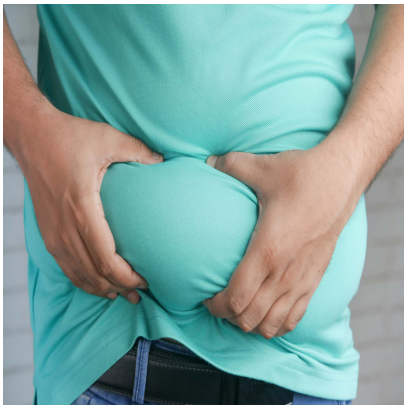


Obesità e diabete: recenti novità di cura e qualche riflessione

Descrizione

Francesco Morelli, già aiuto di Medicina generale e responsabile del Centro di Diabetologia e Malattie Nutrizionali del Ricambio dell'ospedale di Campostaggia, Siena. Specialista in Cardiologia, Scienza dell'Alimentazione ed Endocrinologia

I dati OMS pubblicati sulla prestigiosa rivista *The Lancet* sono molto preoccupanti: nel mondo più di un miliardo di persone convivono con l'obesità e le sue complicanze (diabete, ipertensione ecc.).

Gli effetti sono rilevanti e molte persone soffrono per il loro aspetto e vivono con un sentimento-cognitivo-comportamentale che li fa sentire a disagio, sia per trovare un lavoro che per avere una vita coniugale normale.

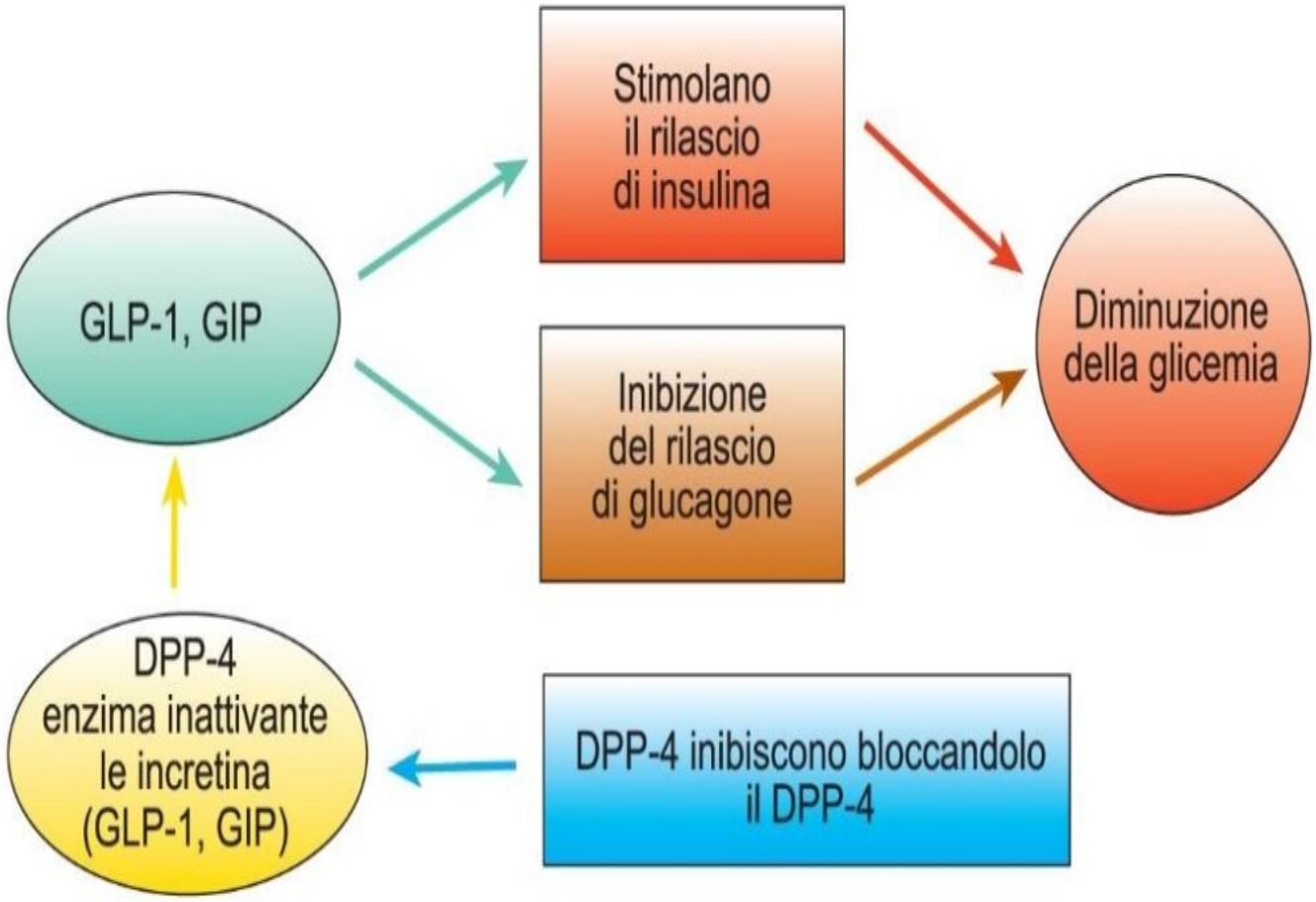
Per arginare questa "pandemia", molti governi (compreso il nostro) stanno organizzando vere *Task Force* contro l'obesità (infantile e dell'adulto) e il diabete, oggi così strettamente connessi tra di loro da parlare di *diabesità*, una sola parola nella quale convivono due malattie che innescano un circolo vizioso in cui una alimenta l'altra e viceversa.

Il grasso viscerale in eccesso produce le ormai "note" adipochine, sostanze patogene che contrastando l'azione dell'insulina provocano prima la sindrome metabolica ed a seguire, la riduzione delle *beta*-cellule con conseguente, possibile insorgenza di diabete di tipo 2.

Sono d'accordo con l'OMS che l'azione primaria per contrastare questa dannosa evoluzione sia quella di cambiare stile di vita, seguendo una piattaforma nutrizionale corretta, aumentando l'attività fisica, diminuendo le calorie, favorendo il maggiore consumo di frutta e verdura e infine ricorrendo all'uso dei farmaci.

Purtroppo in un'epoca di benessere e consumismo non è semplice per l'obeso seguire quanto detto perché, oltre a essere bersaglio di una pubblicità spesso ingannevole, è anche molte volte dotato di una personalità complessa e soprattutto di un di un equilibrio alimentare che troppe volte è il risultato di molteplici azioni comportamentali non corrette. Il suo obiettivo è: tutto e subito, svegliarsi al mattino e dare un'occhiata allo specchio possibilmente senza più vedere quella massa di grasso che lo opprime.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze



Il GLP-1 e il GIP bloccano l'enzima DPP-4 (che inattiva le incretine) così il GLP-1 e il GIP possono svolgere le loro attività che sono:

- Stimolazione delle betacellule del pancreas con rilascio di insulina e riduzione della glicemia.
- Inibire la secrezione di glucagone (che aumenta la glicemia).
- Sembra che il GLP abbia anche un'azione sul centro della fame (diminuendola).

Sempre alla ricerca del farmaco miracoloso, da circa 2 anni sono arrivati anche in Italia i cosiddetti agonisti del GLP-1 che, rallentando lo svuotamento gastrico post -pasto, impediscono alla grelina della piccola curva di intervenire sul corretto funzionamento dei centri fame-sazietà con relativa diminuzione della fame stessa.

In teoria questa sarebbe la giusta terapia: perdere in un anno dai 15-20 kg non è poca cosa anche se almeno il 30% sono di acqua tanto che una famosa dermatologa USA ha identificato questa perdita troppo veloce col termine "o*zempic face*" ossia cedimento dei tessuti e pelle cadente che poi richiedono il "*nip & tuck*", il ritocchino del chirurgo plastico.

Purtroppo questi farmaci, pur essendo una scoperta importante, hanno molti effetti collaterali e controindicazioni, specie per l'apparato digerente ed ancora più gravi per un probabile effetto infiammatorio sul pancreas, nonché sulla retinopatia diabetica, senza omettere che se interrotti si riprendono in breve tempo i chili persi, come dimostrato da una ricerca su 23.000 persone che hanno ripreso il peso nel 40% dei casi. Inoltre, non tutte le persone rispondono alla terapia. Motivo? Non si sa.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Quindi, parlare troppo del dimagrire con gli agonisti del GLP-1, finisce per enfatizzare quantità e qualità dei chili persi come se fosse una competizione, trascurando invece il mantenimento del peso raggiunto che è l'unico obiettivo di ogni programma dimagrante. Non solo, ma può anche dare l'impressione di una campagna pubblicitaria fin troppo aggressiva, focalizzata più sui kg persi che sulla gestione complessiva della salute del paziente.

Inoltre da non sottovalutare le difficoltà di inserimento di questi farmaci nel quotidiano o in caso di eventi avversi intercorrenti (febbre, bronchite asma ecc.).

Del resto l'obesità è ormai malattia cronica da controllare per tutta la vita, situazione che con questi farmaci, vuoi per il costo e il funzionamento sul lungo termine, mi sembra cosa assai complessa.

Per questo è necessario individuare soluzioni che attenuino i problemi suddetti, sia dal lato alimentare che terapeutico.

Ebbene AIFA, nonostante le tante perplessità, gli effetti collaterali e le interruzioni occasionali della terapia, ha permesso la prescrizione degli agonisti del GLP-1 a tutti i medici anche a quelli di base che, soffocati dai tanti problemi burocratici, non credo possano seguire gli obesi con la continuità che è essenziale per i numerosi problemi od ansie che questi soggetti presentano.

Da parte di chi ha una quarantennale esperienza con i medici del MIT (*Massachusetts Institute of Technology*), mi sembra che AIFA e la sanità pubblica debbono rivedere qualcosa, inserendo misure più restrittive, maggiori controlli e soprattutto monitorando che le prescrizioni siano effettuate da specialisti che hanno alle spalle una collaudata esperienza per gestire i pazienti obesi.

Purtroppo, i citati attori sono pochi, i pazienti tanti e di conseguenza bisogna darsi da fare per istituire corsi di perfezionamento e iniziative di formazione.

Un esempio? A un mio paziente da vent'anni controllato con metformina e pioglitazone, HbA1c di 42 mmol/mol, valori ematici ok, antropometria ok, il medico di base consiglia tirzepatide 20 mg al posto di 1 compressa di metformina: per inesperienza o per aumentare i costi della terapia quando invece dobbiamo ridurli per le già esangui tasche dello stato?

Obesità e diabete rappresentano pertanto dal punto di vista farmaco economico una sfida per i sistemi sanitari con ingenti costi diretti (ricoveri, farmaci, impiego di personale ecc.) ed indiretti (mancanza di produttività). Ogni obeso o diabetico genera infatti un costo annuale significativo per il sistema sanitario e l'unica alternativa è la prevenzione dell'obesità con diagnosi tempestive e terapie con iniziale basso costo.

Politicamente queste patologie richiedono una risposta coordinata a 360 gradi e che va oltre l'assistenza individuale, focalizzandosi su azioni di prevenzione a livello sistemico (ambiente e scuole) e su un riconoscimento legislativo più completo, come il decreto Pella (Legge 3 ottobre 2025, n. 149) che ha riconosciuto in Italia l'obesità come malattia cronica.

È oggi sempre più chiaro che l'obesità ed il diabete non possono essere considerati solo entità autonome ma da valutare in una visione più ampia che tenga conto dell'interconnessione tra ambiente, società e salute.

Per questo obesità e diabete, moderne pandemie, devono essere considerate priorità di salute pubblica sia a livello nazionale che internazionale.

Bibliografia

Morelli F. *A Dieta Libera* (Mondadori, 1986);

Morelli F. *In Forma con Il Metodo a Dieta Libera* (Mondadori, 1999);

Morelli F. *La Dieta Libera* (Cairo, 2018);

Morelli F. *Diabesità* (Franco Angeli, 2021);

Morelli F. *Solo Obesità* (Titani Editore, 2025).

CATEGORY

1. Scienza e professione

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Categoria

1. Scienza e professione

Data di creazione
16/12/2025
Autore
redazione-toscana-medica
Campi meta
Nome E Cognome Autore 1 : Francesco Morelli
Views : 1077

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze