



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

25 ottobre 2011

ARGOMENTI:

- Epidemia obesità per uno su tre troppi chili in più.
- Dal Giro ai cicloamatori, la seconda vita di Di Luca.
- Calciopoli, sentenza l'8 novembre. Oggi in aula a Napoli tocca alle difese di Moggi, Bergamo, Fabiani e Fazi.
- Libia. Il calcio di Saadico: uccidi&vinci. Un rapporto dell'Interpol svela i crimini sportivi del figlio minore di Gheddafi.

Epidemia obesità per uno su tre troppi chili in più

di VALENTINA ARCOVIO

Se è vero che nelle confezioni di alcuni prodotti alimentari si annidano sostanze chimiche potenzialmente pericolose per la salute dei più piccoli, è altrettanto vero che il nemico numero uno dei nostri figli sono i chili di troppo. Le ultime stime indicano che in Italia all'incirca un bambino su tre è obeso o in sovrappeso.

Una vera e propria epidemia che si è diffusa nel nostro paese a macchia di leopardo: si va dal 49% della Campania al 23% della Valle d'Aosta. E' allarmante nel Lazio: 39%. Numeri troppo alti per ignorare il problema. Oltre un milione e centomila bambini tra 6 e 11 anni sono obesi o sovrappeso. I medici dell'ospedale pediatrico Bambin Gesù di Roma, ad esempio, definiscono l'obesità infantile come una condizione che «rappresenta una seria minaccia e se associata ad altre complicanze come il fegato grasso, l'ipertensione, l'iperglicemia o l'abuso di alcol sin da giovanissimi, può significare vedere le proprie aspettative di vita ridotte di 15 anni».

LE CAUSE

Sono molteplici i fattori di rischio che hanno portato circa un milione di bambini italiani a essere in sovrappeso o obeso. Certo, ci sono alcune cause genetiche e ormonali, ma nella stragrande maggioranza dei casi i bambini in sovrappeso mangiano troppo, male e non fanno esercizio fisico. «I genitori - dice il pediatra Italo Farnetani - hanno la responsabilità di abituare i bambini a mangiare bene, anche se questo implica più sacrificio e lavoro». Mangiare infatti alimenti ipercalorici, come i fast food, gli snack confezionati o consumare troppa carne può facilmente provocare un aumento di peso. «Se a questo si unisce anche l'abitudine di lasciare il proprio bambino davanti alla tv o al computer per ore, le probabilità che diventi

obeso aumentano ancora di più», precisa l'esperto.

I DANNI

L'obesità infantile aumenta il rischio di sviluppare diabete e cardiopatie ischemiche in età molto più precoce di quanto si possa pensare. Se è vero, infatti, che più è lungo il tempo in cui si è obesi maggiori sono i danni per l'organismo, allora essere obesi sin da bambini e rimanerli fino all'età adulta si traduce in una drastica riduzione delle attese di vita. «Un bambino obeso ha un'elevata probabilità di avere un fegato grasso e altri problemi cronici e progressivi (infiammazione, steatosi, fibrosi) che compromettono la struttura dell'organo stesso fino alla perdita totale della sua funzione», spiega Valerio Nobili, responsabile Epatopatie metaboliche e autoimmuni dell'ospedale pediatrico Bambin Gesù.

Non è inoltre inusuale che un bambino in sovrappeso sviluppi pressione alta e colesterolo elevato, entrambi fattori che possono contribuire all'accumulo di placche nelle arterie. Non solo. I chili di troppo possono provocare problemi con lo sviluppo e la salute dei polmoni, portando ad asma e ad altri problemi respiratori, e anche a disturbi del sonno. Infine l'obesità infantile può creare squilibri ormonali, causando una pubertà precoce. Accanto a questi problemi fisici, l'obesità porta con sé tutta una serie di complicazioni sociali ed emotive: bassa autostima, problemi comportamentali e di apprendimento e in alcuni casi anche a depressione.

*Possono in
anche iper
e colesterolo
A rischio i*

LE TERAPIE

In genere la perdita di peso è consigliata ai bambini che superano i 7 anni d'età. Ma per aiutarli a eliminare qualche chilo, almeno nei casi più comuni, bastano pochi cambiamenti. «A decidere di mutare rotta, ovviamente devono essere i genitori, sono loro che comprano il cibo», precisa Farnetani. «La crisi economica - dice Giuseppe Fatati, presidente della Fondazione Adi (Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione) e coordinatore del progetto ObesityDay - ha portato i consumatori ad affinare le strategie di acquisto e ad adottare un comportamento più virtuoso. Anche se qualche problema rimane. La necessità di inseguire la migliore offerta porta i consumatori a rivolgersi soprattutto ai supermercati. Alla fine è impossibile resistere e si compra troppo».

«E spesso vengono acquistati cibi ipercalorici. «Il consiglio è quello di affidarsi ai prodotti della tradizione.

Meno merendine e carne, più latticini, pesce, frutta e verdura preparata su misura dei piccini». L'esperto, ad esempio, consiglia alle mamme di far mangiare ai figli un etto di parmigiano al giorno. «E' un formaggio -

dice - che in genere piace molto ai bambini ed è in grado di dare il giusto apporto di calcio. La carne, invece, è consigliabile cucinarla circa tre volte alla settimana, così come il pesce». Non meno importante è mettere delle regole al tempo libero. «Meno tv e computer - conclude Farnetani - più sport e giochi all'aria aperta».

La curiosità

Dal Giro ai cicloamatori la seconda vita di Di Luca

EUGENIO CAPODACQUA

ROMA

Tempi di crisi, tempi duri. Anche per i "killer". Così può capitare che d'improvviso, da primattore e protagonista del ciclismo maggiore puoi ritrovarti in un amen a correre con una formazione di cicloamatori. Accade all'abruzzese Danilo Di Luca, il popolare "killer" di Spoltore, 37 anni il prossimo gennaio, vincitore di grandi classiche come Freccia Vallone, Amstel Gold Race (2005) e Liegi-Bastogne-Liegi (2007), nonché del Giro d'Italia 2007. Dopo una stagione incolore nelle file della russa Katùsha, di ritorno dalla squalifica per doping per la positività (epo-cera) al Giro 2009, faticando a trovare una sistemazione all'altezza del suo passato, progetta di fare il "grande salto" proprio verso una squadra di cicloamatori. Raccolto il contributo di un piccolo sponsor (Redingò: ab-

bigliamento) il killer, dovessero fallire le ultime disperate trattative con l'Acqua & Sapone dell'ex Masciarelli, unirà l'utile al dilettevole. Infatti, la formazione amatoriale, che raccoglie alcuni atleti di punta di Marche, Abruzzo e Lazio, coordinata dall'ex professionista Leandro Fioroni, userà le bici "Kiklos" attualmente importate in Italia proprio da Di Luca, che da qualche tempo a Pescara gestisce un grande negozio specializzato in biciclette. Per tenersi in forma e in qualche modo continuare a pedalare. E, non dovesse trovare sbocchi migliori (Masciarelli dice di voler puntare soprattutto sui giovani), potrebbe partecipare a qualche gran fondo, manifestazioni ormai aperte anche ai professionisti di primissimo livello. «Il ciclismo per me è tutto», aveva ribadito al suo ritorno a 36 anni dalla squalifica doping: pur di pedalare vanno bene anche gli amatori.

© R. PRODUZIONE R. SERIATA

CALCIOPOLI: SENTENZA L'8 NOVEMBRE

Oggi in aula a Napoli tocca alle difese di Moggi, Bergamo, Fabiani e Fazi

Manca veramente poco alla sentenza di calciopoli. Oggi a Napoli sono previste le arringhe conclusive degli avvocati: Paolo Trofino per Luciano Moggi parlerà dell'associazione per delinquere e punterà a smontare le accuse che i pm hanno formulato ai danni dell'ex d.g. bianconero. Dopo di lui toccherà a Silvia Morescanti discutere l'arringa che riguarda tre imputati: l'ex designatore Paolo Bergamo, l'ex dirigente del Messina Angelo Marfano Fabiani e l'ex segretaria della Can Maria Grazia Fazi. La Morescanti, che recentemente ha messo alla luce una bambina, punterà a smontare le accuse rivolte ai suoi

assistiti, ma lavorerà anche sulle intercettazioni telefoniche che non sono state inserite nel fascicolo processuale. In particolare l'avvocato Morescanti sostiene che in quelle telefonate ancora «nascoste» potrebbe esserci la prova dell'estraneità ai fatti soprattutto di Bergamo e Fabiani.

La prossima udienza è stata già fissata dal presidente del collegio giudicante, Teresa Casoria, per l'8 novembre. In quella sede dovrebbe replicare il pm Stefano Capuano, e in seguito dovrebbe toccare ai difensori e alle parti civili la controriplica; subito dopo il collegio entrerà in camera di consiglio per la sentenza.

LIBIA

IL CALCIO DI SAADICO: UCCIDI & VINCI

Un rapporto dell'Interpol svela i crimini sportivi del figlio minore di Gheddafi

LUIGI GUELPA

di FOLLIGNO RISERVA

A Niamey, in una delle ville del presidente del Niger Mahamadou Issoufou, Saadi Gheddafi forse si guarderà allo specchio ottenendo nel riflesso un viso da omicida. La tenacia della memoria delle vittime ha avuto la meglio, rafforzata in questi giorni dalla morte del padre Muammar, del fratello Mu-tassim e dalle nuove prospettive di una nazione che si è liberata del carnefice. Un mare di testimonianze, che riguardano reati in ambito calcistico di Saadi, fanno parte di un voluminoso fascicolo dell'Interpol. Dai documenti emerge un ritratto particolare del giovanotto che in un pomeriggio d'estate '03, accompagnato da 4 guardie del



SAADI GHEDDAFI, 38 ANNI (REUTERS)

corpo, si presentò a Perugia. Stralci del fascicolo sono stati divulgati da Abdullah Banoun, il giudice incaricato di far luce sulle efferatezze del Gheddafi che è anche consulente dell'Interpol. Le accuse vanno dall'appropriazione indebita a intimidazione, minacce armate e omicidio. Saadi sarebbe il mandante dell'esecuzione di Basheer Al Ryani, ex allenatore dell'Al Ahly di Tripoli, una delle squadre (con l'Al Ittihad) di proprietà dei Gheddafi. Ryani avrebbe pagato con la vita alcune critiche mosse a voce alta nei confronti di Saadi in un bar di Tripoli. A inchiodare Saadi c'è la testimonianza di Hussein Rammali, ex calciatore. «Ryani mi parlò di un invito a casa Gheddafi, 4 giorni dopo ritrovarono il cadavere sulla spiaggia nei pressi della sua abitazione».

L'asino in tribuna

La rivale dell'Al Ahly era la formazione omonima di Bengasi, città già ostile ai tempi del regime. Saadi fece di tutto, riuscendo, per spedire l'Al Ahly di Bengasi in B. Corrompendo arbitri, giocatori, demolendo lo stadio nel 2000, facendo arrestare il presidente Binsrati e i tifosi che lo contestavano. Tre vennero condannati a morte perché fecero entrare sugli spalti un asino che indossava la camicia di Gheddafi jr, pena poi commutata in ergastolo. Nel fascicolo si parla anche di un arbitro rinchiuso nel carcere di Abu Salim per aver fischiato un rigore contro l'Al Baydah, club della città della madre di Saadi: si sarebbe suicidato pochi giorni dopo l'arresto. In questa violenza, i telecronisti erano costretti a nominare soltanto Saadi e menzionare gli altri calciatori col numero di maglia.