

Obesità e patologie correlate, quanto costano alla società italiana?

Sabato 24 marzo 2018



ALIMENTAR-MENTE 360
CIBO, BENESSERE E SCIENZA

IVG.it
RUBRICA A CURA DI
SARA PALEOLOGO

“Alimentar-Mente 360” è una rubrica curata dalla dottoressa Sara Paleologo, biologa nutrizionista, ed ideata per soddisfare a 360 gradi le curiosità dei savonesi in materia di Alimentazione e Benessere. Il tutto con un linguaggio semplice ma sempre mantenendo una lieve impronta scientifica. “Prenderò spunto da eventi che si svolgono a Savona e provincia - spiega Sara - per elaborare articoli in cui verrà affrontato il tema dell'alimentazione (piatti tipici locali, tradizioni e stili alimentari) e del benessere (sia fisico che psicologico), in linea di massima proiettando la trattazione verso gli aspetti che maggiormente promuovono la salute della persona”.

La decisione di trattare questo argomento particolare è nata dopo una chiaccherata online intercorsa tra me ed una persona conosciuta nel gruppo “Savona è”. Ci tengo a precisare che ho ideato questa rubrica non allo scopo di creare polemiche inutili (di polemiche se ne leggono già abbastanza) ma di offrire ai lettori vari spunti di riflessione nello spiegare a 360 gradi l'importanza della sana alimentazione e dei corretti stili di vita.

Spesso si parla dei molteplici fattori che pesano sulle tasche degli italiani, alcuni più facilmente percepibili e altri meno. Far finta che il problema dell'obesità nei paesi occidentali, Italia compresa, non esista non la reputo una buona idea sia per le implicazioni sulla salute (in primis) che per l'impatto economico sulla società.

Partiamo con i dati alla mano: in Italia vi sono quasi 6 milioni di persone affette da obesità,

100 mila nuovi casi all'anno, e 57 mila sono le morti attribuibili a questa condizione. Il CSRO (Centro di Studio e Ricerca sull'Obesità) ha calcolato che il costo annuo dell'obesità arriva a ben 9 miliardi di euro, numero che sale a 22 miliardi se si considerano anche le patologie correlate (ipertensione, ipercolesterolemia, diabete e molte altre).

Secondo le indagini statistiche se nei prossimi anni la tendenza seguirà la stessa traiettoria avuta sino ad oggi entro il 2030 il 50% circa della popolazione adulta mondiale sarà sovrappeso o obesa. A mio avviso il problema non dovrebbe essere preso tanto alla leggera. Inoltre nel calcolare il costo dell'obesità e delle patologie correlate non sono state considerate solo le spese sanitarie nude e crude (farmaci, visite mediche ecc) ma anche i giorni di lavoro persi da una persona con problemi di salute. Insomma la situazione è decisamente complessa ed intricata.

Ora, mettendo da parte la questione dell'impatto sociale, è risaputo che l'obesità ci toglie anni di vita e la condiziona in senso assolutamente non positivo. L'obesità non è una condizione irreversibile, basta raggiungere un certo grado di consapevolezza e rivolgersi a persone il cui solo scopo è quello di aiutare persone affette da questo disagio. A livello di società come possiamo combattere il problema dell'obesità? L'educazione alla sana alimentazione e all'attività fisica costante deve partire nei primi anni di vita, pertanto i genitori sono una figura di fondamentale importanza. Dopo di che anche le scuole dovrebbero fare la loro parte nell'aiutare i genitori e i bambini con opportuni incontri formativi.

Una domanda provocatoria rivolta ai genitori: cosa fate quando i vostri bambini fanno i capricci e si rifiutano di mangiare la frutta e la verdura? Chi lo desidera può rispondermi anche in privato all'indirizzo mail che potete trovare sul sito di IVG. Auguro una buona domenica a tutti.

"Alimentar-Mente 360" è la rubrica di alimentazione e benessere di IVG, a cura di Sara Paleologo: [clicca qui per leggere tutti gli articoli](#)