



ASSOCIAZIONE SAMMARINESE CUORE-VITA
Via N. Bonaparte, 45 - 47890 SAN MARINO

Tel. fax 0549-991011 - Cell. 3357330499 e-mail: info@cuore-vita.sm // www.Cuore-Vita.sm



L'OBESITÀ E LE SUE COMPLICANZE

L'obesità costituisce un grave problema sanitario, interessando circa il 30% della popolazione italiana. Il numero e la diversità delle diete, la diffusione di clubs per dimagrire e di centri dietetici, la varietà delle terapie mediche proposte per dimagrire, stanno a dimostrare la grande difficoltà incontrata dalla maggior parte dei pazienti a dimagrire e mantenere il calo ponderale acquisito.

Il sovrappeso corporeo è associato a reali problemi fisici che sono attualmente ben individuati. Il più evidente è un aumento del tasso di mortalità, direttamente correlato all'aumento di peso. Altri problemi fisici associati all'obesità comprendono, tra l'altro, l'ipertensione, le cardiopatie, le pneumopatie, la calcolosi della colecisti e il diabete tipo 2. Recenti studi hanno dimostrato che il rischio di mortalità è significativamente aumentato nei pazienti con obesità patologica ($BMI = Kg/m^2 > 40$).

Ipertensione. Non tutti gli obesi sono ipertesi: tuttavia **esiste una correlazione diretta tra obesità ed ipertensione**. Il dimagrimento può produrre un abbassamento significativo della pressione arteriosa in circa il 50% dei pazienti ipertesi. Ciò significa che circa la metà dei pazienti che necessitano di terapia medica per controllare il loro stato ipertensivo, una volta dimagriti, lo potranno fare o senza alcuna terapia medica o con dosaggi notevolmente ridotti.

Funzione cardio-vascolare. **L'obesità aumenta il lavoro del cuore.** Ovviamente ci vuole uno sforzo maggiore a portare in giro continuamente il sovrappeso e pertanto il cuore viene affaticato. L'aumento del peso corporeo aumenta sia il rischio di malattie cardio-vascolari, sia l'incidenza di coronaropatie, particolarmente nelle persone con meno di 50 anni. In uno studio sui fattori di rischio cardio-vascolare, le persone con un peso superiore al 50% del peso ideale hanno dimostrato un'incidenza di ipertensione del 71%, di intolleranza al glucosio del 49%, di ipertrigliceridemia del 31%, di ipercolesterolemia del 22% e di iperuricemia del 22%. I pazienti obesi presentano un aumento del-

la frequenza cardiaca, del volume di eiezione, del lavoro cardiaco e del consumo di ossigeno. Tutti questi parametri tendono a normalizzarsi con la perdita di peso. **A causa dell'aumento del peso corporeo nell'obesità e a causa del sovraccarico cardiaco le dimensioni del cuore aumentano e il muscolo cardiaco si ipertrofia.**

Funzione respiratoria. **I pazienti obesi hanno una diminuita funzionalità respiratoria** a causa del maggiore sforzo richiesto per muovere il torace e l'addome durante la respirazione. I sintomi variano dalla lieve mancanza di respiro durante lo sforzo, alla severa insufficienza respiratoria con impossibilità a coricarsi a letto a causa della mancanza di respiro.

Malattie della colecisti. La frequenza di malattie della colecisti (calcoli) aumenta con il peso e con l'età.

Diabete (246 milioni di malati nel Mondo. Stima fra 20 anni 380 milioni). **Esiste una chiara relazione tra il sovrappeso e il diabete;** ciò è particolarmente vero per il tipo 2 di diabete, che si presenta in età adulta. L'aumento ponderale frequentemente precede o accompagna la comparsa di questa malattia. **Il dimagrimento migliora il diabete e ne diminuisce i sintomi.** Il concetto che l'iperinsulinemia e la ridotta tolleranza al glucosio siano il risultato dell'eccessivo apporto calorico, concorda con il dato della loro reversibilità una volta sopraggiunto il dimagrimento.

E' fondamentale, e spesso sufficiente, cambiare gli stili di vita (alimentazione corretta, movimento fisico e abitudini regolari) per prevenire e/o guarire diverse malattie. Si deve fare di più nella prevenzione delle complicanze da obesità.

Dr. Niksa Simetovic
Modulo Geriatrico e Riabilitativo
Centro Diabetologico (CEDIM)



**Telefonia Mobile
Sammarinese**

Liberi di **comunicare.**

Via Ventotto Luglio, 148 47893 Borgo Maggiore (RSM)

Tel 0549 980222 Fax 0549 980044 www.tms.sm • info@tms.sm