

Obesità, gli uomini superano le donne ma la vera emergenza è fra i bambini

di **MARIAPAOLA SALMI** (*La Repubblica*, 05.10.2010)

Risultati preoccupanti dal rapporto dell'Adi sulla situazione nazionale: i cittadini in sovrappeso aumentano e chi si "cura" lo fa più per ragioni estetiche che pensando alla salute. Il ricorso alla chirurgia frenato dalle liste d'attesa: da 6 mesi a due anni



E' la solita contraddizione tutta italiana, quella che traspare dal primo Rapporto dell'Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica (Adi) sulla condizione dell'obesità e del sovrappeso nel Belpaese. Presentata oggi a Roma alla stampa in occasione dell'"Obesity Day" 2010 – che il 10 e 11 ottobre prossimi apre le porte dei centri pubblici di dietetica (circa 200 sul territorio nazionale) – , la ricerca fa le pulci allo stile di vita degli italiani e una sorta di

bilancio di quanto e come è cambiato nell'ultimo decennio il pianeta obesità, sovrappeso & co.

Disarmante lo scenario: in generale è cresciuta la cultura del "buon peso" tra i due sessi, ma a prevalere sono più le motivazioni estetiche che salutistiche. L'italiano però non si lascia spaventare dall'ago della bilancia che sale impazzito e non rinuncia alle buone, antiche tradizioni della tavola. A peccare di più sono gli anziani e gli uomini, che hanno attuato il sorpasso sulle donne. "La situazione nazionale è preoccupante: un italiano su dieci è francamente obeso, uno su tre è sovrappeso", dice Giuseppe Fatati, presidente Adi.

I numeri dicono che il 27% non ha mai seguito una dieta, il 22% si è "arrangiato", mentre un obeso su dieci dice di "star bene così", percentuale che vola al 47% tra i sovrappeso. Al contrario, 66 persone su cento in piena forma si lamentano del proprio peso (dati Adi Nestlè). Nel fenomeno che cresce, in leggera controtendenza ci sono solo Toscana ed Emilia Romagna. In tutto in Italia abbiamo 4 milioni e 700mila obesi e di recente c'è stato un vero e proprio ribaltone: nella fascia d'età 35-74 anni, quella "pesante", le donne obese erano 24 su cento nel 1998 (Osservatorio epidemiologico cardiovascolare) e tante sono rimaste; gli uomini extra large invece erano 19 su cento e ora sono ben 25 su cento.

La donna negli anni è diventata più consapevole del proprio corpo, gli uomini sono schiavi del lavoro e spesso pranzano fuori casa convinti che mangiare un "insalatona" risolva il problema ma non fanno alcuna attività fisica. Il 10 e 11 ottobre prossimi gli specialisti offriranno consigli e suggerimenti a quanti con problemi di peso si rivolgeranno ai centri Adi, ma chiedono anche provvedimenti governativi per altre emergenze: finanziamenti, politiche antiobesità e posti letto per seguire, passo dopo passo, quelli che vanno considerati veri malati.

Allarme per i piccoli Sul fronte dei bambini è emergenza: sono 138mila i piccoli obesi e la situazione peggiora ovunque, con l'eccezione della Basilicata dove si registra un lieve miglioramento. La Campania è maglia nera in Europa: 18 bambini su cento tra i 6 e gli 11 anni sono sovrappeso, 21 sono obesi. Il guaio è che quattro madri italiane su dieci dichiarano di non rendersi conto che il proprio figlio è sovrappeso.

Misurare lo stress Tante le cause quando il girovita va fuori controllo. Lo stress, a quanto pare, è tra le più importanti. "Quando è eccessivo e prolungato, lo stress innesca una serie di processi negativi che si ripercuotono sia a livello biologico che psicologico dando il via a meccanismi che predispongono all'obesità", afferma David Lazzari, presidente Sipnei. Oltre a pesare il corpo, suggeriscono gli psicologi, dobbiamo misurare la mente e quindi i nostri livelli di stress con test appositi che ci aiutano a ridurre gli stress. "Lo stress cronico induce un'iperattivazione del sistema simpatico che è connesso con il centro della fame e il senso di sazietà. Più siamo stressati più aumenta la fame e i comportamenti di accumulo e sedentarietà".

Per il bisturi due anni d'attesa Sono sempre più giovani, tra i 25 e i 45 anni, le donne che chiedono alla chirurgia un aiuto contro l'obesità. La richiesta sale tra i giovanissimi anche se non ci sono le indicazioni cliniche. Purtroppo le liste d'attesa sono lunghissime e si attende da sei mesi a due anni per un intervento (bendaggio gastrico, 25%, bypass 25%, 5% diversione biliopancreatica). Solo in seimila arrivano in sala operatoria in un anno: uno su tre in Lombardia che insieme a Lazio, Emilia Romagna, Veneto, Toscana e Sicilia copre l'80% degli interventi. Al momento sono in lista 1,5 milioni di persone, all'80% donne.