



*Dott. Saverio Cinieri, presidente eletto AIOM: “Il nostro Paese è protetto dalla dieta mediterranea. L'eccesso di grasso corporeo altera il metabolismo e alcuni ormoni, inducendo uno stato di infiammazione sistemica cronica che può predisporre alla ‘tempesta di citochine’, caratteristica del coronavirus”*



Roma,

5 ottobre 2020 - Negli Stati Uniti i neri, i latini e i nativi americani sono colpiti da un numero sproporzionato di infezioni, ricoveri in ospedale e decessi per Covid-19. Differenze simili vengono osservate anche in altri Paesi, dove le minoranze affrontano difficoltà nell'accesso all'assistenza sanitaria, all'istruzione e ai servizi sociali, così come a una dieta sana ed equilibrata.

Queste

evidenti manifestazioni di disuguaglianze di salute sono emerse a seguito di evidenze che collegano l'obesità e le malattie croniche correlate all'obesità, come ipertensione, diabete e patologie cardiovascolari - condizioni che colpiscono in modo sproporzionato le popolazioni svantaggiate - con gravi esiti

da Covid-19.

Sebbene

i fattori alla base delle disparità etniche nel Covid-19, negli Stati Uniti, siano molteplici e complessi, le differenze di lunga data nella dieta e nell'obesità giocano un ruolo cruciale nelle disuguaglianze sanitarie che si stanno manifestando durante la pandemia.



*Dott. Saverio Cinieri*

Lo

stretto legame fra gravi esiti del Covid-19, obesità e dieta non corretta è evidenziato in un articolo pubblicato sul *New England Journal of Medicine* (N Engl J Med. 2020 Sep 10;383(11):e69. doi: 10.1056/NEJMp2021264. Epub 2020 Jul 15). Gli autori sottolineano che una dieta sana, ricca di frutta e verdura e povera di zuccheri e alimenti processati ricchi di calorie, è essenziale per la salute. La capacità di seguire una dieta corretta è in gran parte determinata dalla possibilità di accedere a cibi sani, che è conseguenza delle condizioni e dell'ambiente in cui si vive.

Negli

Stati Uniti, la cattiva alimentazione è la principale causa di morte, avendo superato l'uso del tabacco nella mortalità correlata. Uno studio sulle tendenze dietetiche degli adulti statunitensi, tra il 1999 e il 2012, ha mostrato un miglioramento generale negli USA, con la percentuale di persone che riferisce di seguire una dieta di scarsa qualità diminuita dal 55,9% al 45,6%. Ulteriori analisi, tuttavia, hanno rivelato differenze persistenti o in peggioramento nel

tipo di alimentazione basate su etnia, istruzione e livello di reddito.

“La

situazione del nostro Paese è molto diversa rispetto agli Stati Uniti, grazie anche all'ampia diffusione della dieta mediterranea. Ciononostante, in Italia, tre tumori su dieci sono causati da un'alimentazione sbagliata e circa l'11% dei cittadini è obeso - spiega Saverio Cinieri, Presidente eletto Associazione Italiana di Oncologia Medica (AIOM) e Direttore Oncologia Medica e Breast Unit dell'Ospedale 'Perrino' di Brindisi - L'obesità, insieme al fumo di sigaretta, è una delle principali cause prevenibili di cancro. Questa condizione è associata a un aumento del rischio di numerosi tipi di tumore, come quello della mammella, dell'ovaio, dell'endometrio, dell'esofago, del colon-retto e della prostata. L'eccesso di grasso corporeo altera il metabolismo e alcuni ormoni, inducendo uno stato di infiammazione cronica. Diversi meccanismi fisiopatologici possono spiegare la maggiore virulenza di Covid-19 nei pazienti con obesità, che è uno stato di infiammazione sistemica cronica che può predisporre i pazienti alla 'tempesta di citochine', caratteristica dell'infezione da Covid-19 grave. Inoltre, il tessuto adiposo può fungere da serbatoio per SARS-CoV-2 a causa degli alti livelli di espressione dell'enzima di conversione dell'angiotensina 2, favorendo la diffusione ad altri organi. In aggiunta, l'obesità può essere un denominatore comune di malattie associate coesistenti, legate a esiti peggiori dell'infezione da Covid-19”.

“Non

basta ridurre il consumo di zuccheri complessi - continua Saverio Cinieri - Anche il consumo di bevande zuccherate e gassate va evitato, specialmente tra i giovani, perché facilita l'aumento del peso. In tavola vanno messe sempre frutta e verdura di stagione, la carne rossa, invece, mai più di una volta alla settimana. È necessario tornare ai principi della dieta mediterranea. Un recente studio americano ha inoltre dimostrato come l'obesità infantile sia un problema sanitario sul quale è necessario agire in fretta: essere obesi da piccoli vuol dire avere un rischio maggiore di ammalarsi di cancro al di sotto dei 40 anni”.

La

prevalenza globale di obesità tra gli adulti statunitensi è del 42,4%, ma gli adulti neri (49,6%), nativi americani (48,1%) e latini (44,8%) sono colpiti in modo sproporzionato da questa condizione, secondo i Centers for Disease Control and Prevention. I tassi di ospedalizzazione per età per Covid-19 tra i nativi americani e i neri americani sono rispettivamente di circa cinque e quattro

volte e mezzo quelli dei bianchi americani. I tassi dei ricoveri dei latinoamericani sono circa quattro volte superiori a quelli dei bianchi americani.

Gli

studi osservazionali e i trial randomizzati che affrontano i fattori alla base delle forme gravi di Covid-19 nelle persone con obesità e disfunzione metabolica devono diventare prioritari e includere le popolazioni di neri, latinoamericani e nativi americani, concludono gli autori dell'articolo pubblicato sul *New England Journal of Medicine*.

Inoltre, per ridurre al minimo il rischio di infezione da Covid-19 tra le persone che vivono in comunità svantaggiate con alti tassi di obesità e di malattie croniche, è necessario coordinare rapidamente le politiche di sanità pubblica e i servizi di supporto sociale. L'attuale crisi giustifica la creazione di un'organizzazione nazionale dedicata ad affrontare le disparità di salute su base etnica del Covid-19, per chiarire le difficoltà e mobilitare le risorse necessarie.

*(fonte: AIOM News)*