

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

## ADOLESCENTI SENSIBILI ALL'INSULINA

Lo scopo dello studio era valutare l'associazione tra il calo ponderale e la sensibilità all'insulina, la tolleranza al glucosio e la sindrome metabolica (MS) in adolescenti obesi che avevano presentato un calo di peso. Inoltre, si voleva determinare quale fosse la perdita di peso necessaria per osservare miglioramenti di questi parametri.

È stato condotto uno studio randomizzato sulla perdita di peso di 113 adolescenti obesi, valutando vari parametri ematici ed antropometrici come le variazioni di insulina a digiuno, l'indice di sensibilità insulinica HOMA e WBISI e l'indice di massa corporea (BMI) sia al basale sia al follow up dopo 4 mesi.

C'è stato un significativo miglioramento riguardante la sensibilità insulinica al follow up. L'insulina media a digiuno è scesa da 22,3 a 16,6  $\mu\text{U/mL}$  ( $p < .0001$ ).

L'HOMA è diminuita significativamente da 4,9 a 3,7 e il WBISI è aumentato significativamente da 2,87 a 3,98 ( $P < .0001$ ). Una riduzione dell'8% del BMI ha portato ad un miglioramento significativo del WBISI ( $P = 0,03$ ) ed era la soglia ottimale. A seguito dell'ottenimento di questi risultati, soprattutto in termini di calo ponderale ( $P = 0,0038$ ), diminuiva il numero di adolescenti che rispettavano i criteri di diagnosi per sindrome metabolica, anche se non ci sono stati cambiamenti significativi nelle singole caratteristiche (diabete mellito, ipertensione arteriosa valori di colesterolo HDL e di circonferenza vita superiori al range di normalità).

In questo studio, la perdita di peso al follow up è stata associata ad un miglioramento della sensibilità insulinica negli adolescenti obesi. La diminuzione del BMI dell'8% circa si è dimostrata essere il livello di soglia che ha determinato questo miglioramento. Esistono numerosi programmi finalizzati ad aiutare gli adolescenti obesi a raggiungere un calo ponderale, ed è importante stabilire obiettivi di perdita di peso ragionevoli e raggiungibili per ottenere miglioramenti nei parametri clinici e ridurre il rischio cardiovascolare legato all'obesità

*Fonte: Threshold for Improvement in Insulin Sensitivity with Adolescent Weight Loss. Abrams P, Levitt Katz LE, Moore RH, Xanthopoulos MS, Bishop-Gilyard CT, Wadden TA, Berkowitz RI. J Pediatr. 2013 May 22. pii: S0022-3476(13)00420-4. doi: 10.1016/j.jpeds.2013.04.003. [Epub ahead of print]*