

DALL'OBESITÀ INFANTILE ALL'OBESITÀ ADULTA IL PASSAGGIO È PESANTE

La storia naturale dell'obesità infantile deve tenere conto, a differenza di quella dell'adulto, di una serie di elementi (anatomici, fisiologici, psicologici e sociologici) legati alle diverse età del bambino e alle sue diverse fasi di crescita e sviluppo (Molinari E, Castelnovo G, 2011).

ETA' DELLA VITA

QUALI FATTORI SONO DETERMINANTI PER L'ECESSO DI PESO?

VITA PRENATALE E PRIMI MESI



Periodo prenatale

- Stato di salute, abitudini alimentari, metabolismo materno influiscono su crescita e sviluppo dei meccanismi della regolazione metabolica fetale

Primi mesi

- Peso corporeo alla nascita
- Allattamento prolungato**
- Sesso
- Ideale materno dell' "habitus" ottimale per il proprio figlio

INFANZIA



1-5 anni, scelte alimentari familiari

- Un bambino obeso a 1 anno può non esserlo a 5 anni

6 anni, età del "recupero del peso"

- Il valore dell'IMC sembra essere di grande importanza per la persistenza di obesità in età adulta, in parallelo all'aumento di adiposità che si osserva a questa età.
- Più precoce è il recupero di peso, tanto maggiore viene considerata la probabilità di mantenere tale obesità anche nelle fasi successive della vita.

Età scolare, scelte alimentari progressivamente più autonome

La presenza di un'obesità infantile diventa un fattore determinante per lo sviluppo di un'obesità nell'adolescenza e nell'età adulta.

ADOLESCENZA

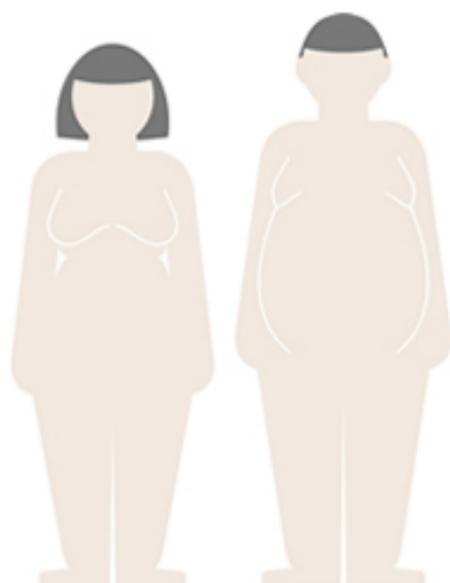


Adolescenza

- Periodo critico nel favorire l'insorgenza e/o la persistenza di sovrappeso/obesità già presenti negli anni precedenti
- Comparsa di importanti fattori di rischio:
 - variazioni abitudini alimentari
 - irregolarità dei pasti
 - riduzione dell'attività fisica
 - preferenza di alimenti grassi
 - abuso di alcolici
- Ripetuti cicli di fluttuazioni del peso (soprattutto con oscillazioni maggiori di 2-3 Kg) dovute alle diete drastiche e inadatte sono rischiosi perché si accompagnano ad una redistribuzione del grasso corporeo, a un accumulo della massa adiposa a scapito della massa magra, a una riduzione del metabolismo basale etc. Il controllo del peso diventa quindi più difficile.

L'azione preventiva dell'attività fisica è particolarmente efficace nel soggetto giovane che dovrebbe seguirla in modo regolare e costante.

ETA' ADULTA



Età adulta

- Il rischio di sviluppare un'obesità in età adulta è direttamente proporzionale a:
 - età del soggetto
 - IMC infanzia
 - durata del sovrappeso durante l'adolescenza
 - severità del quadro nel suo insieme*

* Tale rischio è molto più elevato (63% vs 20%) nei ragazzi con obesità di grado maggiore rispetto a quelli con semplice sovrappeso.

** Alcuni studi recenti hanno documentato che il rischio di sovrappeso e obesità nei bambini in età prescolare è significativamente minore nei bambini allattati al seno (per almeno 6 mesi), una "protezione" proporzionata alla durata dell'allattamento (rischio ridotto del 30-40%) e attribuita alle proprietà intrinseche del latte umano (minore energia metabolizzabile, minore contenuto proteico) (Molinari E, Castelnovo G, Springer 2012)