

Di•Lei

Take  
Care

PRENDITI CURA DI TE

## Obesità, come combatterla e cosa comporta per la donna

L'obesità è una malattia cronica spesso associata ad altre patologie che vanno dal diabete al tumore: cosa fare prevenirla e curarla

3 Marzo 2022



### Federico Mereta

#### GIORNALISTA SCIENTIFICO

Laureato in medicina e Chirurgia ha da subito abbracciato la sfida della divulgazione scientifica: raccontare la scienza e la salute è la sua passione. Ha collaborato e ancora scrive per diverse testate, on e offline.

Le cifre sono davvero allarmanti. Secondo le proiezioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, se non si inverte la rotta urgentemente nel 2030 avremo quasi **un raddoppio dell'obesità** che sommata al sovrappeso interesserà quasi sette persone su dieci. In Italia circa quattro bambini su dieci sono sovrappeso o obesi e quindi a rischio di sviluppare ora e nel futuro malattie non trasmissibili come ad esempio cancro, diabete, malattie autoimmuni. E il 46% degli adulti è in sovrappeso, mentre una persona su dieci è obesa.

Occorre quindi riflettere ed affrontare il problema, in occasione della giornata mondiale dedicata proprio all'obesità. "L'obesità grava sull'economia con dei costi diretti, sociali, economici e clinici pari a circa 70 miliardi di euro, questo senza considerare i costi indiretti legati alla perdita di produttività", spiega Luca Busetto, Co-chair Obesity Management Task Force della European Association for the Study of Obesity (EASO).

Per questo motivo è fondamentale investire nella prevenzione e nella cura dell'obesità, in quanto problema rilevante di salute pubblica e di spesa per il nostro sistema sanitario. Basti pensare che in Italia rappresenta il 9 per cento della spesa sanitaria annua e porta a una riduzione del PIL del 2,8 per cento. Se non affrontiamo l'obesità, la spesa medica diverrà per noi insostenibile”.

## Modelli per la prevenzione

L'obesità è una malattia cronica multifattoriale che necessita di cure e trattamenti adeguati, ed è associata allo sviluppo di malattie croniche non trasmissibili come diabete di tipo 2, malattie cardiovascolari, ipertensione, malattie del fegato e almeno dodici tipi di tumori.

“Nell'ultimo anno è stato osservato come l'eccesso di peso sia inoltre un fattore predittivo significativo dello sviluppo di complicanze, talvolta fatali, da Covid-19 – segnala Paolo Sbraccia, della World Obesity Federation. Per questo nella **Giornata Mondiale dell'Obesità** chiediamo che le Istituzioni politiche e scientifiche italiane collaborino tra loro a creare percorsi assistenziali chiari e implementare le strutture specialistiche multidisciplinari a sostegno del trattamento dell'obesità, ma anche della diagnosi e della cura delle sue complicanze per portare a un reale cambiamento”. Per fortuna, c'è la percezione che si possa ancora fare qualcosa.

Secondo Andrea Lenzi, Presidente OPEN ITALY e Presidente Comitato Nazionale per la Biosicurezza, le Biotecnologie e le Scienze della Vita della Presidenza del Consiglio dei ministri, “se ci uniamo tutti, possiamo ottenere grandi risultati. Il prossimo passo in avanti necessario è l'inserimento nei Livelli Essenziali di Assistenza (LEA), traguardo fondamentale per garantire un pari accesso alle cure su tutto il territorio nazionale”.

Proposte? “È necessario incrementare la capacità del Sistema Sanitario Nazionale di erogare e monitorare i servizi per la persona con obesità e un aiuto in questo senso potrebbe venire attraverso l'istituzione della Rete Regionale per la Prevenzione e la Terapia Integrata dell'Obesità, che coinvolgerà diversi centri specialistici locali e medici di medicina generale per formare professionisti sanitari in grado di assistere pienamente la persona con obesità e garantire supporto personale, familiare, scolastico e lavorativo segnala Giuseppe Fatati, Presidente Italian Obesity Network – IO NET”.

## Il ruolo della chirurgia

Sul fronte del trattamento, ovviamente occorre affidarsi al medico per un approccio che preveda non solo alimentazione corretta ma anche idonei stili di vita e cura per le condizioni psicologiche. Poi, in qualche caso, la soluzione può essere lasciata al chirurgo.

Secondo Marco Zappa, primario di Chirurgia Generale al Fatebenefratelli-Sacco a Milano e presidente della Sicob, Società italiana di chirurgia dell'obesità e delle malattie metaboliche, nel 2021 gli italiani che hanno fatto ricorso alla **chirurgia bariatrica** per risolvere i loro problemi legati all'obesità e al sovrappeso sono state 22469.

“I numeri ci dicono che in Italia abbiamo quattro milioni e mezzo di persone in sovrappeso e un milione e 400mila grandi obesi. Il ricorso al bisturi diventa necessario quando abbiamo fallito tutti i nostri tentativi di cambiare stile di vita e alimentazione. L'obesità diventa infatti una malattia ed una grandissima fonte di ansia e stress che non ci fanno bene. **Il ricorso alla chirurgia bariatrica è sempre più richiesto dalle donne**, perché gli uomini sono portati ad aspettare e si rivolgono a noi proprio quando non ne possono più perché non respirano bene e camminano a fatica. Le donne invece cercano di intervenire prima che l'obesità provochi anche altre malattie come diabete e problemi cardio-circolatori. Ricordo inoltre che l'obesità aumenta in modo statisticamente rilevante la possibilità di insorgenza di tumore, come quello della mammella e dell'endometrio”.

Va detto anche che accade che le donne, prima di rivolgersi al chirurgo subiscano situazioni pesanti, soprattutto in termini di **body-shaming**. “Il fenomeno infatti è molto aumentato negli ultimi tempi a causa del cattivo uso del web e le donne ne risentono in misura ancora maggiore. Ci raccontano infatti di subire battute, pressioni psicologiche, atteggiamenti sprezzanti da chi invece è in “linea” con la società dell'immagine – fa sapere l'esperto. Per non parlare del fatto che spesso gli atteggiamenti più cattivi arrivano proprio dai familiari, dai mariti e dai compagni che le fanno sentire inadatte, brutte. E questo contribuisce ad affossare anche la loro autostima, dando inizio ad un circolo vizioso in cui si sfoga la tristezza nel cibo. Poi quando si operano, non solo cambiano stile di vita, perdono i chili e riprendono in mano la loro vita, ma sono tantissime quelle che lasciano gli stessi mariti e compagni che le avevano umiliate, mortificate e messe da parte perché non avevano creduto in loro”.