

## Le transizioni epidemiologiche: l'obesità ci riporterà indietro?

Gaziano JM

*Fifth phase of the epidemiologic transition: the age of obesity and inactivity*

JAMA 2010; 303: 275-276

**G**li epidemiologi ci avvertono: siamo entrati nella quinta fase epidemiologica, quella dell'obesità e dell'inattività fisica. Dopo la peste, che insieme alla fame ha dominato la storia dell'umanità, ci sono volute quattro fasi per arrivare a un'emergenza, quella dell'ipernutrizione, apparentemente meno drammatica, ma con le potenzialità di ridurre l'aspettativa di vita del mondo occidentale. La seconda fase, iniziata alla fine del diciannovesimo secolo, spiega Michael Gaziano su *JAMA*, con l'industrializzazione e l'urbanizzazione ha portato a una maggiore disponibilità di cibo. Nella terza, dalla metà del secolo scorso, caratterizzata da fumo, ridotta attività fisica e assunzione di quantitativi sempre maggiori di zuccheri e grassi raffinati, prendono il sopravvento le malattie degenerative, i tumori e le malattie cardiovascolari. Dalla fine degli anni sessanta, gli Stati Uniti, che precorrono i tempi nel bene e nel male di questa corsa dell'organismo umano, entrano nella quarta fase: programmi per eliminare il fumo e abbassare la pressione, interventi terapeutici sempre più efficaci riescono a ridurre la mortalità cardiovascolare. Nonostante tutti i progressi della medicina preventiva, l'avanzamento è inarrestabile verso la quinta fase: obesità e inattività fisica.

L'obesità ha tutte le potenzialità per annullare i benefici di 50 anni di lotta al tabacco: un studio svedese mostra come i chili di troppo durante l'adolescenza mettano a rischio di morte prematura quanto fumare metà pacchetto al giorno (<11 sigarette/die). Se si è obesi invece, il rischio di morire nei successivi 38 anni diventa assimilabile a quello di un forte fumatore.

Inoltre il resto del mondo sembra aver raggiunto gli Stati Uniti nella velocità di transizione di fase in fase, a volte anche con qualche salto: in Cina più del 20% dei bambini tra i 7 e i 17 anni è sovrappeso e un adulto su 5 è sovrappeso o obeso, il 60% delle donne sudafricane è sovrappeso.



peso. In America del Nord, se il trend rimane questo, nel 2020 metà della popolazione americana soddisferà i criteri dell'Oms per l'obesità. Tutto il progresso raggiunto in questi anni potrebbe vanificarsi, con il rischio anche di una perdita in termini di aspettativa di vita.

**Domitilla Di Thiene**

*Dipartimento di Scienze di Sanità Pubblica*

*G. Sanarelli, 'Sapienza' Università di Roma*