

Studio Usa: chi soffre di obesità vive 7 anni di meno

Aspettativa di vita ridotta fino a sette anni per chi è in sovrappeso o soffre di obesità. A rivelare questo sconcertante dato è una ricerca condotta presso la City University di New York. Lo studio, recentemente pubblicato sulla rivista scientifica American Journal of Public Health, avrebbe rivelato come le cattive abitudini alimentari nella popolazione sarebbero la causa principale di morte prematura.

I ricercatori americani sono giunti a questa conclusione dopo aver analizzato i dati pubblicati sul National Health and Nutrition Examination, un'indagine condotta negli Usa tra il 1988 e il 1994, e le statistiche di mortalità (National Death Index) riferite al 2006. I risultati avrebbero mostrato che obesità e sovrappeso sono correlati all'aumento del rischio di morte (almeno il 20%) per tutte le cause o per le malattie cardiache. Più specificamente, rispetto ai soggetti in condizione di peso normale gli adulti obesi sono morti mediamente 3,7 anni prima per tutte le cause e 1,6 anni prima a causa di malattie dell'apparato cardiovascolare.

In particolare, il tasso maggiore di rischio sarebbe stato riscontrato nei soggetti affetti da obesità di età compresa tra i 45 e i 64 anni, il cui decesso avviene mediamente 7,1 anni prima del tempo per tutte le cause e fino a 12,8 anni prima a causa di malattie cardiache.

Gli autori della ricerca si dicono non sorpresi da questi dati, visto che il tasso di obesità negli Stati Uniti (ma anche in altri Paesi, soprattutto quelli occidentali) sta aumentando in maniera allarmante. Considerando che il numero di persone affette da obesità è in costante crescita soprattutto tra i bambini (cioè gli adulti di domani), ecco come sia a questo punto fondamentale la prevenzione volta a promuovere un'alimentazione più sana ed equilibrata.