

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

BIMBI A RISCHIO GIÀ DAI 4 ANNI SE IL PESO AUMENTA TROPPO

“Gli aumenti nell’indice di massa corporea a partire dai 6 mesi di età sono importanti indicatori di un maggior rischio metabolico anche per bambini di soli 4 anni”, afferma Camila Corvalan in uno studio recentemente pubblicato sulla rivista American Journal of Clinical Nutrition.

“Queste osservazioni non devono essere trascurate” affermano gli autori “perché alti livelli di rischio in così tenera età potrebbero indicare una maggior predisposizione a malattie croniche, come diabete, insulino resistenza, eccetera, in età adulta”.

Corvalan e colleghi hanno coinvolto nella loro ricerca un gruppo di 323 bambini cileni con peso normale alla nascita ai quali, con cadenza semestrale, sono stati misurati peso e altezza, a partire dai 6 mesi e fino ai 3 anni. Per valutare le influenze della crescita nel periodo 0-4 anni sul rischio a 4 anni, nel quarto anno di vita dei bambini sono state raccolte informazioni relative a circonferenza vita, livelli di glucosio, insulina e lipidi plasmatici, nonché la modalità di allattamento (allattamento al seno esclusivo, misto, artificiale) all’età di 4 mesi. Nel gruppo di bambini sotto osservazione la prevalenza di obesità a 4 anni era del 13%. Dalle analisi è emerso innanzitutto che i cambiamenti nell’indice di massa corporea dai 6 ai 24 mesi predicevano un maggior punteggio di rischio metabolico una volta raggiunta l’età di 4 anni. Non tutti i fattori di rischio erano tuttavia influenzati dalle modifiche nel BMI: non lo erano la resistenza all’insulina (HOMA) ed il rapporto colesterolo totale/colesterolo HDL.

La modalità di allattamento condiziona solo parzialmente alcuni parametri di rischio, come per esempio il rapporto colesterolo totale/colesterolo HDL o i livelli di colesterolo HDL, ma in generale, non è associata all’indice di rischio cardiovascolare globale a 4 anni.

“Una crescita sana nelle prime fasi della vita rappresenta una strategia efficace per prevenire l’insorgenza di malattie croniche in età adulta” spiega Corvalan, che conclude: “Si dovrebbe agire già a partire dai 6 mesi per consentire ai piccoli di crescere in buona salute”.

Fonte:

Effect of growth on cardiometabolic status at 4 y of age. Corvalán C, Uauy R, Stein AD, Kain J, Martorell R. Am J Clin Nutr. 2009 Sep;90(3):547-55. Epub 2009 Jul 29.

□