

Dopo le vacanze 3-4 chili in più: pericolo calcoli per il sovrappeso

L'ALLARME

Finiti i bagordi ferragostani è arrivato il momento di rimettersi a regime.

E se c'è bisogno di trovare una motivazione questa viene da un articolo in pubblicazione su "Current Opinion in Gastroenterology" che dimostra come l'obesità e il sovrappeso siano anche all'origine di un'epidemia nascosta e strisciante ma in rapido aumento: quella dei calcoli della colecisti e delle pancreatiti acute, infiammazione del pancreas ad esordio improvviso. Si manifesta con un dolore addominale alto violento, a cintura, a volte associato a nausea e vomito.

LA BILANCIA

Dopo le vacanze il peso aumenta, in media 3-4 chili. «Il momento del ritorno a casa dopo le ferie, periodo che per molti di noi si associa ad una permissività spesso eccessiva per cibo e alcol è spesso

vissuto come un trauma al momento della verifica sulla bilancia - spiega Antonio Craxi, presidente della Società Italiana di Gastroenterologia ed Endoscopia digestiva - Il beneficio di una vacanza svanisce presto, i chili di troppo accumulati rimangono. Una volta finite le ferie, dunque, tornare ad una alimentazione corretta e ad un uso molto moderato di alcoolici. Che, se bevuti in eccesso, oltre ad essere causa di danno al fegato, al pancreas, al cuore e al cervello rappresentano anche una importante fonte calorica. Ricordiamo che un litro di birra regala 430 kcal e uno di vino 850».

Già all'inizio dell'estate l'allarme obesità era stato ribadito da un articolo pubblicato sul "New England Journal of Medicine" che aveva esaminato l'effetto di sovrappeso obesità in 195 nazioni nell'ultimo quarto di secolo. Il bilancio al 2015 parla di 107,7 milioni di bambini e 603,7 milioni di adulti nel mondo (prevalenza del 5 per cento nei bambini e del 12

per cento per gli adulti).

«Secondo questo lavoro - aggiunge Patrizia Burra, gastroenterologa dell'università di Padova - l'obesità sarebbe responsabile di 40 milioni di decessi, il 7% delle morti totali e di 120 milioni di anni vita "gravati" da disabilità. Obesità e diabete di tipo 2 si associano anche ad un aumentato rischio di tumori». Un lavoro pubblicato su "Current Opinion in Gastroenterology" aggiunge a questa lista anche il rischio di sviluppare calcoli biliari e pancreatiti acute.

LE MISURE

In particolare sarebbe l'obesità viscerale - il grasso addominale - ad avere il maggior impatto come uno dei maggiori responsabili delle pancreatiti acute. Per questo, quindi, per valutare il rischio obesità-pancreatite è più importante il metro da sarto per misurare il girovita che non la bilancia per controllare il peso e l'indice di massa corporea.

R.M.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

6

i milioni di persone in Italia definite obese

46%

gli italiani con chili di troppo da smaltire

9,8%

I bambini tra 9 e 11 anni che soffrono di obesità

41%

percentuale di obesità degli abitanti della Campania

**I GASTROENTEROLOGI:
«APPENA FINITE
LE FERIE LIMITARE
L'ALCOL, DANNEGGIA
CUORE, CERVELLO,
FEGATO E PANCREAS»**



**L'INFIAMMAZIONE
Obesità
e sovrappeso
possono
essere causa
di diabete
anche
in giovane
età oltre che
fattori
scatenanti
di alcune
neoplasie**