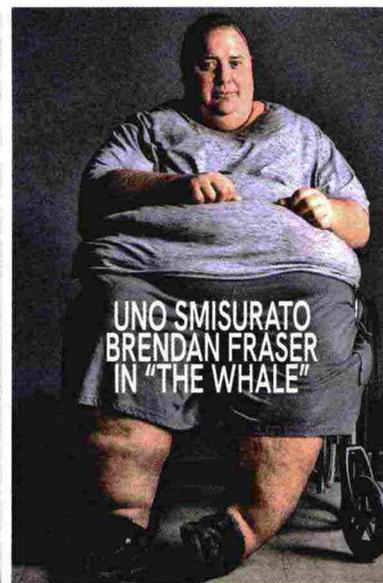


OCCHIO ALLA SALUTE

Quando la malattia è questione di peso

di Luisa Taliento

Avere tanti chili di troppo non è solo un problema estetico. L'obesità comporta alti rischi per la salute e discredito sociale. Una puntura offre soluzioni efficaci



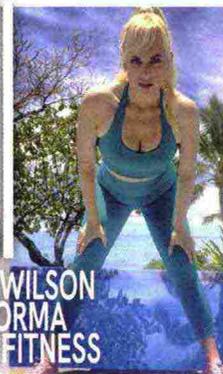
LAURA MOLTENI
Diabetologa ed endocrinologa

GRANDI SFIDE A ds., in alto, Brendan Fraser, 55 anni, in una scena del film "The Whale", per il quale nel 2023 ha conquistato l'Oscar come miglior attore interpretando un uomo obeso di una cinquantina d'anni negli ultimi giorni di vita. A ds., al centro, due immagini dell'attrice australiana Rebel Wilson, 44, che ha combattuto per lungo tempo con la bilancia: negli ultimi anni è arrivata a perdere fino a 36 chili e da obesa è diventata fanatica del fitness. A ds., in basso, lo schema per la valutazione dell'IMC negli adulti.

È una delle grandi emergenze sanitarie del momento. Secondo i dati del *World Obesity Day*, che si svolge ogni anno il 4 marzo, quasi l'11,5% degli italiani adulti, circa 6 milioni, convive con l'obesità, con un impatto crescente anche sui più giovani. Se a questi si aggiungono le persone in sovrappeso (il 19% sono bambini) si arriva quasi alla metà della popolazione. E le previsioni non sono positive: **gli ultimi studi prevedono che questa malattia interesserà nel 2035 quasi 2 miliardi di persone in tutto il mondo.** La sua gestione è complessa, poiché non riguarda solo il peso corporeo, ma coinvolge una molteplicità di fattori fisiologici, ormonali e genetici.

Non solo eccesso di cibo

«È fondamentale comprendere che l'obesità non dipende solo dalla dieta o dall'esercizio fisico. La genetica, l'ambiente, i fattori ormonali giocano un ruolo cruciale», afferma Laura Molteni, diabetologa, endocrinologa e responsabile dell'Obesity Care Centre presso il Centro Medico Visconti di Modrone di Milano. «**Non si tratta solo di un problema estetico, ma di una malattia cronica e recidivante.** Una condizione complessa che porta con sé rischi elevati per la salute e ha un impatto negativo su tutti gli apparati e i sistemi dell'or-



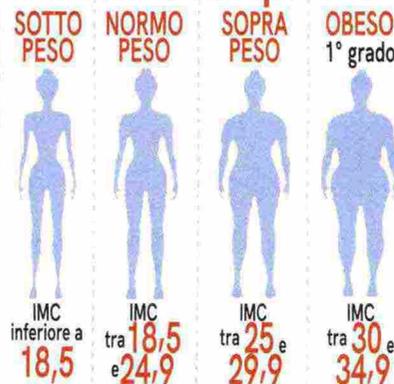
REBEL WILSON IN FORMA CON IL FITNESS

ganismo. Oltre che per malattie metaboliche come diabete, ipertensione, dislipidemie, l'obesità è un fattore di rischio anche per malattie oncologiche, cardiopatie, malattie renali, malattie epatiche, senza dimenticare le complicanze biomeccaniche, con difficoltà nel movimento, fragilità e disabilità che sopraggiungono soprattutto, ma non solo, in tarda età. Uno dei principali indicatori di riferimento dell'obesità è la valutazione dell'IMC, l'Indice di massa corporea, un sistema di misurazione dato dal rapporto tra il peso corporeo in chi-

Come calcolare l'Indice di massa corporea

In rete esistono diversi calcolatori per avere una prima indicazione di adeguatezza del proprio peso. La formula è semplice: peso (in kg) / altezza x altezza (in metri). Il risultato indicherà un'area di densità corporea che può essere: sottopeso; normopeso; sovrappeso; obesità di primo grado; obesità di secondo grado; obesità di terzo grado, definita anche severa o grave. **È importante sottolineare che, da solo, l'IMC non dà indicazioni complete sullo stato fisico delle persone** in quanto non fornisce indicazioni circa la distribuzione del grasso corporeo e non distingue tra massa grassa e massa magra.

(Fonte: Ministero della Salute, www.salute.gov.it)



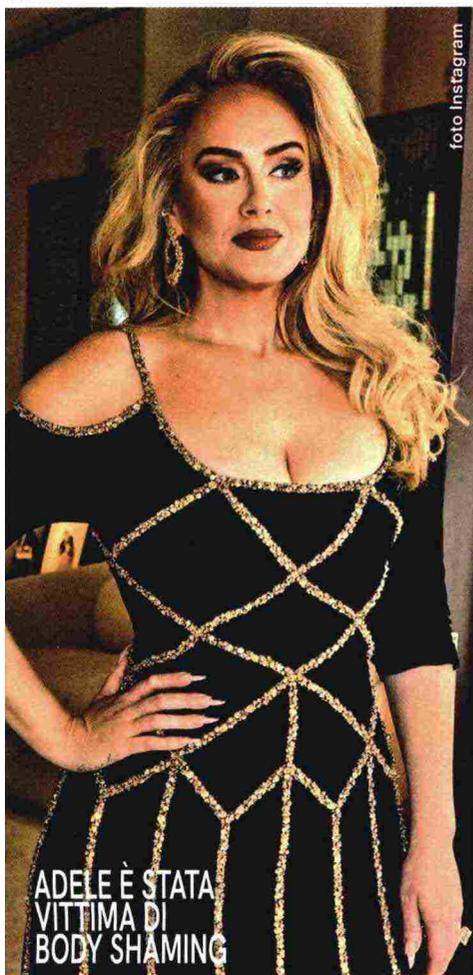


foto Instagram

ADELE È STATA VITTIMA DI BODY SHAMING

FISICO DA PODIO A ds., Luigi Busà, 37 anni. Il karateka italiano, specializzato nel kumite, è stato campione olimpico a Tokyo nel 2021, ma ha raccontato che a 13 anni era un ragazzo obeso e che solo suo padre ha visto in lui qualcosa di speciale. «Il problema è che a 16 anni combattevo nei pesi massimi, e mi fecero capire che a livello internazionale non sarebbe stata una buona scelta: colpi e impatti troppo duri. Dovevo dimagrire, scendere nei medi a 75 chili. Ho fatto la dieta, e da quella categoria non mi sono più mosso».

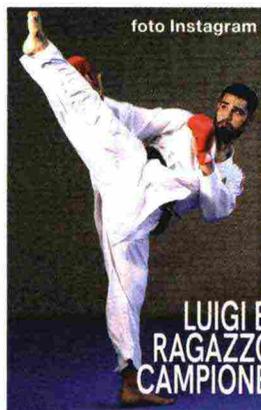


foto Instagram

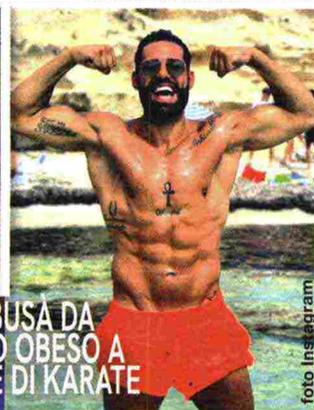


foto Instagram

LUIGI BUSÀ DA RAGAZZO OBESO A CAMPIONE DI KARATE



NADIA RINALDI DOPO IL BYPASS GASTRICO

pneumologo, in caso di problemi cardiovascolari o respiratori, e di uno psicologico clinico. Quest'ultimo è particolarmente importante perché **molto spesso le persone obese sono soggette a stigma sociale, ovvero una svalutazione sociale a causa del loro peso**. Diventano il bersaglio di numerosi stereotipi negativi che li ritraggono come golose, pigre, senza forza di volontà, incuranti della propria salute; in poche parole, colpevoli della loro condizione. Atteggiamenti che possono portare a vere e proprie forme di discriminazione a scuola, al lavoro, nelle relazioni interpersonali.

Il successo dei nuovi farmaci

«Negli ultimi anni», conclude la specialista, «abbiamo visto un'evoluzione importante nella ricerca, con l'avvento di trattamenti farmacologici innovativi che sono in grado di affrontare il problema di sovrappeso e obesità. La recente introduzione dei nuovi farmaci GLP-1 receptor agonist e dei dual agonist GIP/GLP-1 rappresenta un punto di svolta nella cura di queste patologie. I GLP-1 receptor agonist, come il semaglutide e il tirzepatide, agiscono sul controllo dell'appetito e sulla regolazione dei meccanismi fisiopatologici che conducono all'obesità, offrendo soluzioni molto più efficaci per la perdita di peso rispetto ai trattamenti tradizionali. **Questi farmaci, che si somministrano in modo semplice e autonomo, con un'iniezione sottocutanea una volta alla settimana, oltre a ridurre il peso corporeo, migliorano anche il controllo glicemico, riducono i livelli di colesterolo, trigliceridi e la pressione arteriosa.** Studi clinici recenti hanno dimostrato che i GLP-1 RA, come appunto semaglutide e tirzepatide, possono portare non solo a una riduzione del peso corporeo che può superare il 20-25%, ma anche a una diminuzione dell'incidenza di infarto del miocardio, ictus e mortalità cardiovascolare, offrendo al paziente un netto miglioramento del proprio stato di salute globale. Questi risultati rappresentano un'opportunità preziosa per i pazienti che hanno già tentato altre soluzioni senza successo. Per queste ragioni è importante affidarsi a un team esperto di obesità, in grado di offrire un approccio integrato, valutare le terapie, seguirne l'andamento, affiancare il paziente per ottenere risultati concreti e duraturi nel tempo».

©RIPRODUZIONE RISERVATA

DIMAGRITE Sopra, la cantautrice britannica Adele, 36 anni, un tempo sovrappeso, ha destato scalpore per aver perso 30 chili in un anno, ma è stata anche molto criticata. Sopra, a ds., l'attrice Nadia Rinaldi, 57, ha perso circa 80 chili dopo essersi sottoposta a un intervento di bypass gastrico.

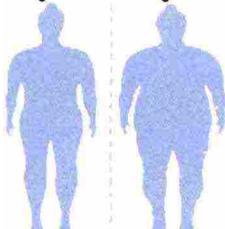
logrammi e il quadrato dell'altezza in metri. Se il valore di IMC supera i 25, si parla di sovrappeso, se supera i 30, di obesità, che a sua volta, in base al valore, può essere di primo, secondo, terzo grado. **Un altro indicatore importante è quello della circonferenza della vita, che valuta l'obesità viscerale, ovvero l'eccesso di tessuto adiposo addominale.** Si tratta del grasso più pericoloso perché è situato in profondità, attorno agli organi centrali del corpo, come il fegato, l'intestino, il cuore, aumentando il rischio per la salute».

Il percorso di cura

«Per inquadrare al meglio la severità clinica del sovrappeso/obesità, escludere la presenza di malattie endocrinologiche che possano aver determinato l'incremento di peso, individuare eventuali problematiche mediche (per esempio diabete e insulino-resistenza, sindrome dell'ovaio policistico, patologie tiroidee, ipertensione arteriosa, dislipidemia, disturbi del comportamento alimentare, apnee notturne, patologie cardiache) occorre rivolgersi a un centro specializzato», precisa la Molteni. «Centri in cui il paziente viene preso in carico per affrontare un percorso di cura adeguato e personalizzato, che include la terapia nutrizionale, quella farmacologica, la chirurgia bariatrica, nei casi più gravi, l'eventuale supporto di un cardiologo o

(IMC)

OBESO 2° grado OBESO 3° grado



IMC tra 35 e 39,9 IMC superiore a 40

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

201111