

Elenco

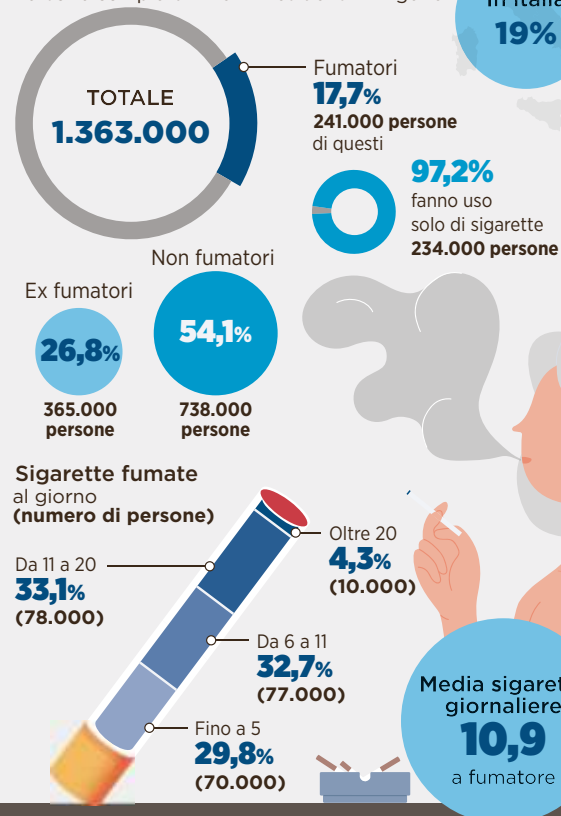
Il Secolo XIX 30 maggio 2022 Dipendenti dal fumo oltre 240 mila liguri.....	1
Il Secolo XIX 30 maggio 2022 Obesità, più a rischio i bambini.....	2
La Nazione 30 maggio 2022 Liguria, positivi sotto quota novemila.....	3

Comportamenti a rischio

per le malattie croniche
diffusione in Liguria

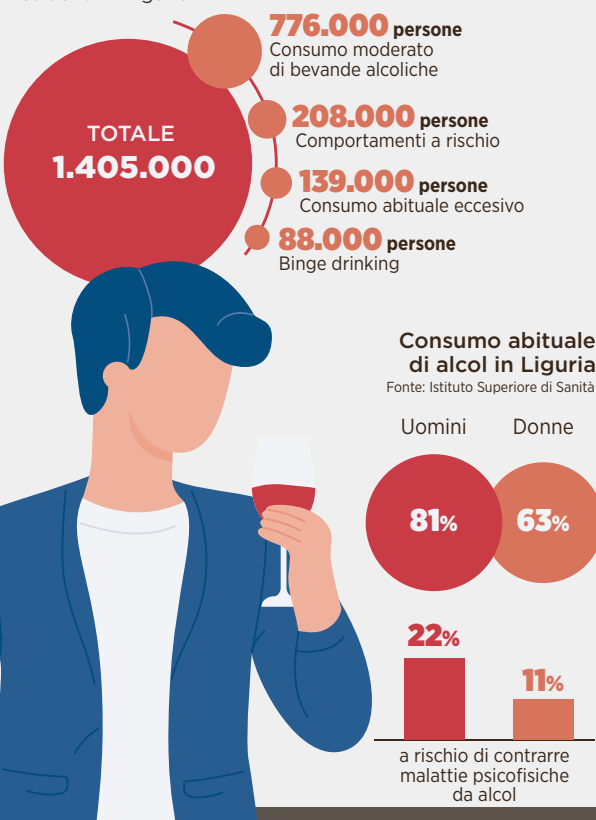
FUMO

Persone con più di 14 anni residenti in Liguria



ALCOL

Persone con più di 11 anni
residenti in Liguria



Fonte: Istat

L'EGO - HUB

Dipendenti dal fumo oltre 240 mila liguri: «Sono ancora troppi»

Il 18% dei residenti schiavo delle sigarette: 10 mila ne consumano oltre 20 al giorno
E scatta anche l'allarme alcol: «Ormai si comincia a bere già all'età di 11 anni»

Silvia Pedemonte

Ancora troppi hanno il vizio della sigaretta: ben diecimila liguri dichiarano di accenderne, ogni giorno, più di venti. Per l'alcol: i giovanissimi iniziano a bere già dall'età di 11 anni. Controbilanciando le notizie non buone: per quanto riguarda l'indice di massa corporea, ovvero la massa grassa in eccesso, chi abita in Liguria mediamente ha un peso nella norma senza consistenti e preoccupanti derive verso il sovrappeso o l'obesità. Ed è un dato ottimo, questo.

Alcol, fumo e obesità sono i tre principali fattori di rischio per le malattie croniche. Si temeva un boom di consumi di fumo e alcol per via della pandemia e un aumento del peso della popolazione fra smartworking, palestre chiuse sempre nei periodi più duri del Covid 19 e altri cambiamenti imposti sempre dalla pandemia. E di conseguenza: un allarme rosso conseguente per le malattie croniche.

Non è andata così. O, almeno: non è andata così tragicamente. Anche se dei cambiamenti, evidenziano dall'Asl 3

genovese, ci sono stati.

La fotografia arriva dallo studio pubblicato nei giorni scorsi dell'Istat e, in particolare, dall'indagine multiscopo "Aspetti della vita quotidiana". La Liguria, pur con i casilimite di chi comunque supera le venti sigarette al giorno, è al di sotto della media nazionale per quanto riguarda il fumo e l'obesità. Mentre il campanello d'allarme è importante, invece, sul versante del consumo d'alcol. Partiamo dalle sigarette, ricordando che proprio domani si svolge la Giornata mondiale senza tabacco.

«Come abbiamo sempre detto il fumo è una dipendenza - afferma Piero Clavario, direttore di Cardiologia riabilitativa dell'Asl 3 genovese - Il Covid 19 ha impattato sulla vita di tutti con conseguenze diverse. C'è chi fumava soprattutto in ufficio e, con lo smartworking, ha smesso ma c'è anche chi costretto a casa per la pandemia ha iniziato. Un dato generale che riguarda tutti è che con il Covid 19 sono aumentati i disturbi di tono dell'umore e c'è chi è approdato all'utilizzo delle sigarette o ne ha incrementato il numero».

C'è uno zoccolo duro di fumatori incalliti: al report Istat ben diecimila liguri dichiarano di andare oltre le venti sigarette al giorno. Nonostante questo picco preoccupante e considerevole la media del consumo di sigarette, nella nostra regione, è inferiore rispetto ai numeri della media nazionale.

Su quasi un milione e quattrocentomila liguri (1.363.000) con età dai 14 anni in su i fumatori sono 241 mila, gli ex fumatori sono 365 mila, i non fumatori sono 738 mila. In percentuale, le sigarette sono ancora un'attrattiva imprescindibile quotidiana per il 17,7 per cento degli abitanti. Un dato che è inferiore rispetto alla media nazionale che sfiora il 20 per cento dei fumatori. Ma quante sigarette al giorno consumano i residenti liguri? La maggioranza fuma da 6 a 11 sigarette al giorno (è il caso del 32,7 per cento dei fumatori) o da 11 a 20 (il 33,1 per cento).

Una quota che si ferma al di sotto del 30 per cento (il 29,8) si limita a cinque sigarette. C'è però, poi, un 4,3 per cento - tradotto, significa 10 mila liguri - che, ogni giorno, non si limita a un pacchetto. Ma va oltre. Il numero medio è 10,9 sigarette, in linea con la media dei consumi nella zona del Nord Ovest. Per completare il quadro: gli ex fumatori sono il 26,8 per cento mentre i non fumatori, sempre nella nostra regione e sempre considerando chi ha almeno 14 anni, sono la maggioranza (il 54,1 per cento). Per l'alcol più di un dato è allarmante. L'analisi dell'Istat, in questo caso, ha coinvolto le persone di età superiore non ai 14 ma agli 11 anni. Con quali esiti? Quasi novantamila persone portano avanti dei comportamenti da vera e propria "abbuffata alcolica": si chiama "binge drinking" e consiste nell'assunzione di cinque o più bevande alcoliche in un ristretto periodo temporale. Per stordirsi. E ubriacarsi. Senza andare all'estremo, ci sono comunque 208 mila liguri che portano avanti comportamenti a rischio e 139 mila che sfiorano nel consumo di alcol.

«La fotografia ancora più chiara è quella che viene resa dall'Istituto Superiore di Sanità - commenta Gianni Testino, direttore di Patologie delle dipendenze dell'Asl 3 - siamo fra le prime cinque regioni d'Italia che percepiscono il consumo dell'alcol come qualcosa di normalizzato. Fra i maschi

l'81 per cento consuma alcol, fra le donne il 63 per cento. Ma, dato chiave, il 22 per cento fra gli uomini e l'11 per cento fra le donne sono a rischio di contrarre malattie psicofisiche da alcol».

La pandemia non ha esasperato i consumi ma, semmai, ha fatto emergere quelle che erano le abitudini nascoste, specie dei ragazzi o ha portato anche a dolorose ricadute.

«In un periodo, come quello della pandemia, nel quale le attività sociali si sono ridotte di molto c'è chi è tornato all'alcol: il 25 per cento delle persone che erano consumatori e che erano riusciti nel percorso e avevano ormai il fegato compensato, hanno avuto ricadute che, in certi casi, hanno reso necessario il trapianto del fegato. Poi c'è il tema dei giovani e dei giovanissimi.

«Il periodo del Covid ha fatto emergere agli occhi dei genitori il consumo di alcol da parte dei figli. Rimanendo a casa i ragazzi, dipendenti, avevano bisogno di bere e certi comportamenti sono così diventati palesi. Solo da luglio 2021 a oggi

Domani è la Giornata mondiale senza tabacco. In Liguria dati sotto la media nazionale

«C'è anche chi ha iniziato a fumare perché costretto a casa dalla pandemia»

in Asl 3 sono arrivati 57 ragazzi al di sotto dei 27 anni d'età, portati dai genitori».

Sul sito internet dell'Asl 3 genovese è possibile valutare il proprio rapporto con l'alcol: si chiama "Glu Glu Test" ed è un questionario anonimo che permette, alla fine, di capire - con un punteggio che viene ricavato in base alle risposte date - se si stanno portando avanti comportamenti dannosi o rischiosi per la propria salute.

Fra le domande: viene chiesta la frequenza del consumo di alcolici e le unità giornaliere (ovvero, tradotto: ogni unità corrisponde a un bicchiere di vino con gradazione alcolica al 12%, a una lattina di birra con gradazione alcolica al 4,5%, a un aperitivo con gradazione alcolica al 18% o a un bicchierino di liquore con gradazione alcolica al 36%). —

Un questionario online per valutare i comportamenti dei giovanissimi

«Obesità, più a rischio i bambini Problema aggravato dal Covid»

IL CASO/1

La maggioranza dei residenti della nostra regione di età uguale o superiore ai 18 anni è normopeso: così, con la giusta linea, sono 716 mila persone che abitano in Liguria. Una piccolissima fetta - 44 mila residenti - è sottopeso. Per il resto: 414 mila persone sono sovrappeso e 130 mila,

invece, sono gli obesi. In generale, unendo la categoria dei sottopeso e dei normopeso in Liguria l'81,4 per cento dei residenti è in questa situazione mentre chi è in eccesso di peso (sovrappeso oppure obeso) arriva al 18,6 per cento. Dati migliori rispetto alla media del Nord Ovest. Oltre a fumo e alcol, anche il peso è un altro importante fattore di rischio per le malattie croniche. L'ultimo studio Istat

analizza nel dettaglio anche questo. Sui 187 mila residenti liguri che hanno dai 3 ai 17 anni i normopeso o sottopeso sono 152 mila mentre risultano in eccesso di peso (sovrappeso o obesi) 35 mila piccoli e ragazzi. Un dato che, quindi, è superiore rispetto a quello che viene registrato per la fascia dei giovani dai 18 anni in su e dagli adulti. Ed è di pochi giorni fa la notizia che, proprio per fotografa-

re lo stato nutrizionale dei bambini liguri - e, più in generale, italiani - la Federazione italiana medici pediatri, la Clinica pediatrica, Endocrinologia, Gaslini e UniGe hanno sviluppato, con Helpcode Italia e Onoi (Osservatorio dell'obesità infantile), un questionario diffuso dai pediatri alle famiglie assistite. Nel corso del 2022, i genitori saranno invitati a compilarlo online per indicare le abitudini alimentari e di vita dei propri figli contribuendo quindi a sviluppare una ricerca sulla relazione tra la salute alimentare e lo stile di vita dei bambini. C'è da capire quanto il Covid 19, stravolgendo la quotidianità di bambini e ragazzi, sbarrando a lungo la possibilità di fare sport abbia



I liguri obesi sono 130 mila

inciso: «Dati recenti - evidenza Mohamad Maghnie, direttore della clinica pediatrica del Gaslini - dimostrano una variazione dell'indice di massa corporea che si è verificata tra i bambini americani di età compresa tra i 5 e gli 11

anni rispetto ai giovani di età compresa tra i 12 e i 15 anni e a quelli di età fra i 16 e i 17 anni». La preoccupazione è che, analogamente, anche in Italia a patire le conseguenze maggiori siano stati i giovanissimi: «Questi risultati, se generalizzabili, suggeriscono un aumento dell'obesità pediatrica a causa della pandemia. Allo stesso modo abbiamo osservato nel nostro Paese modifiche dello stile di vita e delle abitudini alimentari, la riduzione dell'attività sportiva/sedentarietà, un maggiore tempo speso di fronte alla televisione e allo smartphone e a cambiamenti delle ore e nel ritmo del sonno». —

S.PED.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Liguria, positivi sotto quota novemila

Nella giornata di ieri, in Liguria, i positivi al Covid sono scesi sotto quota 9000: 308 in meno. I nuovi casi sono 321, emersi da 3365 tamponi (848 molecolari e 2517 test antigenici). Il tasso di positività è al 9,53%. L'ultimo dato era dell'8,61%. A livello nazionale è al 10,4%. I nuovi contagi sono 145 nell'area di Genova, 63 nello Spezzino, 44 nel Savonese, 36 nell'Imperiese, 33 nel Tigullio. Continua, anche se lentamente, a calare il numero degli ospedalizzati: sono 156 (9 in terapia intensiva), 2 in meno rispetto a ieri. I guariti nelle ultime 24 ore sono 629. In isolamento domiciliare ci sono 6388 persone, 262 in meno. Non ci sono stati morti. I deceduti da inizio pandemia sono 5325.