

Obesità: la pandemia silenziosa che minaccia il Sistema Sanitario Nazionale

È la radice comune di diabete, malattie cardiovascolari, neurodegenerative e oncologiche. Nel mirino gli alimenti ultraprocessati

di Antonio Gasbarrini*



Doctor measuring obese man waist body fat. Obesity and weight loss.

I punti chiave

- Ultraprocessati: carburante per la meta-infiammazione
- Il cervello intestinale sotto assedio
- Una rivoluzione terapeutica da non sprecare
- Una guerra senza quartiere

L'obesità non è più un problema individuale di stile di vita: è la pandemia silenziosa che minaccia di far crollare il nostro Servizio Sanitario Nazionale. È la radice comune di diabete, malattie cardiovascolari, neurodegenerative e oncologiche. Se non la trattiamo come una vera e propria malattia, con strumenti adeguati e una strategia senza quartiere, il futuro del Servizio sanitario nazionale è segnato.

Ultraprocessati: carburante per la meta-infiammazione

Snack salati, bibite zuccherate, pasti pronti iperpalatabili: gli alimenti ultraprocessati sono progettati per stimolare consumo compulsivo, ma lasciano in eredità un intestino devastato. Il microbiota si impoverisce, la barriera intestinale perde integrità, il sistema immunitario si infiamma cronicamente. È la meta-infiammazione che alimenta aterosclerosi, insulino-resistenza e rischio oncologico. Ogni carrello della spesa carico di ultraprocessati accelera in silenzio la comparsa di malattie croniche gravi.

Il cervello intestinale sotto assedio

L'asse intestino-cervello, cruciale per la regolazione di appetito, emozioni e metabolismo, è stato progressivamente sabotato da decenni di cibo spazzatura. I messaggi tra enteroendocrino e sistema limbico risultano distorti: il cervello intestinale è stordito, incapace di modulare correttamente fame e sazietà. Gli agonisti dei recettori ormonali gastrointestinali, singoli, duali o tripli, rappresentano una svolta: riattivano circuiti metabolici e neuroendocrini compromessi, restituendo equilibrio a un sistema vitale.



Cibi ultra-processati, rischio dipendenza come droghe e alcol

Link al video: <https://www.ilsole24ore.com/art/l-obesita-e-pandemia-che-puo-far-crollare-servizio-sanitario-nazionale-ecco-perche-AHCm4mGC>

Una rivoluzione terapeutica da non sprecare

Gli agonisti dei recettori di GLP-1, GIP e glucagone non sono più farmaci 'per il diabete'. Sono strumenti potentissimi per ridurre peso corporeo, ridurre la steatosi epatica, abbattere l'infiammazione sistemica e prevenire complicanze cardiovascolari e renali. La loro introduzione segna un cambio di paradigma: non più curare solo le complicanze dell'obesità, ma aggredire la radice della malattia.

Una guerra senza quartiere

Serve una presa di posizione radicale: educazione alimentare obbligatoria nelle scuole; tassazione e disincentivi per junk food e bevande zuccherate; campagne di salute pubblica che dicano la verità: il consumo abituale di ultraprocessati accorcia la vita, aumentando il rischio di obesità, diabete, malattie cardiovascolari e tumori; accesso equo ai nuovi farmaci incretinici, da considerare strumenti di cura e non vezzi estetici. La battaglia contro l'obesità e il cibo ultraprocessato non è una questione estetica: è l'unico modo per salvare il Servizio Sanitario Nazionale. Ogni esitazione equivale a un arretramento. Abbiamo le conoscenze scientifiche, gli strumenti terapeutici e le prove epidemiologiche: ora serve il coraggio politico e culturale di dichiarare guerra senza quartiere all'obesità. Solo così il SSN potrà restare sostenibile per le generazioni future.

** Direttore Scientifico, Fondazione Policlinico Universitario Gemelli Irccs - Professore Ordinario di Medicina Interna, Università Cattolica del Sacro Cuore*

Link completo all'articolo:

<https://www.ilsole24ore.com/art/l-obesita-e-pandemia-che-puo-far-crollare-servizio-sanitario-nazionale-ecco-perche-AHCm4mGC>