

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## ANZIANI IN SOVRAPPESO

Il controllo del peso negli anziani è oggetto ancora di discussione. Infatti, anche se sono stati riportati benefici, per esempio in termini di controllo dell'ipertensione, in alcuni studi osservazionali il dimagrimento è stato associato a un aumento della mortalità. Evidentemente, queste ricerche uniscono dimagrimenti voluti e non, rendendo poco chiaro l'effetto di un dimagrimento volontario. Lo studio pubblicato sull'*American Journal of Clinical Nutrition* ha voluto indagare questo aspetto utilizzando i dati di una sperimentazione controllata, completata nel 1995. Il Trial of Nonpharmacologic Intervention in the Elderly (TONE) prevedeva l'assegnazione di 585 pazienti, obesi o in sovrappeso, dell'età media di 66 anni, trattati per ipertensione arteriosa, a quattro possibili gruppi: riduzione del peso, limitazione dell'apporto di sodio, entrambe le misure, stile di vita non modificato. Il nuovo studio ha analizzato la mortalità per tutte le cause dei partecipanti al TONE, trovando che non c'erano differenze significative tra il gruppo avente come obiettivo la riduzione del peso (291 partecipanti; riduzione ponderale 4,4 kg) e gli altri gruppi (294 partecipanti; riduzione ponderale 0,8 kg). L'hazard ratio corretto era pari a 0,82 con intervallo di confidenza 95%: 0,55 -1,22 (circa una cinquantina di decessi nelle due categorie considerate). Da questi dati si evince che un dimagrimento intenzionale attraverso la dieta non è associato in modo significativo a un aumento della mortalità per tutte le cause nel corso del follow-up a 12 anni.

Fonte:

*The effect of intentional weight loss on all-cause mortality in older adults: results of a randomized controlled weight-loss trial. Shea MK, Nicklas BJ, Houston DK, Miller ME, Davis CC, Kitzman DW, Espeland MA, Appel LJ, Kritchevsky SB. Am J Clin Nutr. 2011 Sep;94(3):839-46. Epub 2011 Jul 20.*