

Edizioni Oggi Notizie - 08/10/2013

EDIZIONI **OGGI**
NOTIZIE

Obesità: "un'epidemia globale" che colpisce il 10% degli italiani



Roma - Il prossimo giovedì 10 ottobre si terrà la Giornata Mondiale contro l'Obesità e per l'occasione gli esperti si muovono in una campagna di sensibilizzazione per una malattia che sta acquisendo i caratteri di una vera e propria "epidemia globale".

In Italia il 10% delle persone sono obese, cioè circa 6 milioni di italiani: un risultato impressionante, ma comunque uno dei più bassi tra i Paesi industrializzati.

"Nell'obesità c'è una profonda influenza di fattori psicologici - spiega lo psicologo Giovanni Porta -. Le persone obese hanno infatti, in molti casi, sviluppato una vera e propria dipendenza dal cibo. In altre parole, assumono cibo come risposta a moltissime situazioni di stress o anche di dispiacere della loro vita. Il primo passo per rompere questo circolo vizioso è aiutare la persona obesa a entrare in contatto con le proprie emozioni e sensazioni, e aiutarla a riscoprire che la soddisfazione dei suoi bisogni non passa necessariamente attraverso il cibo".