

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

L'OBESITÀ RICHIEDE SOLUZIONI COMPLESSE

Che cosa pensano gli obesi degli interventi a livello individuale e generale contro l'obesità? A questa domanda ha cercato di rispondere una ricerca australiana, pubblicata da Samantha Thomas e colleghi della Monash University di Melbourne. Attualmente in Australia il 25% della popolazione è obeso, il 37% sovrappeso, il 37% ha un peso normale e il 2% è sottopeso.

Gli studi precedenti hanno sempre considerato l'opinione pubblica a livello generale. Ma questa volta è stata chiesta l'opinione di persone con un BMI uguale o superiore a 30. Il campione è stato reclutato in modo tale che fossero presenti esperienze diverse in termini di obesità. Il 75% erano donne. L'età andava dai 19 ai 75 anni, l'età media era di 45 anni. Ai partecipanti è stato chiesto di esprimersi su tre interventi a livello generale (legislazione, campagne mediatiche e iniziative sanitarie pubbliche) e su tre interventi a livello individuale (programmi personalizzati di attività fisica, programmi commerciali dietetici, chirurgia). Ai partecipanti è stato chiesto anche un giudizio sull'efficacia di questi interventi.

Il 61% del campione si è espresso a favore di una legislazione "anti-obesità", per esempio con la proibizione degli spot di junk food rivolti ai bambini. Tuttavia, questi interventi sono stati anche giudicati come una scorciatoia a un problema complesso. "Le persone affrontano una complessità di scelte riguardo al cibo, e quindi la soluzione deve essere complessa" ha detto un partecipante. Il 42% del campione aveva fiducia nelle iniziative sanitarie pubbliche, fatte di consigli concreti, forniti da autorità pubbliche affidabili. Il 33% sosteneva le campagne mediatiche, spesso però percepite come inesatte e discriminanti. I programmi personalizzati di fitness sono stati sostenuti dal 57% del campione, in particolare da quello maschile. Il 31% si è espresso a favore della chirurgia, ma molti erano dubbiosi sulla sua efficacia, soprattutto a lungo termine. I programmi di dimagrimento commerciali sono stati giudicati nel loro complesso positivamente dal 18% del campione. Molto più positivi erano i giudizi per i programmi giudicati maggiormente orientati alla promozione della salute piuttosto che al semplice dimagrimento e che non vendevano alimenti dietetici.

In conclusione, secondo i ricercatori, gli adulti obesi sono favorevoli a interventi di sanità pubblica, non giudicanti, non stigmatizzanti, che puntino a migliorare lo stile di vita piuttosto che la perdita di peso.

Fonte:

"The solution needs to be complex." Obese adults' attitudes about the effectiveness of individual and population based interventions for obesity. Thomas SL, Lewis S, Hyde J, Castle D, Komesaroff P. BMC Public Health. 2010 Jul 15;10:420.