



## GLI ESPERTI RISPONDONO

Vuoi una consulenza? Scrivi a Rosanna: [rosanna@pisanipiubelli.it](mailto:rosanna@pisanipiubelli.it)  
oppure in redazione a: più Sani più Belli, via Fabio Filzi 27 - 20124 Milano

### “ ADOLESCENTE “ROTONDETTO”

*Mio figlio 18 enne è obeso, ha almeno 15 chili da perdere. È ingrassato con l'adolescenza, anche se è sempre stato "rotondo" fin da piccolo. Vive male il suo sovrappeso, ma al tempo stesso le diete sono sempre fallimentari. Si sente in "castigo" diverso dai suoi amici. Ho pensato alla chirurgia? Può essere indicata in un giovane?*

Maria Grazia, Pescara

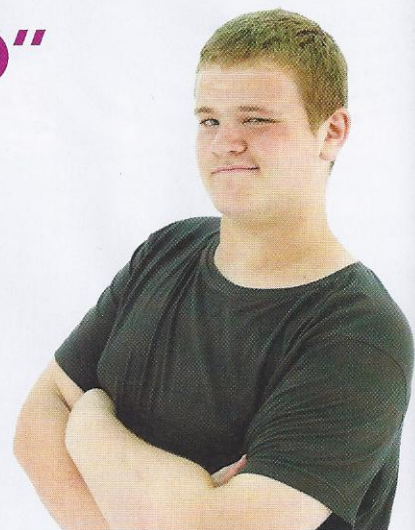


**Risponde il prof Luigi Angrisani, Direttore - UOC Chirurgia Generale, Laparoscopica Ospedale "S. Giovanni Bosco" Napoli, Presidente Federazione Mondiale per la Chirurgia dell'Obesità (IFSO)**

L'adolescenza è un periodo molto delicato della vita, ma è anche un momento di grande trasformazione fisica e psicologica, in cui l'eccesso di peso corporeo può rappresentare un problema significativo. Da medico e genitore mi piace ricordare ai genitori che l'educazione alimentare e un corretto stile di vita vanno praticati sin dai primi anni della vita dei ragazzi, e già a 3-5 anni i bambini vanno stimolati all'attività fisica e sportiva che rappresenta un elemento fondamentale per la salute dell'adolescente. Credo che alla base dell'obesità ci sia non solo una scorretta alimentazione, soprattutto poco movimento. È opportuno chiarire che se suo figlio ha una statura media normale probabilmente stiamo parlando di sovrappeso severo (pre-obesi-

tà) o di obesità di 1° grado. L'indagine più specifica per completare la diagnosi dopo l'esame clinico, rimane la *Bioimpedenziometria*, per ottenere l'analisi della composizione corporea e della massa grassa. Se la massa grassa è uguale o superiore al 30% nell'uomo (40% nella donna) allora siamo in una condizione patologica che richiede un trattamento medico o chirurgico. Vi sono casi in cui la massa grassa è normalmente rappresentata, ma la presenza di una esuberante muscolatura può essere la causa dell'eccesso di peso. In tal caso è ovviamente sconsigliata la chirurgia. **Senza dubbio dopo aver tentato più volte con il trattamento dietetico nutrizionale, senza sortire alcun effetto, viene naturale pensare alla chirurgia, ma anche questa ha senso solo se viene considerata una tappa di un percorso educativo e riabilitativo soprattutto nel senso nutrizionale e motorio.** Tale percorso deve durare almeno 18-20 mesi dopo l'intervento.

L'intervento può essere con effetto temporaneo o definitivo. Il trattamento temporaneo oggi più comunemente impiegato è il palloncino intragastrico. Una sfera siliconata che si gonfia nello stomaco e può rimanere in situ per 3-6 mesi provocando senso di sazietà. Il trattamento definitivo è quello chirurgico con accesso laparoscopico e mini-invasivo (con telecamera e forellini di 1 cm) e consiste essenzialmente nel bendaggio gastrico regolabile o nella gastrectomia verticale. Interventi questi che diminuiscono il volume gastrico e dunque la reale possibilità di eccedere con smodate quantità di cibo.



### DENTI INGIALLITI

*Sono una ex fumatrice e bevitrice di parecchi caffè, che mi hanno scurito molto i denti. Ora che ho eliminato le principali cause delle macchie, vorrei sbiancare tutta la dentatura, per tornare al mio colore originale. So che esistono tecniche diverse di sbiancamento. Vorrei saper qual è la più efficace e sicura?*

Gianna

Una volta eliminate le macchie esterne (che possono formarsi con il fumo e con l'assunzione di alcuni cibi o bevande quali tè, caffè, alcool, liquirizia, carciofi), il tartaro e la placca batterica, irritanti per le gengive con l'igiene professionale, si possono sbiancare i denti con i trattamenti professionali.

3,90  
EURO

Marzo 2014 • Anno IV • Num. 3 (39) - Mensile • Più Sani Più Belli € 1,90 1,50

www.piusanipiubelli.it

# più Sani più Belli

Magazine

di Rosanna Lambertucci



NEL SALOTTO DI ROSANNA...

**FEDERICA PANICUCCI:**  
“CONVIVO CON IL MAL DI TESTA: TI SPIEGO COME COMBATTERLO”

VEGETARIANI A TAVOLA

**MA LA CARNE FA MALE DAVVERO?**  
Molti scelgono di mangiare solo alimenti vegetali. I motivi non mancano

FITNESS PER OGNI ETÀ

**VAI A BALLARE**  
Divertiti, non senti la fatica, fai tantissima ginnastica

**COSCE E GLUTEI**

**SCACCO MATTO ALLA CELLULITE**

I nuovi trattamenti fai da te, i prodotti da provare e le ultime tecniche di liposcultura

**VEDERCI BENE**

**LENTI LOW COST**  
Occhiali da banco, belli ed economici: valutiamo i pro e i contro

**SPECIALE BELLEZZA**

**PRENDITI CURA DI TE**  
**LABBRA “AL BACIO” E UNGHIE GLAMOUR!**

In poche mosse puoi avere bocca e mani perfette

**IL NOSTRO ESCLUSIVO “METODO MOLECOLARE” STOP ALL'EFFETTO YO-YO**

# DIMAGRISCI ADESSO E NON INGRASSI MAI PIÙ!

**NIENTE PIÙ CONTEGGI DI CALORIE. OGGI LE NUOVE RICERCHE SCIENTIFICHE DIMOSTRANO CHE PER PERDERE PESO DEFINITIVAMENTE SERVE ALTRO. LEGGETE COSA DICE IL PROFESSOR ROSSI**

ALLA RICERCA DELLA SERENITÀ

**E IN PIÙ....**

**PESSIMISMO ADDIO!**  
CHE BELLO VEDERE IL BICCHIERE SEMPRE MEZZO PIENO”. **FAI IL TEST** E SCOPRI COME FARE

**RICETTE ANTI AGE** Le mille virtù degli asparagi  
**GENITORI E FIGLI** Le parole da non dire mai...  
**GINECOLOGO** In menopausa ormoni sì o no?

EDIZIONI MASTER

