

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

CAMBIAMENTI DELLA FUNZIONALITÀ TIROIDEA, DELLO STATO GLICEMICO E DEGLI APPORTI ALIMENTARI NEI BAMBINI CON ECCESSO DI PESO SOTTOPOSTI AD INTERVENTO EDUCAZIONALE SU PIÙ COMPONENTI ALL'INTERNO DELLA SCUOLA PER 16 MESI

È stato indagato se i bambini con peso in eccesso sottoposti a due tipi di intervento educativo all'interno della scuola per 16 mesi potessero mostrare miglioramenti nella funzionalità tiroidea e nello stato glicemico e nell'assunzione di cibo. I bambini (8-11 anni) con un indice di massa corporea per età (BMI/A) con punteggio ≥ 1 Z sono stati divisi in due gruppi: il trattamento 1 (n = 73) ha comportato la motivazione ad adottare uno stile di vita più sano; il trattamento 2 (n = 103) prevedeva lo svolgimento di attività di educazione alimentare settimanale, attività motivazionali e attività fisica a scuola. È stato utilizzato un questionario semiquantitativo sulla frequenza degli alimenti. Il delta BMI / A era simile dopo 16 mesi; Il trattamento 1 ha mostrato una riduzione più elevata dell'ormone stimolante la tiroide (TSH; mediana (intervallo)): -0,45 (da -3,19 a 2,17) e 0,06 (da -4,57 a 1,63) mIU / L, $p = 0,001$), FreeT3 (-0,46 (- 2,92 a 1,54) e -0,15 (da -2,46 a 1,38) pmol / L, $p = 0,038$) e FreeT4 - 1,41 (da -6,18 a 3,47) e -0,90 (da -4,89 a 2,96) pmol / L, $p = 0,018$), seguito da una riduzione dell'apporto energetico (7304 (da 6806 a 7840) e 8267 (da 7739 a 8832) kJ, p trattamento = 0.439, p tempo <0.001, tempo di interazione gruppo $p < 0.001$), macronutrienti e zucchero. Una correlazione positiva tra FreeT3 e BMI / A e una correlazione negativa con FreeT4 e insulina sono state trovate al basale (r 0,212, $p < 0,01$; r -0,155, $p < 0,01$, rispettivamente) e follow-up (r 0,222, $p < 0,01$; r -0,221, $p < 0,01$). La riduzione della dieta generale e in particolare l'assunzione di zucchero è stata accompagnata da una maggiore riduzione di TSH e FreeT3 nel trattamento 1, dimostrando l'impatto dell'assunzione dietetica sulla funzione tiroidea.

Fonte: Vinicius J B Martins, Andrea R Filgueiras, Viviane B P Almeida, Rúbia C S de Moraes, Ana L Sawaya "Changes in Thyroid and Glycemic Status and Food Intake in Children With Excess Weight Who Were Submitted for a Multi-Component School Intervention for 16 Months" *Int J Environ Res Public Health*. 2020 28;17(11):E3825. doi: 10.3390/ijerph17113825.