

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

GIOVANI, L'EUROPA MERIDIONALE STA PEGGIO

“Gli abitanti dei paesi mediterranei hanno storicamente un rischio più basso di malattie cardiovascolari”, scrive Pediatrics. Tuttavia, i cambiamenti avvenuti negli ultimi anni hanno modificato il tipo di alimentazione seguita e lo stile di vita, osserva la rivista scientifica. Un articolo ha scoperto che gli adolescenti che vivono in città del Sud Europa tendono ad avere condizioni di salute peggiori e livelli superiori di adiposità rispetto ai coetanei del Nord. Per questo studio sono stati utilizzati i dati dello studio Helena (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence), che coinvolge 3.528 adolescenti del Sud (4 città) e del Centro-nord (6 città) in Europa, 1.089 dei quali hanno fornito campioni di sangue per le analisi. La ricerca ha cercato di paragonare l'adiposità e il rischio cardiometabolico di adolescenti che vivono in contesti urbani europei e di spiegare da quali fattori potevano dipendere le differenze riscontrate nei valori.

Sono stati misurati i livelli di fitness (forza, agilità), adiposità totale e addominale (antropometria e impedenza bioelettrica) e rischio cardiometabolico (adiposità, lipidi plasmatici, resistenza all'insulina e pressione sanguigna). Gli adolescenti dell'Europa meridionale avevano livelli di fitness inferiori e di adiposità superiori, secondo tutti i parametri. Gli adolescenti del Sud erano anche meno attivi e questo potrebbe spiegare le differenze nell'agilità. Secondo gli autori, i livelli di fitness e di adiposità mostrano che gli adolescenti che vivono in ambienti urbani dell'Europa meridionale sono meno sani dei loro coetanei dell'Europa centrosettentrionale.

Le differenze nei livelli di attività fisica potrebbero spiegare le differenze nelle componenti della fitness, mentre non sono chiari i fattori che influiscono sull'adiposità.

Fonte: Health Inequalities in Urban Adolescents: Role of Physical Activity, Diet, and Genetics. Ortega FB, Ruiz JR, Labayen I, Martínez-Gómez D, Vicente-Rodriguez G, Cuenca-García M, Gracia-Marco L, Manios Y, Beghin L, Molnar D, Polito A, Widhalm K, Marcos A, González-Gross M, Kafatos A, Breidenassel C, Moreno LA, Sjöström M, Castillo MJ; on behalf of the HELENA project group. Pediatrics. 2014 Mar 17. [Epub ahead of print]