

**DOMENICA 16 OTTOBRE ORE 11:00
PACIANO PALAZZO BALDESCHI**

**INCONTRO | DIBATTITO
"MANTENERE UN CORRETTO STILE DI VITA
PER VIVERE DA ADULTO UNA VITA...
CON STILE"**



**FONDAZIONE
GIULIO LORETI
ONLUS**

PROGRAMMA:

SALUTO DELLE AUTORITA':

Dott. Riccardo Bardelli | *Sindaco del Comune di Paciano*

Cinzia Marchesini | *Vicesindaco Comune di Paciano*

Prof. Attilio Solinas | *Presidente Commissione Sanità Assemblea Legislativa
Regione Umbria*

INTERVENTI:

Dott.ssa Beatrice Messini | *Pediatra Endocrinologa presso U.O.
Pediatria Ospedale di*

Foligno, Presidente SIMEUP Umbria

Dott.ssa Giada Pantini | *Biologa Nutrizionista Isola Coop. Sociale in
Panicale*

Dott.ssa Silvia Sartini | *Specialista in Scienze Motorie*

Dott.ssa Annamaria Manili | *Psicologa - Psicoterapeuta*

Conduce il **Prof. Valerio Di Carlo**, Presidente della Fondazione Giulio Loreti Onlus,
Professore Emerito dell'Università Vita-Salute S. Raffaele di Milano.

Seguirà un rinfresco offerto dai genitori degli alunni della Scuola Secondaria di Paciano

Con il Patrocinio:



Regione Umbria



Comune di Paciano



proloco
paciano



FONDAZIONE
GIULIO LORETI
ONLUS

"SI MANGIA MALE E CI SI MUOVE POCO"

L'obesità infantile costituisce una realtà preoccupante di difficile gestione clinica che si caratterizza per l'elevata prevalenza e per la comparsa di importanti complicanze.

In Italia il 35 % dei bambini è in sovrappeso o obeso.

In Umbria, sia quella infantile che dell'adulto, l'obesità ha una prevalenza più elevata di quella nazionale, che a sua volta supera in percentuale tutti i paesi membri dell'Europa. Da qui la necessità di attuare rigorose misure preventive che riguardano sia l'alimentazione che il movimento (giochi di una volta, attività sportiva).

Questi due fattori fin dall'infanzia influiscono sulla qualità della vita e, se correttamente attuati, sono in grado di evitare la comparsa di malattie croniche nell'adulto.

Proprio agendo sullo stile di vita dei bambini si può prevenire l'obesità che da adulti spesso è complicata da gravi malattie come il diabete, l'infarto e l'ictus.

Per quanto riguarda l'alimentazione è scientificamente accertato che la cosiddetta "dieta mediterranea" è lo stile nutrizionale più idoneo per prevenire l'obesità.

Essa è stata dall'Unesco inserita nei Patrimoni Culturali dell'Umanità, non solo perché protegge la salute ma anche l'ambiente, l'economia e le tradizioni culturali dei paesi del bacino del Mediterraneo.

Una sana alimentazione da sola non è però in grado di proteggere dall'obesità se non è accompagnata da un adeguato esercizio fisico.

Concludendo, anche nei bambini, se si mangia male e ci si muove poco, la probabilità di diventare obesi è elevata. **Scopo dell'incontro, pertanto, è quello di sensibilizzare genitori, insegnanti ed amministratori locali sull'adozione e la diffusione di corretti stili di vita, evitando così sovrappeso ed obesità in età adulta.**

Fondazione Giulio Loreti Onlus