

La scoperta

Studio pubblicato su una rivista internazionale. Partner d'eccezione, Harvard e Imperial College di Londra

Bimbo a rischio obesità? Te lo dice l'equazione

Ricercatrice veronese inventa un metodo di previsione

VERONA - Una «semplice» equazione, che richiede pochissimi dati per il calcolo. E che può dare, come risultato, un'indicazione utilissima per la salute: il rischio di incorrere nell'obesità. Un conto che si può fare comodamente con un foglio Excel e che potrà essere messo a disposizione, in futuro, dei pediatri. A ideare

è stata una ricercatrice veronese, Anita Morandi, fino allo scorso giugno in forza al dipartimento di Scienze della Vita e della Riproduzione dell'università, ora medico al Servizio Autonomo di Diabetologia Pediatrica, Nutrizione e Obesità. Lo studio è stato pubblicato ieri sulla rivista specializzata Plos One. Lo scopo è quello di prevenire l'aumento di peso soprattutto nei primissimi anni di vita anche se la formula matematica ha dimostrato una buona correlazione anche a lunga distanza.

La ricerca, che in totale ha coinvolto 18 scienziati di diversi Paesi europei (un altro veronese è Claudio Maffei, docente universitario di Pediatria) e con partner d'eccezione come l'Imperial College di Londra e l'università di Harvard ha raccolto i dati di quattromila bam-

Fin dalla nascita



Una nuova equazione permetterà di predire, al momento della nascita, il rischio di obesità.

Lo studio

Lo studio è stato messo a punto da un'équipe internazionale di pediatri e nutrizionisti e ha come primo autore il medico veronese Anita Morandi.

I parametri

Per effettuare il calcolo sono sufficienti l'indice di massa corporea dei genitori, il peso del neonato al momento del parto, l'aumento di peso della madre durante la gravidanza e se ha fumato mentre era incinta.



binati nati in Finlandia, 1.500 negati Stati Uniti e mille in Italia, controllandoli nel corso del loro sviluppo. Non solo: assieme a loro sono stati pesati anche i genitori. «Si tratta di un metodo che si è rivelato efficace, senza essere minimamente invasivo» spiega Morandi - per lo più utilizzando dati molto semplici da ottenere». Innanzitutto c'è l'indice di massa corporea (Il body mass index - Bmi, quello che si ottiene rapportando il peso con l'altezza e che definisce, dal punto di vista scientifico, sovrappeso e obesità) dei genitori, l'aumento di peso della madre nel corso della gravidanza e al momento del neonato al momento

della nascita. Sono rilevanti, secondo gli studiosi, anche la professione della madre e il fatto se lei abbia fumato o meno mentre era incinta. Non è necessario, invece, alcun esame di tipo ematochimico del neonato. «È la prima volta - nota - che gli autori dello studio - e che questi fattori vengono utilizzati in modo combinato per predire fin dalla nascita l'insorgenza di un eccesso di peso».

Da un lato, però, la dottoressa Morandi frena i facili entusiasmi: «Prima di poter utilizzare la formula dal punto di vista medico è necessario individuare le opportune strategie per prevenire gli aumenti di peso. Non è, inoltre, uno stu-

mento che si rivolge ai genitori, quanto ai pediatri». Per quanto riguarda il campione, prosegue Morandi, sono state esaminate delle coorti (gruppi di persone nate nello stesso arco di tempo) di ragazzi che ora hanno circa 25 anni. Il paese con più soggetti campione è stato la Finlandia, i cui enti

hanno investito di più in questa ricerca, ma fondi importanti sono arrivati anche da Stati Uniti e Francia. «Il nostro approccio prevede, per l'appunto, di trattare l'obesità come se fosse un'epidemia e applicare le regole statistiche che governano questo tipo di eventi. Naturalmente c'è anche un'influenza genetica, dato che le caratteristiche dei genitori vengono considerate fondamentali. Va detto però che il nostro studio ha preso in considerazione di aggiungere anche delle variabili derivate dall'esame del Dna. In quei casi, però, il risultato si è discostato di pochissimo».

Se l'obesità pediatrica è un'epidemia, l'Italia, conclude Morandi, è un focolaio bello e buono. «Il rischio, negli ultimi decenni, è aumentato tantissimo. Spesso le madri tendono ad usare il cibo come ricompensa, non appena il bambino piange. Comportamento dannosissimo, così come quello di "obbligarlo" a poppare anche se non ha voglia».

Davide Orsato

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Numeri e ciccia

La scoperta della ricercatrice veronese può aiutare le famiglie a capire a quale rischio di obesità sono soggetti i propri figli

LA STAMPA.it

Non va in carcere perché obeso

Pesa 200 chili, nessuna cella adatta

La condanna lo vuole in carcere per 4 anni e 8 mesi per aver rapinato un settantenne disabile e la sua badante. Ma con tutta probabilità Claudio Frison, 45enne di Mira (Venezia) in cella non ci andrà mai, perché obeso: pesa 200 chili. Frison aveva già accumulato vari anni per altre condanne, come riferisce in un articolo il Gazzettino del Nordest; ma in carcere non ci metterà piede, oltre che a causa del peso, anche per altre patologie giudicate più volte incompatibili con la detenzione, e che rendono la sua salute precaria. In questi anni infatti non è mai stato trovato un carcere in grado di accogliere l'uomo, le cui condizioni sono peggiorate. Non solo: il suo avvocato ha già annunciato che per lui chiederà la grazia.



Il processo si è svolto ieri con rito abbreviato, ma l'episodio è accaduto nell'agosto di due anni fa, nel 2010. Frison, con un presunto complice, entrò nella casa di Zelarino dove vivevano l'anziano, immobilizzato su una sedia a rotelle, e la sua badante, un'ungherese di 34 anni. L'aggressione fu brutale. La donna a causa delle percosse riportò la frattura di quattro costole e la perforazione di un polmone. Il tutto per 1.800 euro: questo il bottino che Frison intascò, oltre a carte di credito e bancomat.



Veronesi: l'obesità si batte a scuola

Sull'**obesità** e sui **rischi** a essa legata ormai sono tutti d'accordo. Gli esperti mettono in guardia soprattutto sulla salute dei più **piccoli**. L'ultimo a lanciare l'allarme è stato Umberto Veronesi, durante i lavori sul tema dell'accesso al **cibo** del Forum promosso dal Barilla Center for Food and Nutrition a Milano.

Secondo l'oncologo nelle microfamiglie del secondo millennio i bambini sono "sempre **sovranutriti** e questo è un problema da affrontare su larga scala perché se un bimbo accumula **cellule adipose** sarà un obeso da adulto".

Veronesi si è detto contrario alla **tassazione** del junk food e a strumenti troppo pesanti di lotta all'obesità, augurandosi che si intraprenda "una campagna per la **restrizione calorica** a partire dalle mense scolastiche".

L'oncologo, noto **vegetariano**, ha aggiunto che "dovremmo tutti diventare vegetariani, perché, secondo l'ultimo rapporto Oms, la carne consumata in misura massiva non fa bene alla **salute** e nei Paesi dove si predilige la **dieta** carnivora risulta più facile sviluppare tumori intestinali".

Oltre a richiamare il **modello** della Doppia Piramide Bcfn, secondo il quale per produrre un kg di **carne** occorre consumare 10mila litri di **acqua**, Veronesi ha osservato che "un secolo fa eravamo 2 miliardi come popolazione mondiale. In 100 anni siamo diventati sette miliardi. Il cibo per tutti c'è se non si debbono allevare 4 miliardi di **animali** nel mondo per soddisfare una piccola porzione del pianeta che ha abitudini carnivore".

Semplice la conclusione dell'ex **ministro** della Sanità: "Purtroppo avere una **epidemiologia genetica** della popolazione è difficile e serve a poco per il **controllo** dell'obesità. Meglio incidere su cibi più leggeri e stili di vita".



Un software per scoprire se il bebè sarà obeso

Dopo il **nesso** e la malattie genetiche, la diagnosi sui **neonati** estende i suoi confini e lancia strumenti capaci anche di conoscere sin dalla culla il rischio **obesità** del bambino.

Un gruppo di studiosi internazionali guidati dall'inglese Philippe Froguel ha ideato una modalità di calcolo che sommando alcuni semplici dati (**l'indice di massa corporea** dei genitori, il guadagno di peso della madre, il peso alla nascita, il tabagismo della mamma, il numero dei fratelli) finisce per fornire il livello di rischio grazie a un'equazione realizzata in ambiente Excel.

Froguel e i suoi ricercatori hanno analizzato i dati raccolti studiando, alla **nascita**, bambini finlandesi, italiani e americani. Il software, infatti, è stato testato studiando le **cartelle mediche** di 4mila piccoli finlandesi nati nel 1986 e seguiti fino all'adolescenza. Sono stati verificati, poi, i dati di 1.500 bimbi italiani nati nel 1980 e di 1.000 statunitensi.

Gli scienziati hanno notato che questi indicatori, già riconosciuti come **fattori di rischio**, erano in correlazione tra loro. E soprattutto erano in grado, se sommati, di stabilire in due minuti le **alterazioni** future di peso.

Secondo il professor Froguel: “Una volta che un **bambino** diventa obeso, è difficile per loro perdere peso. Quindi la **prevenzione** è la migliore strategia e deve iniziare il più presto possibile. Ma purtroppo, le campagne di prevenzione pubbliche sono stati piuttosto inefficaci nel prevenire l'obesità nei bambini in **età scolare**. Quindi se i genitori insegnassero i pericoli di un eccesso di alimentazione e delle cattive abitudini alimentari in giovane età, allora sarebbe molto più efficace fare prevenzione”.



DALL'IPERNUTRIZIONE AL COSTO SANITARIO FINO AI CATTIVI STILI DI VITA. E LE "DICHIARAZIONI DI GUERRA", DALLA TASSA SUL JUNK FOOD ALL'EDUCAZIONE, FINO ALLA SOLUZIONE VEGETARIANA: IDEE CONTRO L'OBESITÀ DAL BARILLA CENTER FOR FOOD & NUTRITION

Dall'ipernutrizione di adulti e bambini al costo sanitario dell'obesità che è tra il 3% e il 5% del costo dell'intero Sistema Sanitario Nazionale, a cui un obeso costa il 25% in più, fino ai cattivi stili di vita e poi le proposte per "curare" questa piaga che affligge la società moderna, dalla tassa sul junk food, all'educazione alimentare, dalla partnership pubblico-privato per diffondere la dieta delle piccole porzioni e ricca di frutta e verdura ai test genetici, fino alla soluzione vegetariana e a un piano di restrizione calorica.

Ecco i temi al centro del Forum del Barilla Center for Food and Nutrition di Milano, con l'oncologo dell'Istituto europeo dei tumori (Ieo) ed ex Ministro della Salute Umberto Veronesi, il direttore generale per la Salute e Protezione dei Consumatori della Commissione Europea Paola Testori Coggi, e l'esperto mondiale di diabetologia e professore all'Università di Miami (Usa) Camillo Ricordi tra gli altri.

"Nelle microfamiglie del secondo millennio - spiega Umberto Veronesi - i bambini sono sempre sovranutriti e questo è un problema da affrontare su larga scala perché se un bimbo accumula cellule adipose sarà un obeso da adulto. Sono contrario alla tassazione del junk food e a strumenti troppo pesanti di lotta all'obesità e auspico una campagna per la restrizione calorica che andrebbe intrapresa a partire dalle mense

scolastiche. Dovremmo tutti diventare vegetariani - aggiunge l'oncologo

della popolazione è difficile e serve a poco per il controllo dell'obesità. Meglio incidere su cibi più leggeri e stili di vita".

Inoltre, quello dell'obesità è un problema che incide anche sulle casse del Servizio Sanitario Nazionale: "una persona obesa costa il 25% in più. E a questo onere - sottolinea Paola Testori Coggi - va aggiunto il costo indiretto imputabile alle più frequenti assenze lavorative stimato dall'Ocse attorno allo 0,6% in più del prodotto lordo di un Paese. Il costo sanitario dell'obesità è enorme, tra il 3% e il 5% del costo dell'intero sistema sanitario (nei Paesi Ue mediamente pari al 10% del prodotto lordo). Di questo costo totale è ancora poco quanto destinato alla prevenzione sanitaria. Studi di economia del comportamento - spiega l'esperta - dimostrano che è facile che una persona acquisti conoscenza sul cibo che fa bene alla salute, ma per cambiare un comportamento acquisito ci vuole di più della mera informazione: incentivi, oppure sanzioni, o campagne educative, o azioni regolamentari. Nel 2011 l'Unione Europea ha distribuito frutta in classe a 8 milioni di bambini. Ciononostante in tutti i Paesi l'obesità infantile continua ad aumentare. Occorre perciò sviluppare partnership pubblico-privato per diffondere la dieta delle piccole porzioni e ricca di frutta e verdura. Laddove l'approccio è stato multisettoriale è cambiata la tendenza del dilagare dell'obesità. Andrebbero inoltre introdotta - conclude Testori Coggi - nei curricula scolastici ore di educazione di stili di vita, e contemporaneamente premiare quell'industria alimentare che più si impegna a riformulare cibi trasformati e a ridurre i grassi e il sale tra gli ingredienti".

E sull'importanza dell'educazione all'alimentazione e a corretti stili di vita fin da piccoli è d'accordo anche Camillo Ricordi, che è anche favorevole a un referendum per disincentivare il junk food, secondo lui consumato soprattutto da chi ha un reddito basso: "ci stiamo sempre più avviando verso la medicina personalizzata ma i test genetici per combattere l'obesità servono a poco: l'influenza dell'ambiente e degli stili di vita superano infatti la genetica iniziale e i fattori di predisposizione genetica. Bisogna iniziare dalle scuole elementari - aggiunge Ricordi - a promuovere uno stile di vita meno sedentario e una dieta alimentare mediterranea in quanto legata ai valori della convivialità, equilibrio, sobrietà a tavola. Non solo dieta quindi ma uno stile di vita legato al benessere. Sulla possibilità di sanzionare il junk food farei un referendum per disincentivare i prodotti che fanno male perché la loro diffusione e accessibilità nei canali distributivi colpisce maggiormente le fasce di popolazione a basso reddito. Disincentivare quindi il consumo di alimenti sbagliati - conclude Ricordi - e incentivare invece chi si impegna a produrre cibi sani ed equilibrati, questa dovrebbe essere un'azione pubblica".



News

Password
 Password dimenticata? [Login](#)
 Non sei registrato? [Registrali subito](#)

Sotto il segno della bilancia, un libro sull'obesità del "buon Fabio" di Striscia La Notizia

Publicato il 29 nov 2012 da Manila Benedetto

Annunci Google +2

Tweet 5

[0 Commenti dei lettori](#)

Nutrizione e Olio Cuore

www.mangiarbenesentirsinforma.it Scopri le ricette del benessere: segui i consigli di Olio Cuore!

Nutrizione Pediatrica

www.iaform.it Corso teorico-pratico con ECM. Riservato a Medici Biologi Dietisti



Lasciata per un attimo la televisione, Fabio De Nunzio, per tutti "il buon Fabio" di Striscia la Notizia, passa alla carta stampata e parla del suo rapporto (personalissimo) con la bilancia. La sua è un'avventura "oversize", narrata nel libro uscito per tipi dell'Aliberti "Sotto il segno della bilancia". L'inviato silenzioso del tg satirico più famoso della tv, finalmente decide di alzare la voce per narrare l'obesità, le sue complessità e le tante difficoltà quotidiane legate al tema del peso.

Il tempo passava ed io crescevo d'età e di peso nello stesso tempo. Verso i dieci anni arrivarono i primi problemi di vestiario. Nonostante la mia giovanissima età mi dovevo adattare a colori scuri, tristi, perché solo di quei colori venivano confezionati vestiti più grandi; un perenne funerale. Trasferivo la mia malinconia anche in quelle scelte lugubri. Già, la malinconia. Non la identifichi con

chiarezza quando sei un fanciullo. Quella sorta di languore delicatamente amaro che ti impasta la bocca e che ti spegne il sorriso, tirando giù gli angoli delle labbra. Immagini sia cattiva digestione, pressione atmosferica o chissà quale diavoleria ma non pensi che sia un fiore nero nato nel petto. In realtà non era una sensazione fortissima, ma persistente, anche per le difficoltà che l'essere obeso mi creavano durante la vita di ogni giorno. Come per esempio, effetto fastidioso dello sfregamento del tessuto all'altezza del cavallo che in poco tempo si deteriorava lacerandosi. Mia madre correva ai ripari mettendo una pezza di rinforzo e si andava avanti. Già, ma le cuciture erano un nuovo fastidio da sopportare accidenti a loro. E allora non dovevo essere malinconico? Con questo rinforzo in mezzo alle cosce... era il minimo.

Ultime Gallerie

Il libro, però, è solo un tassello del progetto di Fabio. Infatti, collegati a "Sotto il segno della bilancia" ci sono anche un [sito internet](#) e tutti i social network. L'obiettivo è sensibilizzare l'opinione pubblica alla conoscenza del tema dell'obesità, incoraggiando chi è soggetto ai limiti causati dall'obesità a farsi avanti per raccontare le problematiche quotidiane, a sensibilizzare istituzioni, aziende e grande pubblico alla risoluzione di problemi legati all'obesità, suggerendo soluzioni per agevolare chi è sovrappeso a vivere con leggerezza ogni giorno.

"Quella dell'obesità è una problematica con cui ho imparato a convivere - spiega Fabio - fin da piccolo ho sperimentato di persona cosa vuole dire essere "fuori taglia" in una società a misura di magro. Ho pensato che raccontare la mia esperienza potesse servire a puntare l'attenzione su un problema di cui in generale si parla poco, con la speranza che si inizi a considerarla una tematica degna di attenzione. Molti sono i limiti che un obeso incontra quotidianamente, gesti quotidiani che per i più appaiono scontati, come il vestirsi, l'entrare in banca, andare al cinema o viaggiare in aereo, non sono poi così naturali per un obeso. Viviamo in una società che spesso dimentica gli obesi e questo conduce un soggetto già debole psicologicamente a chiudersi ancora di più in casa e in sé stesso, e quindi a condurre una vita più sedentaria e magari anche mangiare di più".

Il libro, scritto a quattro mani da Fabio De Nunzio con il supporto di Vittorio Graziosi, è già in libreria da inizio novembre, 124 pagine al costo di 13 euro.



Resveratrolo davvero efficace contro l'obesità?

Sanihelp.it - Secondo uno studio pubblicato sulla rivista *Diabetes* e condotto presso l'*Aarhus University Hospital in Danimarca* utilizzare integratori a base di **resveratrolo** (contenuto nel **vino rosso**) non aiuta ridurre l'**obesità**, anche se il suo utilizzo negli animali aveva dato buoni risultati.

Gli autori dello studio hanno somministrato a 24 uomini obesi in buona salute un integratore a base di resveratrolo (dosaggio 1500 mg/die) e li hanno paragonati a 24 uomini obesi che per 4 settimane hanno assunto un placebo.

L'assunzione dell'integratore a base di resveratrolo non ha influenzato in alcun modo la glicemia e neppure la colesterolemia totale.

Un bicchiere di vino rosso ai pasti fa bene alla salute se inserito all'interno di un regime alimentare bilanciato, ma una pillola con uno dei componenti del vino rosso non aiuta a dimagrire.

Le persone vorrebbero dimagrire semplicemente assumendo una pillola, ma purtroppo il peso ideale e una buona forma fisica si ottengono solo con un'attività fisica costante e protratta nel tempo e attraverso una sana alimentazione