra faccia della medaglia '. La pandemia di quest' anno ci ha indotti a riflettere sul modo che abbiamo di vivere gli spazi. Abituati ad anni di utilizzo 'intensivo' di tutti gli ambienti, nel corso del 2020 li abbiamo visti svuotarsi, dal negozietto di quartiere alle piazze pubbliche, dalla propria casa ai parchi. E nel momento in cui si è potuto nuovamente utilizzarli sono stati posti dei limiti necessari. Come dovremo quindi ripensare in futuro, dal punto di vista urbanistico, culturale e sanitario, gli spazi che viviamo? Pubblicità Pubblicità Claudio e Lucio Lucchin affronteranno queste tematiche sul canale www.upad.it/youtube grazie alla moderazione di Marco Sivieri. Pubblicità Pubblicità.



MENU

SPECIALI

ABBONAMENTI

LEGGI IL GIORNALE

ACCEDI



il Resto del Carlino FORLÌ

CRONACA

SPORT

COSA FARE

EDIZIONI

BOLLETTINO COVID

ORDINANZA

VACCINO

MARCHE

ZONE



HOME | FORLÌ | CRONACA

Pubblicato il 21 novembre 2020

Ingrassare in quarantena: "Confinati in casa? In media 4 chili in più"



La specialista in Endocrinologia: "Questionario su 50 persone, aumento di peso maggiore in chi usciva meno. Troppi carboidrati"

di FABIO GAVELLI

[Articolo / Covid Emilia Romagna: i dati del 20 novembre](#)

[Articolo / Nuova ordinanza Emilia Romagna: quali novità dal 21 novembre](#)

Condividi

Tweet

Invia tramite email



Valeria Zaccheroni, responsabile del Centro obesità e nutrizione clinica Ospedali Privati

Forlì, 21 novembre 2020 - "Da una ricerca che abbiamo condotto anche a Forlì emerge che le persone durante il lockdown della scorsa primavera hanno dichiarato un aumento di peso in **media di 4 chili, con picchi anche fino a 10**". A **Valeria Zaccheroni** – **specialista in Endocrinologia**, responsabile del Centro obesità e nutrizione clinica di Ospedali Privati Forlì – chiediamo quali problemi può comportare lo stare molto tempo a casa, sul versante dell'alimentazione.

[Nuova ordinanza Emilia Romagna: quali novità dal 21 novembre. Scadenza anticipata - Zone: l'Emilia Romagna sempre arancione e il Veneto resta giallo](#)

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE



Stupro di gruppo in villa, indagini chiuse Grillo jr rischia il processo per violenza...



Vaccino Covid pronto, le siringhe no: corsa in salita per comprare gli aghi



"La piazza a Sfera Ebbasta? Sfregio ai morti"

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE

Ingrassare in quarantena: "Confinati in casa? In media 4 chili in più"

La specialista in Endocrinologia: "Questionario su 50 persone, aumento di peso maggiore in chi usciva meno. Troppi carboidrati"

Forlì, 21 novembre 2020 - " Da una ricerca che abbiamo condotto anche a Forlì emerge che le persone durante il lockdown della scorsa primavera hanno dichiarato un aumento di peso in media di 4 chili, con picchi anche fino a 10". A Valeria Zaccheroni - specialista in Endocrinologia, responsabile del Centro obesità e nutrizione clinica di Ospedali Privati Forlì - chiediamo quali problemi può comportare lo stare molto tempo a casa, sul versante dell' alimentazione. Nuova ordinanza Emilia Romagna: quali novità dal 21 novembre. Scadenza anticipata - Zone: l' Emilia Romagna sempre arancione e il Veneto resta giallo Dottoressa, in che occasione sono stati raccolti questi dati? "Al posto dell' Obesity Day, il 10 ottobre, è stata condotta un' indagine nazionale a cura dell' Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. Vi abbiamo preso parte anche noi, tramite un questionario cui hanno risposto cinquanta persone". Oltre al fatto di ingrassare, quali altri problemi sono venuti fuori? "Comportamenti sbagliati come lo spiluccamento durante la giornata oppure il ricorso al cibo durante la notte, denunciato dal 15% degli intervistati". Qual è la relazione di tali disturbi con il confinamento? "Molto stretta. L' aumento di peso è stato più elevato nelle persone che sono uscite di casa meno". Altri effetti negativi? "Come messo in luce da tante altre ricerche, i disagi psicologici. Inoltre quasi il 60% lamenta disturbi del sonno". Qualche aspetto positivo? "In generale, le persone dicono di aver preso più consapevolezza dei problemi legati all' obesità. Inoltre è incoraggiante il fatto di cucinare a casa alimenti che di solito vengono presi fuori. Il maggiore tempo a disposizione può consentire di preparare piatti più genuini". In cosa si sono date da fare le persone ai fornelli? "Quasi la metà ha detto di aver cucinato più dolci del solito, il 30% soprattutto pane e pasta. E questo va meno bene". Cosa consiglia per queste settimane in cui siamo di nuovi costretti a trascorrere molto tempo fra le mura domestiche? "Il primo suggerimento è uscire comunque a fare qualche passeggiata, cosa più utile di altri comportamenti. Poi, cucinare in modo equilibrato, facendo meno ricorso ai carboidrati e più alle proteine". Al termine del lockdown di primavera, è cresciuto l' afflusso al vostro centro, situato a Villa Igea? "Il numero è stato simile a

quello degli altri anni, un risultato davvero importante se consideriamo che da mesi moltissimi malati non vanno nemmeno in ospedale per paure di contrarre il virus. In sostanza, è venuta molta più gente di quanta ci aspettassimo". Quante persone segue il vostro Centro Obesità? "In media abbiamo un' attività da 7 mila prestazioni, con un migliaio di nuovi pazienti che si presentano ogni anno".



SABATO — 21 NOVEMBRE 2020 — IL RESTO DEL CARLINO

7..

Allerta Covid-19

Forlì

«Confinati in casa? In media 4 chili in più»

La specialista in Endocrinologia: «Questionario su 50 persone, aumento di peso maggiore in chi usciva meno. Troppi carboidrati»

di Fabio Gavelli

«Da una ricerca che abbiamo condotto anche a Forlì emerge che le persone durante il lockdown della scorsa primavera hanno dichiarato un aumento di peso in media di 4 chili, con picchi anche fino a 10». A Valeria Zaccheroni - specialista in Endocrinologia, responsabile del Centro obesità e nutrizione clinica di Ospedali Privati Forlì - chiediamo quali problemi può comportare lo stare molto tempo a casa, sul versante dell'alimentazione.

Dottressa, in che occasione sono stati raccolti questi dati?

«Al posto dell'Obesity Day, il 10 ottobre, è stata condotta un'indagine nazionale a cura dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. Vi abbiamo preso parte anche noi, tramite un questionario cui hanno risposto cinquanta persone».

Oltre al fatto di ingrassare, quali altri problemi sono venuti fuori?

«Comportamenti sbagliati come lo spiluocamento durante la giornata oppure il ricorso al cibo durante la notte, denunciato dal 15% degli intervistati».

COMPORAMENTI SBAGLIATI

«Il 60% lamenta disturbi del sonno e il 15% ricorre al cibo durante la notte»



Valeria Zaccheroni, responsabile del Centro obesità e nutrizione clinica di Ospedali Privati Forlì

Qual è la relazione di tali disturbi con il confinamento?

«Molto stretta. L'aumento di peso è stato più elevato nelle persone che sono uscite di casa meno».

Altri effetti negativi?

«Come messo in luce da tante altre ricerche, i disagi psicologici. Inoltre quasi il 60% lamenta disturbi del sonno».

Qualche aspetto positivo?

«In generale, le persone dicono di aver preso più consapevolezza dei problemi legati all'obesità. Inoltre è incoraggiante il fatto di cucinare a casa alimenti che di solito vengono presi fuori. Il maggiore tempo a disposi-

zione può consentire di preparare piatti più genuini».

In cosa si sono date da fare le persone ai fornelli?

«Quasi la metà ha detto di aver cucinato più dolci del solito, il 30% soprattutto pane e pasta. E questo va meno bene».

Cosa consiglia per queste settimane in cui siamo di nuovi costretti a trascorrere molto tempo fra le mura domestiche?

«Il primo suggerimento è uscire comunque a fare qualche passeggiata, cosa più utile di altri

CONSIGLI UTILI

«Qualche passeggiata e cucinare in modo equilibrato e genuino: preferire le proteine»



comportamenti. Poi, cucinare in modo equilibrato, facendo meno ricorso ai carboidrati e più alle proteine».

Al termine del lockdown di primavera, è cresciuto l'afflusso al vostro centro, situato a Villa Igea?

«Il numero è stato simile a quello degli altri anni, un risultato davvero importante se consideriamo che da mesi moltissimi malati non vanno nemmeno in ospedale per paure di contrarre il virus. In sostanza, è venuta molta più gente di quanta ci aspettassimo».

Quante persone segue il vostro Centro Obesità?

«In media abbiamo un'attività da 7 mila prestazioni, con un migliaio di nuovi pazienti che si presentano ogni anno».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LA DIRETTA FACEBOOK

Di Maio e Vicini oggi dialogano con Masperi

Torna anche questo sabato l'appuntamento in diretta Facebook per fare il punto sulla situazione sanitaria e non solo.

A partire dalle 14.30 il deputato Marco Di Maio assieme al prof Claudio Vicini (direttore di dipartimento dell'Ausl Romagna e otorino di fama internazionale) dialogheranno con i partecipanti alla diretta rispondendo in tempo reale alle domande. Oggi l'ospite della "trasmissione" sarà il dottor Paolo Masperi, direttore di presidio ospedaliero e dirigente di Ausl Romagna. Come sempre sarà dato ampio spazio a domande e risposte in tempo reale.



Tosoni Giuseppe
Agente d'assicurazioni

Per Garantire la sicurezza all'utenza dovuto a questo periodo l'Agenzia ha ampliato gli orari di apertura alla pausa pranzo:

Dal Lunedì al Giovedì 8:30 - 18:00

Venerdì 8:30 - 16:30

Sempre più presenti, sempre più vicini

V.le Vittorio Veneto 7/B Tel. 0543/25411 - Fax 0543/370920 Email: assicurazioni@tosonigiuseppe.it

IL FUTURO È ASSICURATO



«Confinati in casa? In media 4 chili in più»

La specialista in Endocrinologia: «Questionario su 50 persone, aumento di peso maggiore in chi usciva meno. Troppi carboidrati»

di Fabio Gavelli «Da una ricerca che abbiamo condotto anche a Forlì emerge che le persone durante il lockdown della scorsa primavera hanno dichiarato un aumento di peso in media di 4 chili, con picchi anche fino a 10». A Valeria Zaccheroni - specialista in Endocrinologia, responsabile del Centro obesità e nutrizione clinica di Ospedali Privati Forlì - chiediamo quali problemi può comportare lo stare molto tempo a casa, sul versante dell'alimentazione. Dottoressa, in che occasione sono stati raccolti questi dati? «Al posto dell'Obesity Day, il 10 ottobre, è stata condotta un'indagine nazionale a cura dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. Vi abbiamo preso parte anche noi, tramite un questionario cui hanno risposto cinquanta persone». Oltre al fatto di ingrassare, quali altri problemi sono venuti fuori? «Comportamenti sbagliati come lo spiluccamento durante la giornata oppure il ricorso al cibo durante la notte, denunciato dal 15% degli intervistati». Qual è la relazione di tali disturbi con il confinamento? «Molto stretta. L'aumento di peso è stato più elevato nelle persone che sono uscite di casa meno». Altri effetti negativi? «Come messo in luce da tante altre ricerche, i disagi psicologici. Inoltre quasi il 60% lamenta disturbi del sonno». Qualche aspetto positivo? «In generale, le persone dicono di aver preso più consapevolezza dei problemi legati all'obesità. Inoltre è incoraggiante il fatto di cucinare a casa alimenti che di solito vengono presi fuori. Il maggiore tempo a disposizione può consentire di preparare piatti più genuini». In cosa si sono date da fare le persone ai fornelli? «Quasi la metà ha detto di aver cucinato più dolci del solito, il 30% soprattutto pane e pasta. E questo va meno bene». Cosa consiglia per queste settimane in cui siamo di nuovi costretti a trascorrere molto tempo fra le mura domestiche? «Il primo suggerimento è uscire comunque a fare qualche passeggiata, cosa più utile di altri comportamenti. Poi, cucinare in modo equilibrato, facendo meno ricorso ai carboidrati e più alle proteine». Al termine del lockdown di primavera, è cresciuto l'afflusso al vostro centro, situato a Villa Igea? «Il numero è stato simile a quello degli altri anni, un risultato davvero importante se consideriamo che da mesi moltissimi malati non vanno nemmeno in ospedale per paure di contrarre il virus. In sostanza, è venuta molta più gente di quanta ci aspettassimo».

Quante persone segue il vostro Centro Obesità? «In media abbiamo un'attività da 7 mila prestazioni, con un migliaio di nuovi pazienti che si presentano ogni anno». © RIPRODUZIONE RISERVATA.

MENU | GIORNALE DI SICILIA | 16 | f | t | i | r | OGGI IN EDICOLA | CERCA SU GDS

SALUTE E BENESSERE

Covid: Comberiat, i pazienti cronici non si stanno curando

Covid: Federfarma, senza la prevenzione danni tra 3/5

Covid: 36.176 nuovi casi, 653 le vittime

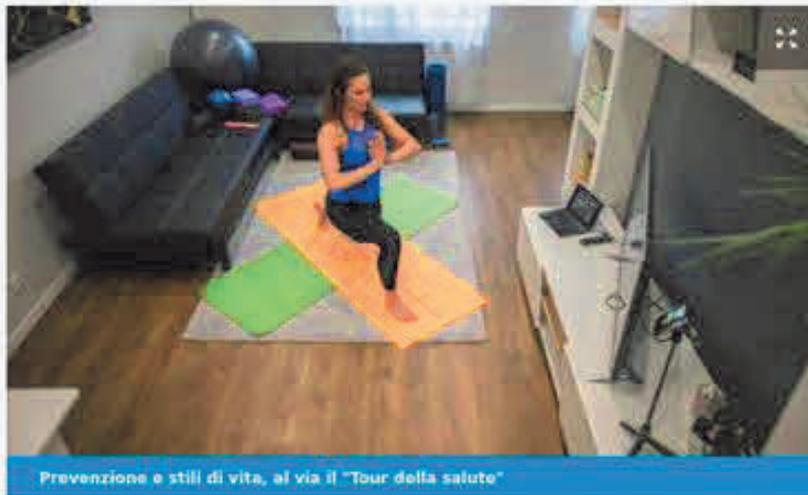
0 COMMENTI | f | t | r | STAMPA | DIMENSIONE TESTO

SALUTE E BENESSERE

HOME > SALUTE E BENESSERE > PREVENZIONE E STILI DI VITA, AL VIA IL "TOUR DELLA SALUTE"

Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute"

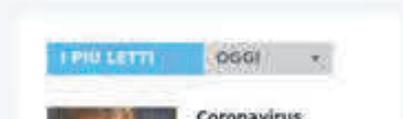
20 Novembre 2020



Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute"

© ANSA

Fare prevenzione e puntare a corretti stili di vita. Questi sono i due obiettivi principali che, anche quest'anno, seppur con una formula rinnovata a causa delle misure di contenimento dei contagi per Covid-19, fanno ripartire il "Tour della salute". Dal 26 novembre non sarà nelle piazze italiane ma in digitale, con il risultato che ogni casa diventerà, di fatto, una delle tappe del tour. Tutto ciò sarà possibile grazie alle "Pillole di salute", regole pratiche lanciate sul web e sui social. L'iniziativa nasce grazie all'associazione "Il Tour della salute" e a Federfarma, con il sostegno incondizionato di Teva. Ad aderire all'iniziativa, la Società Italiana di Diabetologia (Sid), la Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare (Siprec), l'Associazione Dermatologi venereologi Ospedalieri Italiani e della Sanità Pubblica (Adoi) e l'Associazione Italiana di Dietetica e nutrizione clinica (Adi). "Grazie al digitale arriveremo quest'anno anche nei paesi più piccoli d'Italia - spiega Giuliano Lombardi,



Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute"

Fare prevenzione e puntare a corretti stili di vita. Questi sono i due obiettivi principali che, anche quest'anno, seppur con una formula rinnovata a causa delle misure di contenimento dei contagi per Covid-19, fanno ripartire il "Tour della salute". Dal 26 novembre non sarà nelle piazze italiane ma in digitale, con il risultato che ogni casa diventerà, di fatto, una delle tappe del tour. Tutto ciò sarà possibile grazie alle "Pillole di salute", regole pratiche lanciate sul web e sui social. L'iniziativa nasce grazie all'associazione "Il Tour della salute" e a Federfarma, con il sostegno incondizionato di Teva. Ad aderire all'iniziativa, la Società Italiana di Diabetologia (Sid), la Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare (Siprec), l'Associazione Dermatologi venereologi Ospedalieri Italiani e della Sanità Pubblica (Adoi) e l'Associazione Italiana di Dietetica e nutrizione clinica (Adi). "Grazie al digitale arriveremo quest'anno anche nei paesi più piccoli d'Italia - spiega Giuliano Lombardi, pediatra gastroenterologo, docente di Gastroenterologia Pediatrica alla Scuola di specializzazione in Pediatria dell'Università Gabriele D'Annunzio di Chieti-Pescara, componente del comitato scientifico dell'associazione - Nel 2019 avevamo visitato 14 piazze italiane, partendo proprio da Pescara, ed è stato un grande successo non solo per gli screening ma anche per le attività di comunicazione rivolte ai pazienti. Inoltre, quella con Federfarma, è una partnership importante perché il farmacista ha un ruolo centrale proprio nella diffusione dei temi legati alla salute: è presente 24 ore su 24 e 365 giorni l'anno". "Federfarma e le farmacie sono abituate a cercare nelle grandi crisi delle nuove opportunità - precisa Marco Cossolo, presidente di Federfarma - È per noi importante portare il tour della salute su una piattaforma web". La centralità della farmacia è, dunque, un nuovo modello anche per le politiche di prevenzione. Per Achille Gallina Toschi, presidente di Federfarma Emilia-Romagna, "l'obiettivo è di potenziare l'assistenza territoriale e portare a compimento la 'farmacia dei servizi', portando lì gli esami di prima istanza e la telemedicina. Ad esempio, aver portato nelle farmacie lo screening del colon-retto in Emilia-Romagna, si è tradotto in un'adesione alla campagna dal 50% quando la gestione era della sanità territoriale, all'80%. La farmacia sotto casa ha fatto sì che se prima le persone che partecipavano allo screening erano 5 su 10, ora sono 8 su 10".

Umberto Comberiat, Business Unit Head di Teva Italia, sottolinea: "Siamo onorati di essere partner di questa iniziativa che riteniamo fondamentale. Lanciare le informazioni corrette è essenziale. Ci sono due azioni che vorremmo fossero diffuse il più possibile: prevenzione e aderenza ai trattamenti". Si parlerà anche di esercizio fisico nelle "pillole" previste nel tour digitale. Tra i partner, infatti, c'è anche Asc Sport, ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni. "Anche lo sport ha i suoi dosaggi: l'esercizio fisico è come un farmaco - spiega Marco Visconti, responsabile della Formazione di Asc Sport Academy - Abbiamo voluto contribuire a queste pillole della salute con una serie di video, per contrastare gli effetti dell'inattività in formula domestica, imparando ad interagire con lo spazio di casa". © Riproduzione riservata.

EDIZIONI: Mediterraneo Europa-Ue NuovaEuropa America Latina Brasil English Podcast Social:     

ANSA.com  Fai la ricerca  Il mondo in immagini  Vai alla Borsa  Vai al Meteo  Corporate Prodotti

 Cronaca  Politica  Economia  Regioni+  Mondo  Cultura  Tecnologia  Sport  FOTO  VIDEO Tutte le sezioni+

ANSA.it > Salute e Benessere > Teva Italia > **Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute"**

ANSACOM

In collaborazione con:

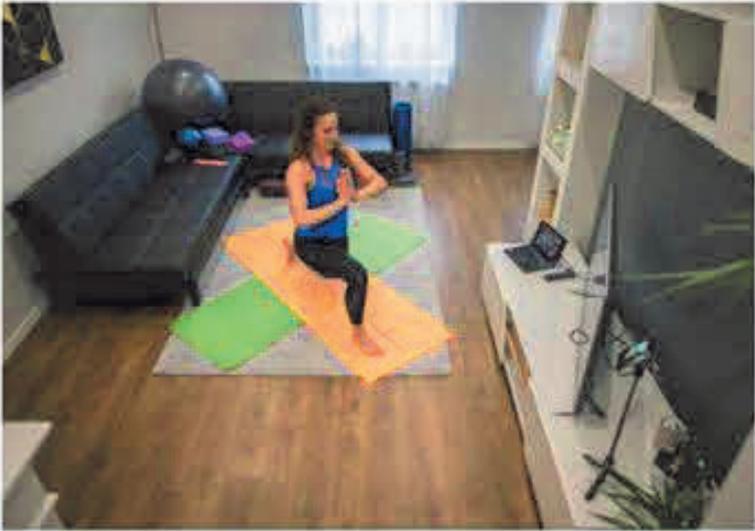
TEVA ITALIA

ANSA.com

Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute"

Edizione 2020 in modalità virtuale con pillole educative

ROMA 20 novembre 2020 11:55 ANSACOM



Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute" © ANSA/ANSA

 Condividi sulla redazione  Stampa

Fare prevenzione e puntare a corretti stili di vita. Questi sono i due obiettivi principali che, anche quest'anno, seppur con una formula rinnovata a causa delle misure di contenimento dei contagi per Covid-19, fanno ripartire il "Tour della salute". Dal 26 novembre non sarà nelle piazze italiane ma in digitale, con il risultato che ogni casa diventerà, di fatto, una delle tappe del tour. Tutto ciò sarà possibile grazie alle "Pillole di salute", regole pratiche lanciate sul web e sui social. L'iniziativa nasce grazie all'associazione "Il Tour della salute" e a Federfarma, con il sostegno incondizionato di Teva. Ad aderire all'iniziativa, la Società Italiana di Diabetologia (Sid), la Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare (Siprec), l'Associazione Dermatologi venereologi Ospedalieri Italiani e della Sanità Pubblica (Adoi) e l'Associazione Italiana di Dietetica e nutrizione clinica (Adi). "Grazie al digitale arriveremo quest'anno anche nei paesi più piccoli d'Italia - spiega Giuliano Lombardi, pediatra gastroenterologo, docente di Gastroenterologia Pediatrica alla Scuola di specializzazione in Pediatria dell'Università Gabriele D'Annunzio di Chieti-Pescara, componente del comitato scientifico dell'associazione - Nel 2019 avevamo visitato 14 piazze italiane, partendo proprio da Pescara, ed è stato un grande successo non solo per gli screening ma anche per le attività di comunicazione rivolte ai pazienti. Inoltre, quella con Federfarma, è una partnership importante perché il farmacista ha un ruolo centrale proprio nella diffusione dei temi legati alla salute: è presente 24 ore su 24 e 365 giorni l'anno". "Federfarma e le farmacie sono abituate a cercare nelle grandi crisi delle nuove opportunità - precisa Marco Cossolo, presidente di Federfarma - È per noi importante portare il tour della salute su una piattaforma web". La centralità della farmacia è, dunque, un nuovo modello anche per le politiche di prevenzione. Per Achille Gallina Toschi, presidente di Federfarma Emilia-Romagna, "l'obiettivo è di potenziare l'assistenza territoriale e portare a compimento la 'farmacia dei servizi'".

Prevenzione e stili di vita, al via il "Tour della salute"

Edizione 2020 in modalità virtuale con pillole educative

Fare prevenzione e puntare a corretti stili di vita. Questi sono i due obiettivi principali che, anche quest'anno, seppur con una formula rinnovata a causa delle misure di contenimento dei contagi per Covid-19, fanno ripartire il "Tour della salute". Dal 26 novembre non sarà nelle piazze italiane ma in digitale, con il risultato che ogni casa diventerà, di fatto, una delle tappe del tour. Tutto ciò sarà possibile grazie alle "Pillole di salute", regole pratiche lanciate sul web e sui social. L' iniziativa nasce grazie all' associazione "Il Tour della salute" e a Federfarma, con il sostegno incondizionato di Teva. Ad aderire all' iniziativa, la Società Italiana di Diabetologia (Sid), la Società Italiana per la Prevenzione Cardiovascolare (Siprec), l' Associazione Dermatologi venereologi Ospedalieri Italiani e della Sanità Pubblica (Adoi) e l' Associazione Italiana di Dietetica e nutrizione clinica (Adi). "Grazie al digitale arriveremo quest' anno anche nei paesi più piccoli d' Italia - spiega Giuliano Lombardi, pediatra gastroenterologo, docente di Gastroenterologia Pediatrica alla Scuola di specializzazione in Pediatria dell' Università Gabriele D' Annunzio di Chieti-Pescara, componente del comitato scientifico dell' associazione - Nel 2019 avevamo visitato 14 piazze italiane, partendo proprio da Pescara, ed è stato un grande successo non solo per gli screening ma anche per le attività di comunicazione rivolte ai pazienti. Inoltre, quella con Federfarma, è una partnership importante perché il farmacista ha un ruolo centrale proprio nella diffusione dei temi legati alla salute: è presente 24 ore su 24 e 365 giorni l' anno". "Federfarma e le farmacie sono abituate a cercare nelle grandi crisi delle nuove opportunità - precisa Marco Cossolo, presidente di Federfarma - È per noi importante portare il tour della salute su una piattaforma web". La centralità della farmacia è, dunque, un nuovo modello anche per le politiche di prevenzione. Per Achille Gallina Toschi, presidente di Federfarma Emilia-Romagna, "l' obiettivo è di potenziare l' assistenza territoriale e portare a compimento la 'farmacia dei servizi', portando lì gli esami di prima istanza e la telemedicina. Ad esempio, aver portato nelle farmacie lo screening del colon-retto in Emilia-Romagna, si è tradotto in un' adesione alla campagna dal 50% quando la gestione era della sanità territoriale, all' 80%. La farmacia sotto casa ha fatto sì che se prima le persone che partecipavano

allo screening erano 5 su 10, ora sono 8 su 10". Umberto Comberiat, Business Unit Head di Teva Italia, sottolinea: "Siamo onorati di essere partner di questa iniziativa che riteniamo fondamentale. Lanciare le informazioni corrette è essenziale. Ci sono due azioni che vorremmo fossero diffuse il più possibile: prevenzione e aderenza ai trattamenti". Si parlerà anche di esercizio fisico nelle "pillole" previste nel tour digitale. Tra i partner, infatti, c' è anche Asc Sport, ente di promozione sportiva riconosciuto dal Coni. "Anche lo sport ha i suoi dosaggi: l' esercizio fisico è come un farmaco - spiega Marco Visconti, responsabile della Formazione di Asc Sport Academy - Abbiamo voluto contribuire a queste pillole della salute con una serie di video, per contrastare gli effetti dell' inattività in formula domestica, imparando ad interagire con lo spazio di casa". In collaborazione con: TEVA ITALIA.

Accedi o registrati con il tuo account

ACCEDI



IL SECOLO XIX

L' intolleranza al lievito non esiste

Il gonfiore La lunga lievitazione Altri ingredienti L' INTOLLERANZA al lievito non esiste, eppure ce l' hanno in tanti. Perché in tanti si sentono gonfi dopo aver mangiato cibi come la pizza e beneficiano di prodotti senza lievito. Cosa significa? "Si attribuiscono al lievito colpe che non ha» commenta, presidente della consulta dell' Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. «È un facile capro espiatorio perché si trova in molti alimenti che mangiamo di frequente, come pane, pizza, torte, biscotti. Ma in realtà le motivazioni legate a un gonfiore addominale possono essere molteplici e molto, molto più complesse". Che la sensazione di gonfiore o malessere provata dopo aver consumato un prodotto lievitato non possa essere addebitata al lievito lo dimostra prima di tutto il fatto "che il lievito non sopravvive alla cottura perché muore oltre i 70 gradi e non può, quindi, fermentare nell' intestino - spiega, medico specialista in Scienza di alimentazione e professore a contratto all' Università di Milano-Bicocca. - Problemi gastrointestinali possono esserci solo se la procedura di lievitazione viene fatta troppo rapidamente oppure se durante la cottura vengono lasciate parti crude, ad esempio nel cornicione". È stato tra l' altro dimostrato, continua Sculati, "che un impasto a lunga lievitazione migliora la risposta glicemica e riduce la quantità di piccole molecole di carboidrati (oligosaccaridi) che possono essere fermentate dal nostro microbiota, limitando il relativo gonfiore e il conseguente fastidio". Se il problema non è la lievitazione, le cause del malessere vanno ricercate altrove: negli altri ingredienti, nelle abitudini alimentari, nello stile di vita, nello stato di salute generale. "Quando i disturbi insorgono dopo la pizza, il problema potrebbe essere ad esempio la mozzarella e quindi l' intolleranza al lattosio - riprende Barbara Paolini - altrimenti c' è da considerare il colon irritabile, una patologia molto diffusa legata ad alterazioni della flora batterica intestinale, motivazioni su cui possono influire ansia e stress, ma anche un' alimentazione incongrua. Non esagero dicendo che fino al 60-70% dei pazienti che viene da me con gonfiore e dolore intestinale risolve il problema migliorando l' alimentazione". Allergie C' è poi da escludere la presenza di un' allergia. Quella al lievito esiste (più precisamente è allergia all' alfa-amilasi, un enzima a volte aggiunto nei lieviti), ma è molto rara. "C' è una grossa confusione tra il concetto di allergia e quello di intolleranza perché i sintomi, respiratori nel primo caso e gastrointestinali nel secondo, a volte si sovrappongono - ammette la

dottoressa Paolini - Tuttavia la prima coinvolge il sistema immunitario in risposta a un allergene che innesca una serie di reazioni a catena portando alla produzione di anticorpi e la diagnosi si effettua con un esame del sangue standardizzato e scientificamente validato. L' intolleranza, invece, si può individuare solo attraverso l' anamnesi del paziente". Ad alimentare la confusione, i test non validati che vengono svolti in ambiti non strettamente sanitari e da cui l' ADI mette in guardia da anni: "Per molte persone è meglio sentirsi dire che c' è un unico alimento a cui devono rinunciare, piuttosto che rendersi conto che devono modificare lo stile di vita o fare analisi più approfondite".

SALUTE

CUORE DIABETE TUMORI CORONAVIRUS FRONTIERE 2020 ONCOLINE SCRIVI ALLA REDAZIONE

L'intolleranza al lievito non esiste

La sensazione di gonfiore o malessere è legata ad altre cause come, ad esempio,

DI GIULIA MASOERO REGIS

 20 Novembre 2020  2 minuti di lettura

L'INTOLLERANZA al lievito non esiste, eppure ce l'hanno in tanti. Perché in tanti si sentono gonfi dopo aver mangiato cibi come la pizza e beneficiano di prodotti senza lievito. Cosa significa? "Si attribuiscono al lievito colpe che non ha" commenta **Barbara Paolini**, presidente della consulta dell'Associazione Italiana di dietetica e nutrizione clinica. «È un facile capro espiatorio perché si trova in molti alimenti che mangiamo di frequente, come pane, pizza, torte, biscotti. Ma in realtà le motivazioni legate a un gonfiore addominale possono essere molteplici e molto, molto più complesse».

Il gonfiore

Che la sensazione di gonfiore o malessere provata dopo aver consumato un prodotto lievitato non possa essere addebitata al lievito lo dimostra prima di tutto il fatto "che il lievito non sopravvive alla cottura perché muore oltre i 70 gradi e non può, quindi, fermentare nell'intestino - spiega **Michele Sculati**, medico specialista in Scienza di alimentazione e professore a contratto all'Università di Milano-Bicocca. - Problemi gastrointestinali possono esserci solo se la procedura di lievitazione viene fatta troppo rapidamente oppure se durante la cottura vengono lasciate parti crude, ad esempio nel cornicione".

Il
lattosio
è
presente
anche
in
alcuni
farmaci:
come
deve
comportarsi
chi
è
intollerante



La lunga lievitazione

È stato tra l'altro dimostrato, continua Sculati, "che un impasto a lunga lievitazione migliora la risposta glicemica e riduce la quantità di piccole molecole di carboidrati (oligosaccaridi) che possono essere fermentate dal nostro microbiota, limitando il relativo gonfiore e il conseguente fastidio".

Altri ingredienti

Se il problema non è la lievitazione, le cause del malessere vanno ricercate altrove: negli altri ingredienti, nelle abitudini alimentari, nello stile di vita, nello stato di salute generale. "Quando i disturbi insorgono dopo la pizza, il problema potrebbe essere ad esempio la mozzarella e quindi l'intolleranza al lattosio - riprende Barbara Paolini - oltre che la presenza di additivi nel condimento".

LEGGI ANCHE



L'olio del tonno? È arrivato il momento di riciclarlo



La statura? Dipende dall'area geografica in cui siete nati e cresciuti



Crostata o merendina? Mamme italiane troppo generose con le porzioni

DALL'ARCHIVIO



L'intolleranza al lievito non esiste



La curatavola



L'Onisfunzio

consigli.a
La guida più...

L' intolleranza al lievito non esiste

La sensazione di gonfiore o malessere è legata ad altre cause come, ad esempio, le allergie

Il gonfiore La lunga lievitazione Altri ingredienti L' INTOLLERANZA al lievito non esiste, eppure ce l'hanno in tanti. Perché in tanti si sentono gonfi dopo aver mangiato cibi come la pizza e beneficiano di prodotti senza lievito. Cosa significa? "Si attribuiscono al lievito colpe che non ha» commenta, presidente della consulta dell' Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. «È un facile capro espiatorio perché si trova in molti alimenti che mangiamo di frequente, come pane, pizza, torte, biscotti. Ma in realtà le motivazioni legate a un gonfiore addominale possono essere molteplici e molto, molto più complesse". Che la sensazione di gonfiore o malessere provata dopo aver consumato un prodotto lievitato non possa essere addebitata al lievito lo dimostra prima di tutto il fatto "che il lievito non sopravvive alla cottura perché muore oltre i 70 gradi e non può, quindi, fermentare nell' intestino - spiega, medico specialista in Scienza di alimentazione e professore a contratto all' Università di Milano-Bicocca. - Problemi gastrointestinali possono esserci solo se la procedura di lievitazione viene fatta troppo rapidamente oppure se durante la cottura vengono lasciate parti crude, ad esempio nel cornicione". È stato tra l' altro dimostrato, continua Sculati, "che un impasto a lunga lievitazione migliora la risposta glicemica e riduce la quantità di piccole molecole di carboidrati (oligosaccaridi) che possono essere fermentate dal nostro microbiota, limitando il relativo gonfiore e il conseguente fastidio". Se il problema non è la lievitazione, le cause del malessere vanno ricercate altrove: negli altri ingredienti, nelle abitudini alimentari, nello stile di vita, nello stato di salute generale. "Quando i disturbi insorgono dopo la pizza, il problema potrebbe essere ad esempio la mozzarella e quindi l' intolleranza al lattosio - riprende Barbara Paolini - altrimenti c' è da considerare il colon irritabile, una patologia molto diffusa legata ad alterazioni della flora batterica intestinale, motivazioni su cui possono influire ansia e stress, ma anche un' alimentazione incongrua. Non esagero dicendo che fino al 60-70% dei pazienti che viene da me con gonfiore e dolore intestinale risolve il problema migliorando l' alimentazione". Allergie C' è poi da escludere la presenza di un' allergia. Quella al lievito esiste (più precisamente è allergia all' alfa-amilasi, un enzima a volte aggiunto nei lieviti), ma è molto rara. "C' è una grossa confusione tra il concetto

di allergia e quello di intolleranza perché i sintomi, respiratori nel primo caso e gastrointestinali nel secondo, a volte si sovrappongono - ammette la dottoressa Paolini - Tuttavia la prima coinvolge il sistema immunitario in risposta a un allergene che innesca una serie di reazioni a catena portando alla produzione di anticorpi e la diagnosi si effettua con un esame del sangue standardizzato e scientificamente validato. L' intolleranza, invece, si può individuare solo attraverso l' anamnesi del paziente". Ad alimentare la confusione, i test non validati che vengono svolti in ambiti non strettamente sanitari e da cui l' ADI mette in guardia da anni: "Per molte persone è meglio sentirsi dire che c' è un unico alimento a cui devono rinunciare, piuttosto che rendersi conto che devono modificare lo stile di vita o fare analisi più approfondite".

Salute

L'intolleranza al lievito non esiste La sensazione di gonfiore o malessere è legata ad altre cause come, ad esempio, le allergie

di Giulia Mammari - Eagle

10 NOVEMBRE 2020 2 MAGLIFICIOTTI

L'INTOLLERANZA al lievito non esiste, eppure ce l'hanno in tanti. Perché in tanti si sentono gonfi dopo aver mangiato cibi come la pizza e beneficiato di prodotti senza lievito. Cosa significa? «Si attribuiscono al lievito colpe che non ha», commenta Barbara Panfili, presidente della consulta dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica, «è un facile capro espiatorio perché si trova in molti alimenti che mangiamo di frequente, come pane, pizza, torte, biscotti. Ma in realtà le motivazioni legate a un gonfiore addominale possono essere molteplici e molto, molto più complesse».

L'accesso è riservato agli abbonati

La statura? Dipende dall'area geografica in cui siete nati e cresciuti

Cresciuta e succulenta? Mamma italiana: troppo grassa o troppo magra?

1 € AL MESE PER 3 MESI
con 2,99 € il 1° e il 2° mese

Accesso completo al sito, più il quotidiano e gli allegati in versione digitale

3,50 € A SETTIMANA
prezzo bloccato

Questo è una offerta

Sai già abbonarti?

“Il nostro obiettivo è fondamentale per avere un'informazione di qualità. Sostieni il giornalismo di Repubblica”

Roma, la confessione di un resello di scarpe Lidl

Fatturato Gdo, arriva il terzo colpo consecutivo

Supermercato di condominio, a Milano arriva in altri 11 palazzi

Gino Strada commissario, attacco social dall'assessore ligure Benved

L'ultima isola selvaggia è nell'Amazzonia dei mari

Microplastiche, ripulire gli oceani funziona davvero?

L' intolleranza al lievito non esiste

La sensazione di gonfiore o malessere è legata ad altre cause come, ad esempio, le allergie

L' INTOLLERANZA al lievito non esiste, eppure ce l'hanno in tanti. Perché in tanti si sentono gonfi dopo aver mangiato cibi come la pizza e beneficiano di prodotti senza lievito. Cosa significa? "Si attribuiscono al lievito colpe che non ha» commenta Barbara Paolini, presidente della consulta dell' Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica. «È un facile capro espiatorio perché si trova in molti alimenti che mangiamo di frequente, come pane, pizza, torte, biscotti. Ma in realtà le motivazioni legate a un gonfiore addominale possono essere molteplici e molto, molto più complesse". Il gonfiore che la sensazione di gonfiore o malessere provata dopo aver consumato un prodotto lievitato non possa essere addebitata al lievito lo dimostra prima di tutto il fatto "che il lievito non sopravvive alla cottura perché muore oltre i 70 gradi e non può, quindi, fermentare nell' intestino - spiega Michele Sculati, medico specialista in Scienza di alimentazione e professore a contratto all' Università di Milano-Bicocca. - Problemi gastrointestinali possono esserci solo se la procedura di lievitazione viene fatta troppo rapidamente oppure se durante la cottura vengono lasciate parti crude, ad esempio nel cornicione".

angela nanni 07 Settembre 2020 La lunga lievitazione È stato tra l' altro dimostrato, continua Sculati, "che un impasto a lunga lievitazione migliora la risposta glicemica e riduce la quantità di piccole molecole di carboidrati (oligosaccaridi) che possono essere fermentate dal nostro microbiota, limitando il relativo gonfiore e il conseguente fastidio". Altri ingredienti Se il problema non è la lievitazione, le cause del malessere vanno ricercate altrove: negli altri ingredienti, nelle abitudini alimentari, nello stile di vita, nello stato di salute generale. "Quando i disturbi insorgono dopo la pizza, il problema potrebbe essere ad esempio la mozzarella e quindi l' intolleranza al lattosio - riprende Barbara Paolini - altrimenti c' è da considerare il colon irritabile, una patologia molto diffusa legata ad alterazioni della flora batterica intestinale, motivazioni su cui possono influire ansia e stress, ma anche un' alimentazione incongrua. Non esagero dicendo che fino al 60-70% dei pazienti che viene da me con gonfiore e dolore intestinale risolve il problema migliorando l' alimentazione".

di Matteo Grittani 21 Ottobre 2020 Allergie C' è poi da escludere la presenza di un' allergia. Quella al lievito esiste (più

precisamente è allergia all' alfa-amilasi, un enzima a volte aggiunto nei lieviti), ma è molto rara. "C' è una grossa confusione tra il concetto di allergia e quello di intolleranza perché i sintomi, respiratori nel primo caso e gastrointestinali nel secondo, a volte si sovrappongono - ammette la dottoressa Paolini - Tuttavia la prima coinvolge il sistema immunitario in risposta a un allergene che innesca una serie di reazioni a catena portando alla produzione di anticorpi e la diagnosi si effettua con un esame del sangue standardizzato e scientificamente validato. L' intolleranza, invece, si può individuare solo attraverso l' anamnesi del paziente". Ad alimentare la confusione, i test non validati che vengono svolti in ambiti non strettamente sanitari e da cui l' ADI mette in guardia da anni: "Per molte persone è meglio sentirsi dire che c' è un unico alimento a cui devono rinunciare, piuttosto che rendersi conto che devono modificare lo stile di vita o fare analisi più approfondite".