

# Impedire l'obesità infantile attraverso iniziative community-based



*La prevenzione è ampiamente riconosciuta come il metodo più efficiente e produttivo per contrastare l'epidemia di obesità; gli approcci più promettenti hanno come obiettivo le popolazioni piuttosto che gli individui, sono focalizzati sui cambiamenti dell'ambiente e della politica e richiedono risposte multi-settoriali. Questo articolo guarda alle iniziative community-based esistenti in Europa.*

## **Cambiare i comportamenti e l'ambiente**

L'eziologia dell'obesità è complessa e le abitudini alimentari e sull'attività fisica si sviluppano probabilmente in giovane età.

Un ambiente 'obesogenico' induce il consumo di troppa energia e scoraggia l'attività fisica. La necessità di prevenire l'obesità nell'intera popolazione ha stimolato la realizzazione di centinaia di iniziative community-based (CBI) attraverso l'Europa.<sup>1</sup>

Le CBI sono strategie multifattoriali con lo scopo di modificare i comportamenti attraverso interventi focalizzati sia sui comportamenti individuali che sull'ambiente. Modificare abitudini malsane richiede la modifica delle percezioni, del microambiente (ad es. scuole, case, vicinati) e del macroambiente (ad es. sistemi educativi e sanitari, governi, l'industria alimentare e atteggiamenti e convinzioni della società) in modo da far prevalere comportamenti sani.<sup>2</sup> Gli interventi devono adattarsi al contesto locale, pertanto tutte le CBI eseguono una miscela di strategie a livello locale.<sup>1</sup>

## **L'esempio di EPODE**

Un programma pilota in due comunità nel nord della Francia ha scoperto che la prevalenza dei bambini sovrappeso si trova in queste città (11.4% nel 1992; 8.8% nel 2004) e non nelle città controllo (12.6% nel 1992; 17.8% nel 2004).<sup>3</sup> Questo studio cross-sezionale non prova che l'intervento riduce l'obesità ma porta allo sviluppo di EPODE "Ensemble Prevenons l'Obésité Des Enfants", che significa "Impediamo insieme l'obesità infantile."

EPODE è un approccio coordinato con lo scopo di mettere in grado le comunità di combattere e impedire l'obesità infantile. Si fonda su quattro pilastri principali:<sup>4</sup>

1. un solido background scientifico, valutazione e diffusione dei risultati
2. una forte volontà politica e coinvolgimento dei rappresentanti politici
3. un'organizzazione coordinata e un approccio basato sul marketing sociale
4. un approccio multi-livello, multi-stakeholder che coinvolge partner privati e pubblici

I gruppi target EPODE primari sono tutti bambini di età da 0 a 12 anni, senza considerazione per il loro peso e le loro famiglie. Un project manager locale, incaricato dal rappresentante politico locale (ad es. il sindaco), in grado di difendere il programma, è istruito da un team di coordinazione centrale. Il ruolo del project manager è di mobilitare una commissione di direzione locale sfaccettata e una diversità di stakeholders locali, specialmente nelle scuole, organizzazioni extracurricolari e social network di associazioni, posizionando in tal modo la comunità al cuore del sistema.

Le risorse sono supportate finanziamenti pubblici e no-profit, così come le sponsorizzazioni collettive. Nel 2008, l'European Directorate General for Health and Consumers ha fornito i fondi per lo sviluppo dell'EPODE European Network per accelerare la realizzazione delle CBI attraverso l'Europa. Fino ad ora, diverse CBI in Europa sono basate sulla metodologia EPODE e vi sono progetti simili su larga scala in tutta Europa (alcuni esempi in Tabella 1).<sup>1</sup>

## La sfida principale: la valutazione

Numerose prove suggeriscono che i CBI potrebbero rappresentare un modo efficace per impedire l'obesità infantile, ma vi è la necessità di una migliore valutazione scientifica.<sup>2,4</sup> La valutazione delle CBI si affida alla raccolta di informazioni su:<sup>4</sup>

- indicatori di processo (ad es. società centrali, incontri dei comitati di direzione locali)
- indicatori di output (ad es. numero di azioni locali, partecipazione di famiglie e bambini)
- indicatori di outcome (ad es. cambiamenti nelle abitudini alimentari, nell'attività fisica, BMI, benessere e conoscenza)

Soprattutto, è difficile paragonare interventi dovuti alle variazioni negli esiti e nella qualità dei progetti di studio. I CBI che riportano i risultati positivi sono probabilmente over rappresentati nella tabella.<sup>1</sup> Inoltre, anche quando usa lo stesso protocollo, l'efficacia delle CBI non è da considerarsi replicabile a causa dell'adattamento alla situazione locale. Il progetto finanziato dall'UE IDEFICS (Identification and prevention of Dietary- and lifestyle-induced health EFfects In Children and infantS) è stato condotto per fornire una metodologia affidabile e standardizzata per valutare l'obesità infantile su scala globale. I dati da queste e altre iniziative in corso saranno convalidati nei prossimi anni. Un ulteriore monitoraggio e ricerca utilizzando metodi consistenti compatibili forniranno informazioni di valore sugli elementi efficaci nella prevenzione community-based del sovrappeso e dell'obesità.

La valutazione è uno strumento essenziale per motivare gli attori globali e i politici a supportare le CBI in maniera sostenibile e il processo dovrebbe rappresentare un ottimo equilibrio tra gli standard scientifici e la praticabilità.

L'obesità è un tema mondiale, che richiede un approccio globale che supporti le azioni locali. Aumentare la realizzazione e la praticabilità delle CBI, con un monitoraggio di alta qualità, dovrebbe essere una priorità globale.<sup>5</sup>

## Bibliografia

1. Bemelmans WJE, Verschuren M, van Dale D, et al. (2011). An EU-wide overview of community-based initiatives to reduce childhood obesity. Bilthoven, The Netherlands: RIVM.
2. Osei-Assibey G, Dick S, Macdiarmid J, et al. (2012). The influence of the food environment on overweight and obesity in young children: a systematic review. *BMJ Open* 2:e001538; doi:10.1136/bmjopen-2012-001538
3. Romon M, Lommez A, Tafflet M, et al. (2009). Downward trends in the prevalence of childhood overweight in the setting of 12-year school- and community-based programmes. *Public Health Nutrition* 12(10):1735-1742.
4. Borys JM, Le Bodo Y, Jebb SA, et al. (2012). EPODE approach for childhood obesity prevention: methods, progress and international development. *Obesity Reviews* 13(4):299-315. EPODE International network website: <http://www.epode-international-network.com/>
5. Simon C, Schweitzer B, Oujaa M, et al. (2008). Successful overweight prevention in adolescents by increasing physical activity: a 4-year randomized controlled intervention. *International Journal of Obesity* 32(10):1489-1498.