

Obesità infantile



M. Bellizzi, A. Di Palma

**U.O. Pediatria
Ospedale S. Chiara di Trento**

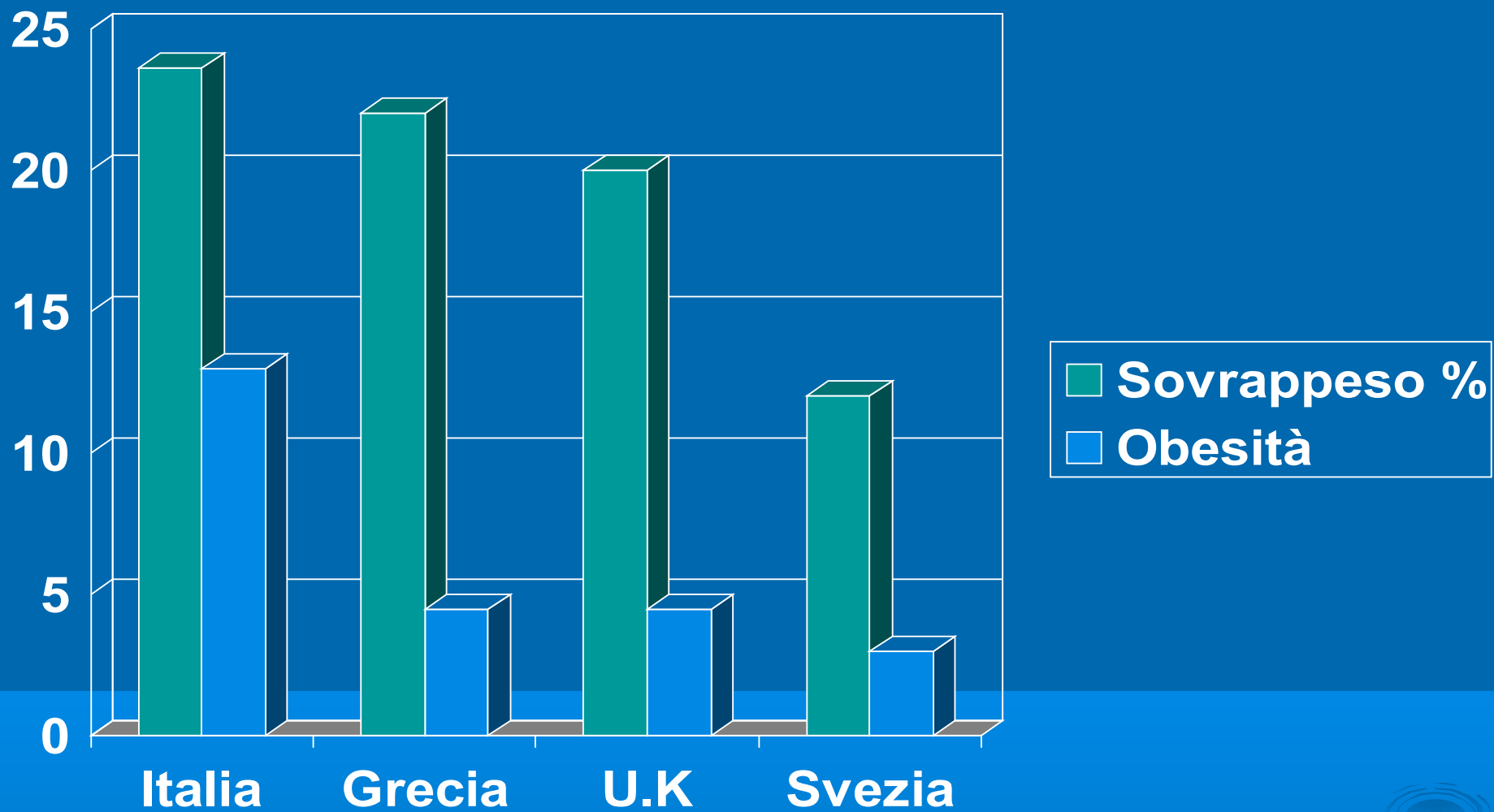
20.01.2012

E' importante avere una corretta alimentazione e un corretto stile di vita?

- L'iperalimentazione e l'assenza di attività fisica → obesità
- L'obesità rappresenta uno dei maggiori problemi di salute pubblica nel mondo.
- Prevenire l'obesità vuol dire investire sulla salute dei propri figli
- Approccio sanitario valido nel singolo paziente ma non nella popolazione
- Intervenire a più livelli: famiglia, scuola, comunità

Prevalenza obesità OMS GLOBOBESITY

- 1 MILIARDO E 200 milioni → sovrappeso
20% della popolazione
- 300 milioni obesi
7 % della popolazione



Prevalenza di sovrappeso ed obesità in età evolutiva in Europa IOTF (international Obesity Task Force)

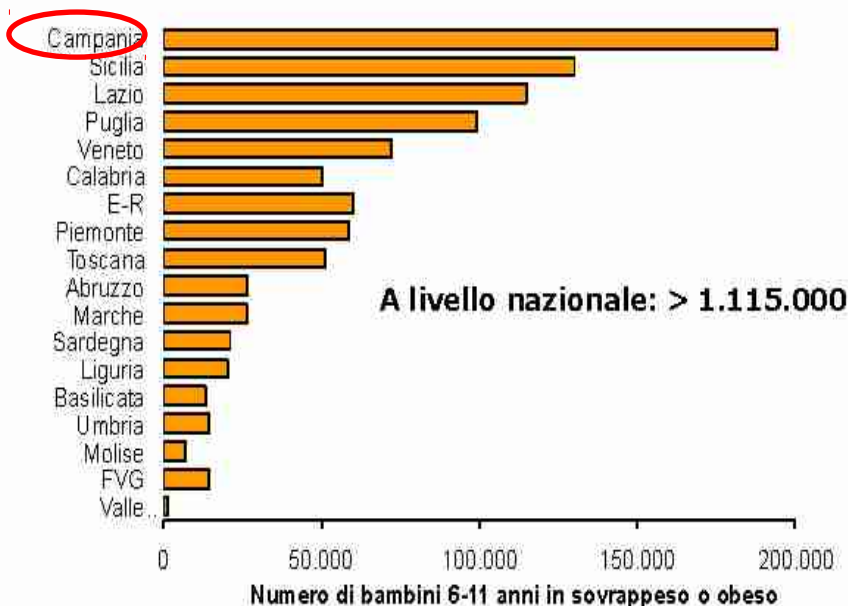


Sovrappeso e obesità: la situazione dei bambini italiani fotografata da "OKkio alla SALUTE"

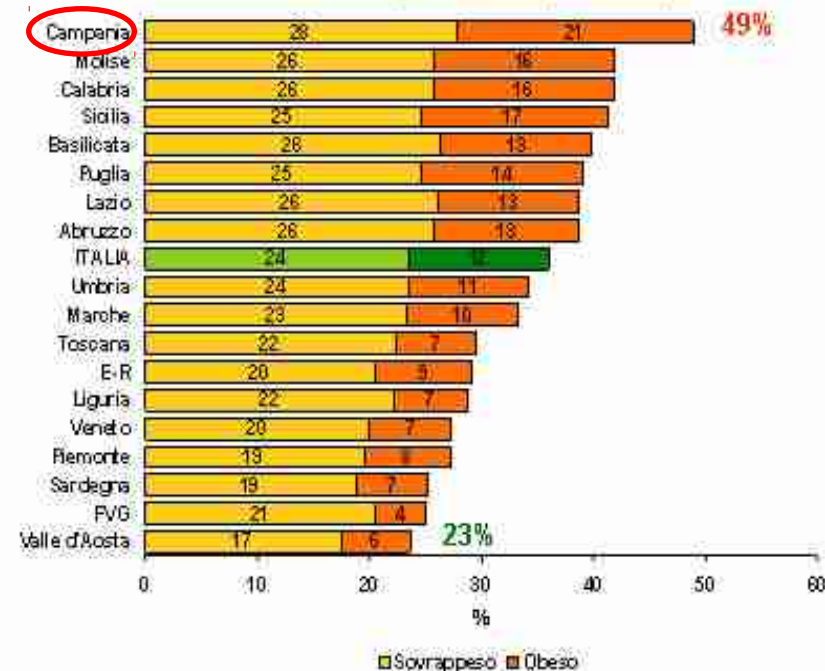
Le differenze regionali sono risultate notevoli, dal 23% della valle d'Aosta al **49% della Campania!**



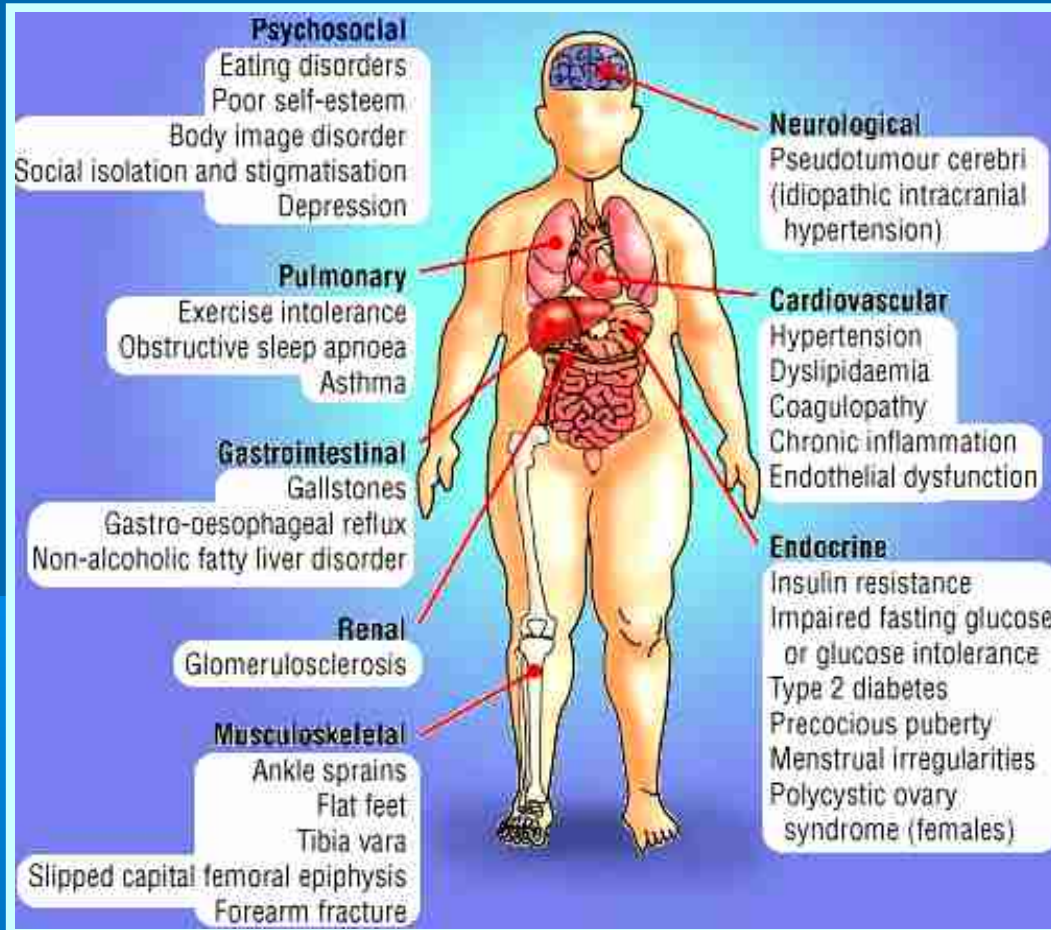
Stima del numero di bambini di 6-11 anni sovrappeso e obesi



Sovrappeso e obesità per regione, bambini di 8-9 anni della 3ª primaria, Italia, 2008



Complicanze dell'obesità a esordio precoce



PRINCIPALI COMPLICANZE

- S. Metabolica e Intolleranza glicidica
- Alterazioni cardiovascolari
- Steatosi epatica
- Patologia ortopedica
- PCOS
- Patologia tiroidea
- Sideropenia

Sindrome metabolica

“Cluster di fattori di rischio CV”

OBESITA'

DISLIPIDEMIA

IPERTENSIONE

RIDOTTA TOLLERANZA GLUCIDICA O D.M

NCEP (National Cholesterol Education Program) **età evolutiva**

- **Circonferenza addominale >90° centile per sesso ed età**
- **Pressione arteriosa > 90° centile per sesso, età e statura**
- **Glicemia a digiuno >100mg/dL**
- **Trigliceridi >110mg/dL**
- **HDL < 40mg/dL**



IPERTENSIONE ARTERIOSA

L'associazione tra obesità infantile ed ipertensione è stata dimostrata in numerosi studi. Circa il 30% dei bambini obesi hanno un incremento della P.A

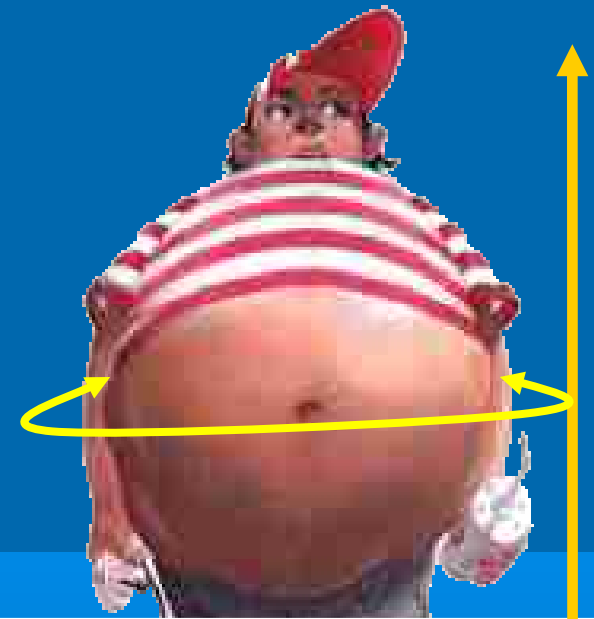


Da recenti studi è emerso come un elevato BMI durante l'infanzia sia predittivo non solo d'obesità e sovrappeso in età adulta ma anche d'ipertensione in tale età

I fattori di rischio per le complicanze dell'obesità: **RAPPORTO VITA-ALTEZZA**

La circonferenza della **vita** e il rapporto **vita/altezza** si sono rivelati utili per identificare, nella popolazione di bambini **in sovrappeso** quelli a maggior rischio di complicanze cardiovascolari e metaboliche

Bogalusa Heart Study Pediatrics Mar 2009



Bambini sovrappeso:

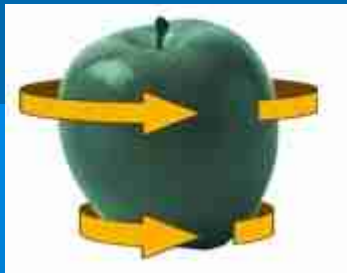
- Vita > 90° th
- Rapporto Vita/Altezza > 0,5

Waist-to-height ratio, a useful index to identify high metabolic risk in overweight children

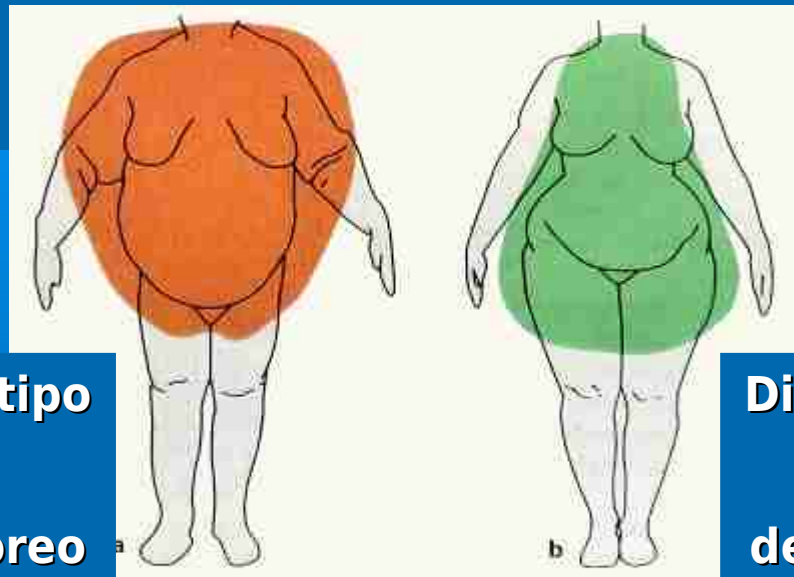
Maffeis et al. J Pediatr. 2008 Feb;152(2):207-13

Oltre all'entità dell'eccesso adiposo (BMI), anche la localizzazione topografica, influenza il rischio cardiovascolare dei soggetti obesi.

In particolare un accumulo di tipo androide, con prevalenza del grasso addominale (*obesità viscerale o centrale*) costituisce una condizione sfavorevole rispetto ad un accumulo di tipo ginoide, localizzato prevalentemente in regione gluteo-femorale



Distribuzione di tipo
ANDROIDE
(a mela)
del grasso corporeo



Distribuzione di tipo
GINOIDE
(a pera)
del grasso corporeo

Prevalenza della Sindrome metabolica nel bambino obeso

- **Aumenta in relazione al grado di eccesso ponderale**
- **La prevalenza varia dal 10 al 50%**
- **La variabilità della prevalenza è in relazione ai differenti criteri e valori soglia utilizzati**

Prevalenza S.M in età evolutiva

- **39% nei soggetti moderatamente obesi**
- **50% nei soggetti gravemente obesi**
- **Assente nei soggetti di controllo sovrapponibili per età, sesso, etnia con BMI normale**
- **Weiss et al N.Engl J Med. 2004**

PRESENTE

- **Dati sull'aumento della prevalenza dell'obesità e della S.M sono allarmanti**
- **↓ Aspettativa di vita**
- **L'approccio sanitario è sufficiente nel singolo paziente ma non in termine di popolazione**

L'obesità in età evolutiva

TERAPIA



Alimentazione
Esercizio fisico
Abitudini di vita

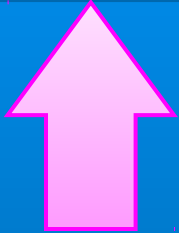
PREVENZIONE



Alimentazione
Esercizio fisico
Abitudini di vita



L'ALIMENTAZIONE

Intervento per l'educazione alla sana alimentazione dall'epoca prenatale all'età adolescenziale



Fats, Oils & Sweets
USE SPARINGLY

KEY

-  Fat (naturally occurring and added)
-  Sugars (added)

These symbols show fats and added sugars in foods.

Milk, Yogurt &
Cheese Group
2-3 SERVINGS



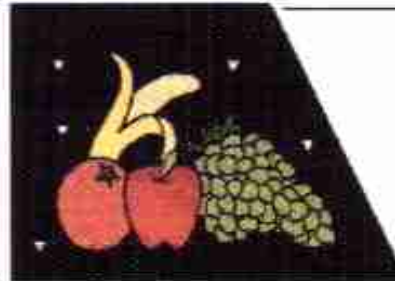
Meat, Poultry, Fish, Dry Beans,
Eggs & Nuts Group
2-3 SERVINGS



Vegetable Group
3-5 SERVINGS



Fruit Group
2-4 SERVINGS



Bread, Cereal,
Rice & Pasta
Group
**6-11
SERVINGS**

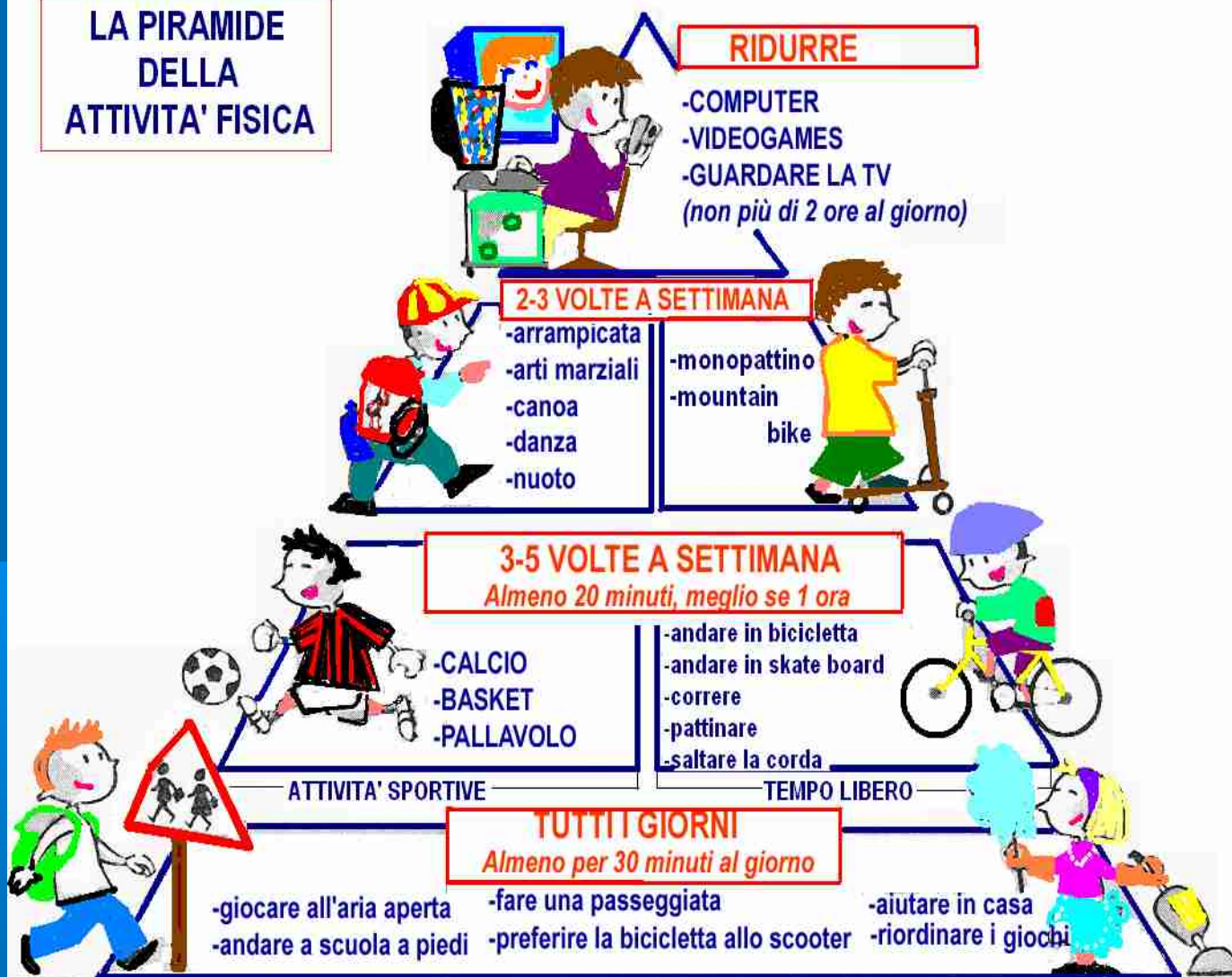
L'ALIMENTAZIONE

Controllo e miglioramento delle diete delle mense scolastiche e della distribuzione automatica di alimenti



L'esercizio fisico

LA PIRAMIDE DELLA ATTIVITA' FISICA



LO STILE DI VITA

Strutture coinvolte nell'intervento

- **Scuola**
- **Casa**
- **Comunità**

Prevenzione dell'obesità in età evolutiva: **LO STILE DI VITA**

SCUOLA

- Migliorare la qualità dell'attività fisica
- Aumentare la quantità di attività fisica
- Controllo e miglioramento delle diete delle mense

LO STILE DI VITA

Casa/Famiglia

- Limitare i videogames a 1 h/die
- Dopo-scuola protetto
- Aumentare il tempo passato all'aperto
- Essere attivi con i figli
- Aiutare i ragazzi a trovare lo sport che li diverte
- Favorire gli sports, i clubs

LO STILE DI VITA

Comunità

- Periferie sicure. Viabilità sicura
- Parchi, palestre, piscine, piste ciclabili

Grazie per l'attenzione

