

# PREVIENI IL SOVRAPPESO



**CENTRO MEDICO  
DIAGNOSTICO "ZANARDI"**

Poliambulatorio Specialistico - Laboratorio Analisi  
Dir. Sanitario: Dott. C. Chierici - Spec. Medicina Generale e Igiene

Via F. Zanardi, 6 - 40131 Bologna - P. I. 03267690372

Tel. 051.521454 - Fax 051.555247

E-mail: [zanardi@labstante.com](mailto:zanardi@labstante.com)

[www.labstante.it](http://www.labstante.it)

## ECCESSO PONDERALE

L'Obesità è una malattia cronica determinata da un eccesso di massa grassa distribuita in maniera differente nei vari distretti corporei e nei diversi soggetti.

Un parametro semplice utilizzato per definire il grado d'obesità è l'Indice di Massa Corporea ( o IMC o BMI Body mass index) che si ricava dal rapporto tra il peso espresso in chilogrammi e l'altezza in metri al quadrato.

| Kg/m <sup>2</sup>          | BMI       |
|----------------------------|-----------|
| Sottopeso                  | <18,5     |
| Normopeso                  | 18,5-24,9 |
| Sovrappeso                 | 25-29,9   |
| Obesità moderata (I grado) | 30-34,9   |
| Obesità severa (II grado)  | 35-39,9   |
| Obesità grave (III grado)  | >40       |

**Il sovrappeso si previene con un adeguato stile di vita e abitudini alimentari corrette.**

## LE INTOLLERANZE ALIMENTARI

L'intolleranza alimentare è considerata una reazione avversa agli alimenti, causata da:

- Un difetto digestivo dovuto a carenze enzimatiche, con conseguente accumulo intestinale di macromolecole

- Una risposta immunitaria, con produzione d'immunoglobuline di tipo G (IgG) verso queste macromolecole accumulate.

**Per questo motivo tale fenomeno può essere definito un'allergia alimentare ritardata IgG-mediata.** In condizioni fisiologiche gli alimenti ingeriti vengono assorbiti lungo il tratto gastrointestinale. Diverse ricerche scientifiche hanno dimostrato il collegamento tra disfunzioni della barriera intestinale, l'insorgenza d'intolleranze alimentari e un'anomala risposta immunitaria di questo tratto.

Tali disfunzioni possono essere causate da molteplici fattori:

- ❖ L'utilizzo di farmaci antinfiammatori che causano stress ossidativi, danneggiando le cellule epiteliali intestinali e aumentando di conseguenza la permeabilità delle mucose
- ❖ Agenti patogeni, tossine ed altre sostanze come le spezie che inducono alterazioni della permeabilità di membrana verso ioni e macromolecole
- ❖ Infezioni da Helicobacter Piloni, il batterio responsabile d'ulcera duodenale, che riduce la produzione di muco e altera la flora intestinale.
- ❖ Il contatto tra un particolare allergene e il tratto digestivo (in soggetti allergici) che aumenta la permeabilità verso alcune macromolecole
- ❖ La contaminazione del cibo ad opera d'insetticidi, diserbanti e fitofarmaci usati nella coltivazione di prodotti alimentari

Per valutare oggettivamente le intolleranze è possibile effettuare un test

### LE ANALISI LABORATORISTICHE DI SUPPORTO ALLA DIAGNOSI

#### ECCESSO PONDERALE

GLICEMIA, COLESTEROLO TOTALE, COLESTEROLO HDL, COLESTEROLO LDL, TRIGLICERIDI, URICEMIA, EMOGLOBINA GLICATA, CORTISOLO sierico e urinario, SODIO, POTASSIO, FT3, FT4, TSH.

#### INTOLLERANZE

TEST INTOLLERANZE (90 ALIMENTI)

### QUANDO POSSO FARE LE ANALISI ?

DAL LUNEDI' AL VENERDI'

DALLE 8.00 ALLE 10.30

**A DIGIUNO E SENZA PRENOTARE**

### VORREI SAPERNE DI PIU' .....

PER CHIEDERE **UN APPUNTAMENTO O UN PREVENTIVO** TELEFONARE ALLA RECEPTION DEL CENTRO DA LUNEDI' AL VENERDI' DALLE 10.30 ALLE 12.00 E DALLE 13.00 ALLE 19.00.

**TEL. 051-52 14 54 FAX 051- 555247**

**E-MAIL: [zanardi@labstante.com](mailto:zanardi@labstante.com)**