www.beatriceandreoli.it

L'OBESITÀ

Sappiamo davvero cosa sia l'obesità?

L'obesità è una malattia cronica complessa e multifattoriale:
ciò significa che per il suo sviluppo cooperano diversi fattori, in particolare la genetica ed uno stile di vita non salutare (spesso caratterizzato da sedentarietà e da una dieta non equilibrata, ma non solo).

Diversi studi hanno riscontrato come il patrimonio genetico influisca fortemente su questa patologia, con una percentuale che può variare tra il 40% e il 70%.

Infatti spesso possiamo riscontrare più casi di obesità all'interno di una stessa famiglia .

L'INDICE DI MASSA CORPOREA

L'indice di massa corporea è un valore utilizzato come indicatore del livello di peso di un individuo, mediante una formula che mette in rapporto peso e altezza.

Quando il valore è molto alto significa, nella maggior parte dei casi, che è presente una massa grassa in eccesso.

Intervalli dell'indice di massa corporea:

sottopeso: minore di 19

normopeso: tra 19 e 25

sovrappeso: tra 25 e 30

obesità: maggiore di 30

obesità lieve: tra 30 e 35

obesità intermedia: tra 35 e 40

obesità severa: maggiore di 40

L'obesità descrive una tendenza in continua crescita sia tra adulti che tra più piccoli.

Alcuni dati Istat appartenenti all'anno 2019:

IL 46%

della popolazione adulta italiana ha problemi di sovrappeso o obesità

IL 25%

dei bambini italiani ha problemi di sovrappeso o obesità

LE POSSIBILI CONSEGUENZE

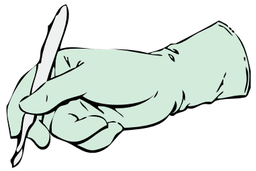
L'obesità può portare ad un aumentato rischio di sviluppare:

- *malattie cardiovascolari, come problemi di pressione alta, infarto cardiaco, problemi circolatori venosi*
- *malattie respiratorie, come apnee nel sonno, difficoltà a respirare durante lo sforzo*
- *malattie gastrointestinali, come reflusso gastrico, irregolarità intestinale, problemi digestivi*
- *rischio aumentato di sviluppare alcuni tipi di neoplasie (tumori)*
- *diabete di tipo 2*
- *"fegato grasso" (steatosi epatica)*
- *aumento dei livelli di colesterolo e trigliceridi nel sangue*
- *disturbi e dolori a muscoli e articolazioni*
- *problemi di infertilità*
- *incontinenza urinaria da sforzo*

LE POSSIBILI TERAPIE

Terapia ambulatoriale (modificazione dello stile di vita)

Terapia farmacologica (in associazione alla modificazione dello stile di vita)



Terapia chirurgica (chirurgia bariatrica)

LO STIGMA

Il termine STIGMA definisce un pregiudizio nei confronti dell'individuo con obesità, considerandolo come una persona colpevole, pigra, svogliata, priva di forza di volontà, disattenta.

Si tratta di un errore gravissimo di chi non conosce la complessità tipica di questa malattia.

www.beatriceandreoli.it

Con la collaborazione di:
Jessica Castellani, laureanda in Scienze Gastronomiche,
Università degli Studi di Parma

Track: Le Coucou, Music by https://www.fiftysounds.com