



*a cura del Prof. Paolo Sbraccia, Professore Ordinario di Scienze Dietetiche, Università degli Studi di Roma "Tor Vergata", e Presidente della Società Italiana dell'Obesità (SIO)*



27 marzo 2015 – L'obesità ha ormai i caratteri di una vera e propria epidemia mondiale, tanto da preoccupare non solo il mondo medico scientifico, ma anche i responsabili della salute pubblica.

I dati oggi disponibili ci indicano che le persone in sovrappeso o obese crescono in tutto il mondo. In Italia è sovrappeso oltre 1 persona su 3 (36%, con preponderanza maschile: 45,5% rispetto al 26,8% nelle donne), obesa 1 su 10 (10%). In pratica, sono sovrappeso quasi 22 milioni di italiani e obesi 6 milioni.

È stato calcolato che i costi diretti legati all'obesità in Italia siano pari a circa 22 miliardi di euro ogni anno e che il 64% di tale cifra venga speso per l'ospedalizzazione. Nonostante ciò, l'obesità fino a qualche anno fa è stata sottovalutata ed è, ancora oggi, difficilmente curabile. L'opinione pubblica e anche parte del mondo medico hanno una visione superficiale del problema. L'obesità rappresenta un problema di salute particolarmente preoccupante, tanto da configurarsi a livello internazionale come elemento di una "moderna pandemia". Le conseguenze sono serie sia in termini di riduzione dell'aspettativa di vita, a causa di malattie croniche ad esse associate, sia in termini di ricadute economiche. Ciò deve far riflettere e bisogna di conseguenza agire con urgenza.

L'obesità inoltre è considerata l'anticamera del diabete e la combinazione tra le due malattie rappresenta una vera e propria epidemia dei nostri tempi, per la quale l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha persino coniato il termine diabesità.

Le azioni da attuare nella lotta all'obesità si trovano nelle linee guida della "Carta Europea per contrastare l'obesità". Tale documento offre un quadro strategico complessivo in cui è possibile identificare gli interventi da implementare in base alle diverse realtà di ciascun Paese.

Nel nostro Paese il Parlamento, il Governo e le Regioni dovranno guidare e sostenere le azioni di contrasto, trovando le giuste sinergie legislative e operative. L'Obesità però non può essere affrontata con successo se non si ricorre ad azioni intersettoriali, che trovano nella prevenzione il cardine principale di una strategia che veda coinvolti le Istituzioni, le Società Scientifiche e le Associazioni pazienti.

Bisogna essere coscienti che la prevenzione dell'Obesità e del Diabete comincia nella quotidianità come ad esempio "a tavola", promuovendo non la cultura della privazione, bensì la cultura di una sana e corretta terapia dietetica-nutrizionale, affidata a specialisti.

Appare evidente che, se riuscissimo a intervenire precocemente sul sovrappeso e sull'obesità, potremmo ridurre o comunque ritardare nel tempo l'insorgenza del diabete e delle sue possibili complicanze. Un intervento sull'obesità diffuso a tutta la popolazione, servirà sicuramente ad aiutare anche coloro che sono già diabetici a ridurre il rischio di complicanze e in particolare di quelle cardiovascolari.

È pertanto indispensabile una corretta e capillare informazione che diffonda una "cultura" della salute che passi attraverso comportamenti e stili di vita sani (mangiare meno grassi e più frutta e verdura, fare regolare attività fisica, smettere di fumare).

In questa visione il paziente con diabete può divenire a sua volta "strumento" di salute per i propri familiari, amici, conoscenti.

Tutti noi sappiamo come sia importante un esempio positivo e quanto sia inefficace un "rimprovero". È ripetitivo, ma necessario riaffermare che l'obesità è una malattia e, come tale, necessita di interventi e di team multidisciplinari formati e ben strutturati.

Come SIE e SIO siamo consapevoli che bisogna puntare sulle sinergie con le Istituzioni affinché emergano chiaramente e vengano condivisi da tutti i dati dell'obesità per poter essere in grado di concepire politiche aggressive e coraggiose di prevenzione e cura.