



Palermo, 17 aprile 2016 – Il

vademecum degli specialisti al Congresso nazionale “Dall’obesità al diabete”: bandire la sedentarietà, che è il principale fattore di rischio dello sviluppo dell’obesità, della sindrome metabolica e del diabete di tipo 2, riprogettando il proprio stile di vita a partire dall’attività motoria, che è la medicina principale se è ben strutturata a misura di paziente. Nel corso dei lavori del Congresso, che si è svolto nell’aula magna dell’Istituto alberghiero (Ipsseo) di Palermo, per divulgarne la conoscenza e le complicità, gli esperti hanno tracciato le linee guida, dalla diagnosi al trattamento.

In Sicilia il 10 per cento della popolazione maschile e il 9 di quella femminile soffrono di diabete, contro una media nazionale del 7,7 per cento; e il 43 per cento non svolge nessuna attività fisica. Non va meglio per il numero di obesi e sovrappeso: le regioni del Sud hanno una prevalenza del 28,7 per cento, contro una media nazionale del 19,3. Non solo, dopo la Campania, in Sicilia c’è il più alto livello di mortalità per malattie cardiovascolari. Un censimento che ha fatto scattare un campanello d’allarme anche tra i medici sportivi.

Nella prevenzione primaria, ha spiegato il presidente dell’associazione medico sportiva Amsd-Fmsi di Palermo, Giuseppe Virzì “la medicina dello sport ha un ruolo importante perché lavora principalmente con i giovani. È necessario accompagnarli verso un nuovo stile di vita, educandoli all’attività motoria prima dell’insorgenza della malattia, mettendo in campo progetti che entrino innanzitutto nelle scuole. Non è un caso che la scelta del luogo di questo momento formativo sia ricaduta in un istituto scolastico”.

“Il binomio, sport e corretta alimentazione declinata alla dieta mediterranea, rappresenta un sorta di salvavita – ha detto Toti Amato, presidente dell’Ordine dei medici di Palermo – I numeri sono sotto gli occhi di tutti e preoccupano non poco gli esperti, che incontrandosi al Congresso hanno potuto offrire un momento formativo prezioso anche per la diffusione di informazioni da estendere non solo ai cittadini, ma anche alle figure professionali che a vario titolo si occupano sul territorio di salute e prevenzione. Non si può prescindere da una corretta educazione sanitaria e responsabilizzazione di tutti i soggetti coinvolti”.

Sono temi molto dibattuti ma ancora poco conosciuti. Pietro Di Fiore, dietologo e medico dello sport, ha chiarito che “sui benefici ottenuti, nella prevenzione di patologie degenerative non trasmissibili, come il diabete, tumori e patologie cardiovascolari e metaboliche, grazie all’attività fisica e una corretta

alimentazione non ci sono ancora numeri precisi ma c'è un'evidenza scientifica”.

*fonte: ufficio stampa*