

## GIORNATA MONDIALE DELL'OBESITÀ

**Coordinatori**  
Vincenzo Toscano & Renato Cozzi  
**Editor**  
Vincenzo Di Donna & Cecilia Motta

Mai come quest'anno la “Giornata mondiale dell'obesità” è degna di essere celebrata, poiché nel 2021 la Comunità Europea ha riconosciuto l'obesità come malattia cronica. È stato riconosciuto che l'obesità è determinata non dalla cattiva volontà dei pazienti, ma da alterazioni metaboliche geneticamente determinate, che hanno effetti solo parzialmente sotto il controllo della volontà, che comportano aumento dell'appetito, riduzione del senso di sazietà e riduzione della spesa energetica.

In seguito all'assunzione di un pasto, nel soggetto magro si verifica un aumento degli ormoni della sazietà, nell'obeso, al contrario, una riduzione; pertanto, non è sorprendente che il soggetto obeso continui a mangiare. Ciò indica che, così come accade al paziente diabetico, che non diventa diabetico per sua scelta ma per alcune alterazioni metaboliche geneticamente determinate, l'obesità è la conseguenza di una complessa interazione tra ambiente obesigeno e predisposizione genetica: come nessun diabetico sceglie di diventare diabetico, nessun paziente con obesità sceglie di diventarlo. Ciononostante, tutt'oggi la maggior parte dei pazienti obesi si ritiene responsabile del proprio stato, senza aver cognizione che quando mangia non lo fa per sua libera scelta, ma sotto l'influenza di ormoni che non ha scelto di avere.

Anni di accuse, di giudizi e di pregiudizi hanno convinto il paziente con obesità di essere pigro, bugiardo e privo di forza di volontà, determinando lo stigma dell'obesità. Tali pazienti hanno una caratteristica non comune alle altre patologie croniche: si sentono in colpa per essere malati e soprattutto si sentono responsabili. Nessun paziente iperteso si sente in colpa per esserlo, il paziente obeso sì e ciò contribuisce a generare problemi psicologici con notevole impatto sulla qualità di vita e non solo.

Purtroppo, l'assioma “il paziente obeso è obeso perché mangia” è ancora adottato da molti medici, anche da alcuni specialisti. Dobbiamo far capire alla comunità medica e ai pazienti che è vero il contrario: il paziente obeso mangia perché è obeso. Solo allora potremo condurre il paziente con obesità in un percorso difficile ma possibile, che dura tutta la vita, come nel caso del diabete, dell'ipertensione e di molte altre malattie croniche.

Si dovrà far comprendere anche un altro importante principio della gestione dell'obesità: il paziente dimagrito non è guarito, anzi, dopo il dimagrimento indotto dalla dieta le alterazioni metaboliche che determinano l'obesità peggiorano e, in assenza di una terapia cronica, garantiscono un recupero ponderale che viene osservato dalla maggior parte dei pazienti.

Oggi sono disponibili nuove terapie mediche, ben tollerate, efficaci, di provata sicurezza anche per l'uso cronico. Questo è un settore in gran fermento: sono disponibili farmaci sempre più efficaci, che saranno in grado di consentire un dimagrimento tale da controllare molte delle complicanze causate dall'obesità.

Il nostro obiettivo è quello di impegnarci in maniera che il paziente con obesità possa maturare la consapevolezza della propria condizione, sollevato da responsabilità inesistenti, accompagnato in un percorso impegnativo, fatto di ostacoli ma anche di successi: il traguardo non è mai stato così vicino!