



# Obesità, nuove strategie Non è solo colpa del cibo

**La patologia.** Malattia multifattoriale: non dipende solo dall'alimentazione. Alla base ci sono anche alterazioni fisiopatologiche. Casi in aumento

## FRANCESCA GUIDO

L'obesità è una malattia cronica recidivante che deve essere affrontata con un approccio terapeutico multidisciplinare. Ogni paziente, infatti, ha la sua storia e il suo trattamento ideale ecco perché è fondamentale rivolgersi a centri specializzati. Oggi fortunatamente gli specialisti hanno a disposizione nuove strategie per contrastare gli effetti di questa malattia.

Secondo i dati diffusi dal Ministero della Salute e dall'Istituto Superiore di Sanità nel nostro Paese 4 adulti su 10 sono in eccesso ponderale, di questi 3 in sovrappeso e 1 obeso. L'eccesso ponderale è più frequente all'aumentare dell'età, fra gli uomini rispetto alle donne, fra le persone con difficoltà economiche e fra le persone con un basso livello di istruzione. Preoccupano anche i dati relativi ai più giovani visto che il 20,4% dei bambini risulta in sovrappeso mentre il 9,4 obeso.

Il Bmi (l'indice di massa corporea) è uno degli elementi che consente di verificare se c'è un sovrappeso o meno. È espresso come rapporto tra peso e qua-

drato dell'altezza di un individuo. Quando il valore è superiore a 25 ci si trova in una condizione di sovrappeso e, se superiore a 30, di obesità. Ovviamente il Bmi non è l'unico parametro per valutare in grado di obesità: per questo l'Oms ha sottolineato l'importanza di valutare anche la circonferenza addominale per valutare il grasso viscerale, che è un fattore di rischio cardiaco. Con un centimetro si prende la circonferenza e se i valori superano i 102 centimetri negli uomini e gli 88 centimetri nelle donne siamo di fronte a campanello d'allarme.

«Non conta, infatti, soltanto il Bmi – spiega Laura Molteni, specialista in Diabetologia e Endocrinologia, responsabile dell'Obesity Care Center dell'ospedale di Erba – ma conta



**In qualche caso  
si registra  
anche la presenza  
di patologie associate**

molto anche la composizione corporea e uno dei dati più importanti per valutare lo stato di salute del paziente è proprio la circonferenza addominale. Il grasso viscerale, infatti, è pericoloso in quanto è in grado di intaccare i nostri organi e, quando questo avviene, comincia a aumentare il rischio cardiovascolare». L'obesità, infatti, incide profondamente sullo stato di salute poiché si accompagna a malattie quali il diabete mellito di tipo 2, l'ipertensione arteriosa, la cardiopatia ischemica, la steatosi epatica, disturbi della fertilità e altre condizioni che, in varia misura, peggiorano la qualità di vita e ne riducono la durata. Sovrappeso e obesità sono, inoltre, tra i principali fattori di rischio oncologico.

«Dobbiamo dire che purtroppo i dati sono in costante aumento in tutto il mondo – conferma la specialista – questo anche per il fatto che negli anni, probabilmente, c'è stata più sensibilizzazione nella popolazione rispetto a altri fattori di rischio cardiovascolare e meno per quanto riguarda sovrappeso e obesità. L'obesità per anni è stata affrontata solo con un ap-

proccio dietetico ma nel tempo ci si è accorti che si tratta di una malattia multifattoriale e non è solo una questione alimentare». Nei confronti di questi pazienti, come evidenza anche il medico, c'è ancora molto stigma, nel senso che sono ancora tanti quelli che vedono la persona obesa o in grave sovrappeso come qualcuno di pigro e che si alimenta in eccesso, quindi con una colpevolizzazione del paziente, ma la realtà è ben diversa. Ecco perché fondamentale sensibilizzare non solo la popolazione ma anche la comunità scientifica.

«Esistono delle alterazioni fisiopatologiche che conducono all'obesità – precisa Molteni – in quanto si verificano delle disregolazioni dell'appetito, c'è un alterato bilancio energetico, ci sono delle disfunzioni ormonali che portano all'obesità e, come già detto, ci sono poi delle patologie associate. L'obesità in quanto patologia non ha soltanto delle alterazioni fisiopatologiche ma ha dei sintomi come difficoltà motorie, dolori articolari o sindrome delle apnee notturne ostruttive».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

# UNA MALATTIA COMPLESSA

Stile di vita e attività fisica sono indubbiamente importanti per la salute generale, ma spesso non sono sufficienti per una perdita di peso duratura e significativa

L'obesità **NON È** una questione di pigrizia o mancanza di forza di volontà

È una malattia complessa e cronica, caratterizzata da meccanismi biologici, genetici, endocrinologici, ambientali e psicologici che spesso rendono difficile il solo intervento comportamentale

Per molti pazienti adulti con un **indice di massa corporea (BMI)**

di almeno **30**

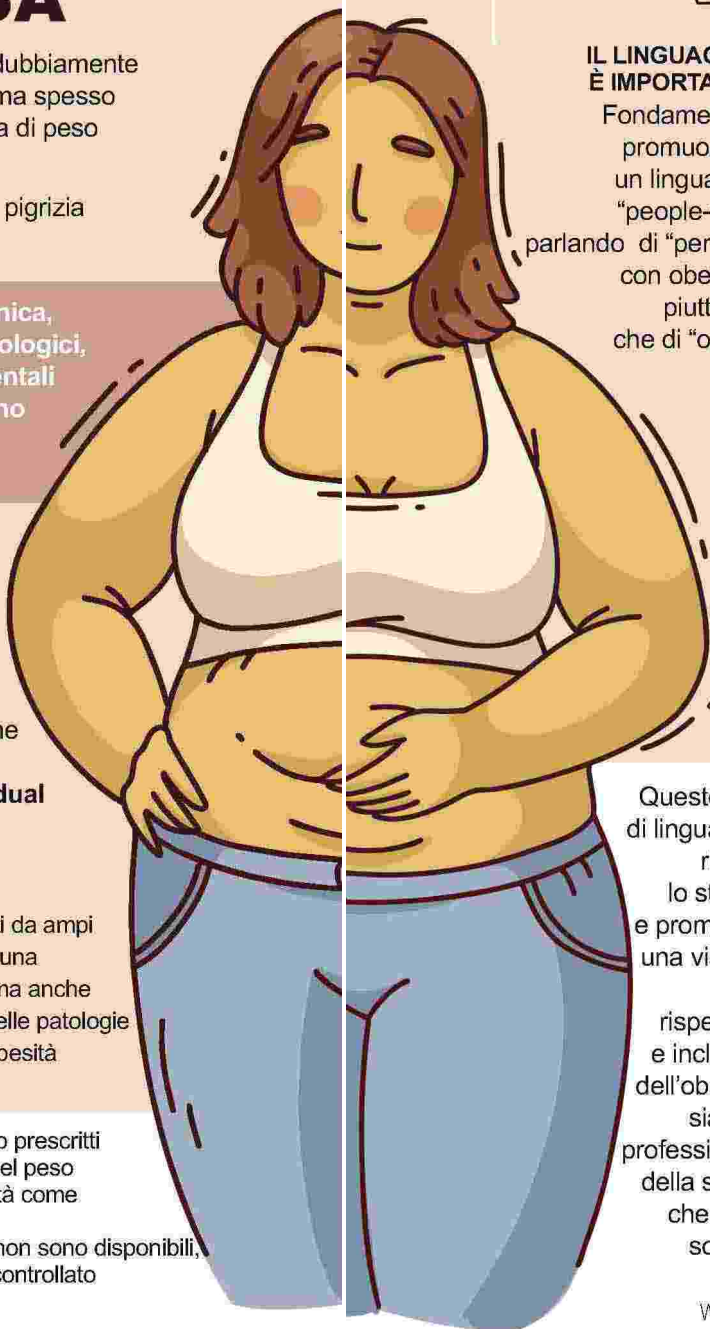
o di almeno **27**

in presenza di altre condizioni come **ipertensione o prediabete**, i farmaci agonisti del **GLP-1** o i **dual agonisti GLP- GIP** possono rappresentare un'opzione efficace



Questi farmaci sono supportati da ampi studi clinici e offrono non solo una riduzione del peso corporeo, ma anche un calo delle complicanze e delle patologie cardiovascolari associate all'obesità

È fondamentale che questi farmaci siano prescritti da professionisti esperti nella gestione del peso e con una buona conoscenza dell'obesità come malattia cronica. Senza una prescrizione medica, infatti, non sono disponibili, e ciò garantisce un uso responsabile e controllato



## IL LINGUAGGIO È IMPORTANTE

Fondamentale promuovere un linguaggio "people-first" parlando di "persone con obesità" piuttosto che di "obesi"

Questo tipo di linguaggio riduce lo stigma e promuove una visione più rispettosa e inclusiva dell'obesità, sia tra i professionisti della salute che nella società

Withub



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

20111