

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

COME STIMARE L'ECESSO DI PESO IN ADOLESCENZA

L'indice usato in genere per misurare i livelli di grasso corporeo nei ragazzi potrebbe non essere lo strumento migliore. Secondo uno studio, l'indice di massa corporea, o Bmi, potrebbe essere sostituito con l'indice di massa tri ponderale, o Tmi. Il Tmi è la massa divisa il cubo dell'altezza. Il Bmi, infatti, non fornisce sempre buoni risultati nei bambini, tanto che spesso si preferisce l'uso del Bmi z score.

Il nuovo indice è stato applicato per valutare lo status ponderale di 2.285 partecipanti allo studio 1999-2004 U.S. National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES). I partecipanti erano di età compresa tra gli 8 e i 29 anni. L'indice veniva valutato sotto tre aspetti: la stabilità rispetto all'età, l'accuratezza nel misurare il grado di adiposità e l'accuratezza nel misurare il grado di sovrappeso degli adolescenti. Riguardo agli adolescenti tra gli 8 e i 17 anni, il Tmi è risultato superiore al Bmi per i primi due aspetti. Riguardo agli errori di classificazione, lo z score del Bmi portava a considerare in sovrappeso il 19,4% degli adolescenti che invece erano normopeso, contro l'8,4% del Tmi; rispetto ai percentili del Bmi, il Tmi non era più accurato, ma più semplice da calcolare.

Fonte: Peterson, Courtney M., et al. "Tri-Ponderal Mass Index vs Body Mass Index in Estimating Body Fat During Adolescence." JAMA pediatrics (2017)