

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

RISCHIO OBESITÀ PER I BAMBINI IN CONDIZIONE DI INSICUREZZA ALIMENTARE

Secondo i dati governativi, negli Stati Uniti il 33% dei bambini in età prescolare, in famiglie a basso reddito, è in sovrappeso oppure obeso, contro il 24% del totale dei bambini in età prescolare. È quindi lecito chiedersi che tipo di relazione esiste tra sovrappeso e insicurezza alimentare (food insecurity), intesa come accesso limitato o saltuario a cibi sicuri e nutrizionalmente adeguati. C'è un'associazione tra peso e reddito? È quanto ha voluto chiarire un gruppo di ricerca americano, limitando l'analisi ai bambini di età tra i due e i cinque anni.

I dati sono stati raccolti nell'ambito del programma di assistenza alimentare "Women, Infants, and Children" (WIC) del Massachusetts, tra il settembre 2001 e l'agosto 2006. Il programma prevede la fornitura di vouchers per l'acquisto di alimenti, supporto all'allattamento materno, counseling nutrizionale e monitoraggio sanitario. Le madri entravano nel programma WIC durante la gravidanza, potendo rimanerci fino a quando i loro figli compivano i 5 anni di età. Il genitore o chi ne faceva le veci rispondeva a quattro questionari; venivano misurati l'altezza e il peso dei bambini.

Allo studio hanno partecipato 28.353 bambini. Il 24,9% dei bambini piccoli e il 23,1% dei bambini vivevano in famiglie con situazioni di insicurezza alimentare; il 17,1% dei bambini risultava obeso all'ultima visita. Utilizzando il questionario Core Food Security Module, che rileva se le famiglie hanno abbastanza denaro per comprare alimenti per pasti bilanciati, la frequenza con cui gli adulti della famiglia consumano pasti scarsi o saltano i pasti, la frequenza con la quale gli adulti non mangiano nulla per l'intera giornata, è stato possibile classificare le famiglie in aventi condizioni di sicurezza alimentare, insicurezza alimentare ma non fame, insicurezza alimentare con fame.

L'analisi di regressione logistica multivariata ha valutato l'associazione tra l'insicurezza alimentare delle famiglie durante la prima infanzia e il rischio di obesità in età prescolare, controllando i fattori come l'etnia del bambino, il genere, la dimensione della famiglia, l'età della madre, il grado di istruzione e il peso durante la gravidanza.

Si è visto che una persistente insicurezza alimentare familiare, non accompagnata da fame, era associata con il 22% in più di probabilità di obesità infantile (odds ratio=1.22; 95% CI da 1.06 a 1.41) rispetto a quelli con sicurezza alimentare persistente.

L'associazione tra insicurezza alimentare e obesità si accentuava nel caso di madri che durante la gravidanza erano sottopeso (odds ratio aggiustato = 3.22, 95% CI 1,70-6,11, p = 0,003) o in sovrappeso oppure obese (odds ratio aggiustato = 1.34, 95% CI 1,11-1,62, p = 0,03).

Il risultato suggerisce che una persistente condizione di insicurezza alimentare, anche senza uno stato di fame, è legata all'obesità infantile. Questa associazione dipende anche dal peso della madre. Secondo gli autori dello studio, i gruppi di popolazione vulnerabili dovrebbero essere coinvolti in progetti di prevenzione dell'obesità.

Fonte: A longitudinal study of food insecurity on obesity in preschool children. Metallinos-Katsaras E, Must A, Gorman K. J Acad Nutr Diet. 2012 Dec;112(12):1949-58. doi: 10.1016/j.jand.2012.08.031